



## COVID 19 Ghid – În limba moldovenească

COVID -19 este o boală nouă care vă poate afecta sistemul respirator.

Este cauzat de virusul SARS CoV -2, care aparține familiei coronavirusului.

**Dacă aveți oricare dintre aceste simptome:**

- Tusă recurentă și persistentă
- Febră (37,5 grade Celsius sau mai mare)

Ar trebui să stați preventiv la domiciliu timp de 14 zile și să apelați la **SNS24 (808 24 24 24)**, care în caz de necesitate vă va direcționa către cea mai indicată instituție medicală.

### Sfaturi pentru cei care rămân la domiciliu

- Nu vă duceți la serviciu, la școală, la farmacie sau la orice unitate medicală sau spital;
- Folosiți diviziuni casnice separate sau curățiți-le între fiecare utilizare;
- Evitați contactul apropiat cu alte persoane;
- Nu primiți oaspeți;
- Spălați-vă mâinile înainte de a interacționa cu animalele de companie.

### Când trebuie să contactez Serviciul Național de Sănătate (SNS24)?

- Când simți că simptomele nu se vor îmbunătăți la domiciliu;
- Când starea de sănătate se deteriorează;
- Dacă simptomele nu se îmbunătățesc după 14 zile.

### Cum iau legătura cu Serviciul Național de Sănătate?

Direcția Generală a Sănătății (DGS) oferă trei modalități de a obține acces la informații:

- **atendimento@sns24.gov.pt** - pentru a pune întrebări despre boala COVID -19;
- Serviciul telefonic **SNS 808 24 24 24** - dacă bănuieți că aveți COVID-19;
- Serviciul telefonic **300 502 502** - pentru a pune întrebări despre perioada de carantină, concediul medical sau pentru a oferi asistență rudelor.

### Ce pot face pentru a preveni răspândirea Coronavirusului?

- Asigurați-vă că vă spălați frecvent mâinile cu apă și săpun, timp de cel puțin 20 de secunde;
- Păstrați distanța socială;
- Respectați eticheta respiratorie (acoperiți-vă nasul și gura când strănutăți sau tușiți, folosind un șervețel de hârtie sau brațul, niciodată mâinile; aruncați șervețelul de hârtie în coșul de gunoi);
- Dacă aveți simptome, urmați sfaturile pentru cei care rămân la domiciliu.

**Pentru mai multe informații, consultați microsite-ul Direcției Generale de Sănătate**

**(Direção Geral da Saúde - DGS)**

**<https://www.dgs.pt/corona-virus>**