

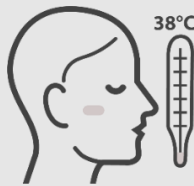
Malattia da coronavirus 2019 (COVID-19)

# Automonitoraggio

Segua i consigli del suo fornitore di servizi sanitari.

Qualora avesse domande, o si sentisse peggiorare, contatti il suo fornitore di servizi sanitari, Telehealth (1-866-797-0000) o la sua unità sanitaria pubblica locale.

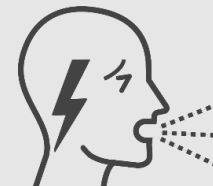
## Monitorare i sintomi per 14 giorni dopo l'esposizione



Febbre



Tosse



Difficoltà di respiro

## Evitare gli spazi pubblici

- Evitare gli spazi pubblici e quelli ove è difficile isolarsi dagli altri qualora fosse ammalato.

## Che fare nel caso avesse uno dei sintomi?

- Isolarsi immediatamente e contattare l'unità sanitaria ed il fornitore di servizi sanitari.
- Per isolarsi occorrono:
  - Istruzioni sul da farsi
  - Mascherine per 14 giorni
  - Acqua e sapone e disinfettante a base di alcool per le mani
- Eviti il trasporto pubblico (tassi, metropolitana, e condivisione di macchine), recandosi dal suo fornitore di servizi sanitarie, ma se tale uso è inevitabile, porti una mascherina e si sieda in fondo.

### Contattare la sua unità sanitaria:

---

---

---

### Saperne di più sul virus

Il COVID-19 è un virus nuovo. Si trasmette tramite gocce da una persona infetta a quanti gli sono in contatto stretto, per esempio chi vive nella stessa dimora o prodighi cure.

Può trovare dati aggiornati sul COVID-19 sul sito internet del ministero della salute dell'Ontario:  
[ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus)