



# Phục hồi sức khỏe sau khi mắc COVID-19 tại nhà

Làm thế nào để đảm bảo an toàn cho bản thân, người thân và cộng đồng

Nếu quý vị hoặc người thân có mối lo ngại nào, hãy gọi đến Healthline theo số 0800 687 647 miễn phí 24/7 (Cơ sở Cách ly và Kiểm dịch có Quản lý).



Ở nhà ít nhất 14 ngày.



Quý vị chỉ nên rời khỏi nhà khi cần trợ giúp y tế và không nên cho ai vào nhà.



Những thành viên khác sống cùng quý vị cũng phải ở nhà, ngay cả khi họ đã được tiêm chủng đầy đủ.



Không đi ra ngoài để lấy thực phẩm và các vật dụng cần thiết khác. Thông báo cho đội ngũ chăm sóc y tế nếu quý vị cần được giúp đỡ. Hãy liên hệ theo số 0800 687 647.



Nếu quý vị hoặc người thân cảm thấy không khỏe, hãy thông báo cho đội ngũ chăm sóc y tế khi họ gọi điện kiểm tra, hoặc quý vị có thể gọi theo số 0800 687 647.



Điều quan trọng là quý vị phải nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ y tế cộng đồng hàng ngày. Trả lời các cuộc gọi từ 09 306 8470.



Sau khi kiểm tra lần cuối các triệu chứng của quý vị, chuyên gia y tế sẽ đánh giá khi nào quý vị có thể hoàn thành việc cách ly và trở lại cuộc sống bình thường.



Gọi 111 ngay nếu quý vị cần trợ giúp y tế khẩn cấp hoặc cảm thấy khó thở. Khi gọi, hãy nói cho họ biết rằng quý vị đã nhiễm COVID-19.