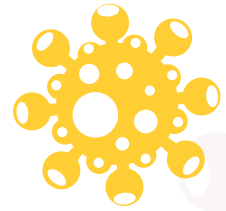


WHAT YOU NEED TO KNOW ABOUT CORONAVIRUS (COVID-19)

We're all in this together. And at Equality Health Foundation™, we're here to make sure you and your family are safe, cared for and informed. Here's what you need to know right now.



COMMON SYMPTOMS OF CORONAVIRUS:



Come in and get tested if you have any of the following COVID-19 symptoms: **Fever or chills; cough; shortness of breath or difficulty breathing; fatigue; muscle or body aches; headache; new loss of taste or smell; sore throat; congestion or runny nose; nausea or vomiting, and or diarrhea.**

WHAT TO DO IF YOU FEEL SICK:

Stay home



Most people with coronavirus have mild to moderate symptoms and can recover at home. Rest up and prevent germs from spreading by staying home and away from others for 14 days.

Get assessed and cared for from home



For more mild symptoms, keep yourself and others safe by getting medical care from the comfort of home via a telehealth visit. If you need help, visit: equalitycarecenter.com or call 602-889-9401.

Call ahead for in-person care



If you need in-person care for severe respiratory symptoms, call before you arrive at the doctor's office, urgent care or emergency room. This will help your healthcare providers take steps to get you the right care and keep others from being exposed.



If you have a life-threatening emergency, call 911.

TIPS FOR STAYING HEALTHY:



Wash your hands frequently and for at least 20 seconds each time



Wear a face mask



Don't touch your face



Avoid close contact with someone who's sick



Clean and disinfect surfaces and objects people frequently touch



Stay home as much as possible, even if you feel well



Stay informed with accurate information

LO QUE DEBES SABER ACERCA DEL CORONAVIRUS (COVID-19)

Estamos todos juntos en esto. Y en Equality Health Foundation™ queremos asegurarnos de que usted y su familia estén sanos, atendidos e informados. Esto es lo que necesita saber en este momento.

SÍNTOMAS COMUNES DE CORONAVIRUS:



Venga y hágase la prueba si cualquiera de los siguientes síntomas de COVID-19 aplican a usted: **fiebre o escalofríos; tos; falta de aliento o dificultad para respirar; Fatiga; dolor muscular o de cuerpo; dolor de cabeza; perdida del gusto y olfato; dolor de garganta; congestión o moqueo nasal; náusea o vómito, y/o diarrea.**

¿QUÉ HACER SI SE SIENTE ENFERMO?:

Quedarse en casa



La mayoría de las personas con coronavirus tienen síntomas de leves a moderados y pueden recuperarse en casa. Descanse y evite la propagación de gérmenes al quedarse en casa y lejos de otros durante 14 días.

Ser evaluado medicamente y atendido desde casa



Para síntomas más leves, manténgase a usted y a los demás seguros al obtener atención médica desde la comodidad de su hogar a través de una visita de telesalud. Si necesita ayuda, visite el sitio equalitycarecenter.com o llame al 602-889-9401.

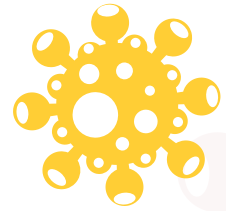
Llame con anticipación para recibir atención en persona



Si necesita atención en persona para síntomas respiratorios severos, llame antes de llegar al consultorio del médico, la atención de urgencia o la sala de emergencias. Esto ayudará a sus proveedores de salud a tomar medidas para brindarle la atención médica adecuada y evitar que otros se expongan.



Si tiene una emergencia que ponga en riesgo su vida, llame al 911.



TIPS PARA ESTAR SALUDABLE:



Lávese las manos seguido por lo menos 20 segundos cada vez



Cubra su rostro use una máscara



No se toque la cara



Evite el contacto cercano con alguien que esté enfermo



Limpie y desinfecte superficies y objetos que las personas tocan con frecuencia.



Quédese en casa tanto como sea posible, incluso si se siente bien



Manténgase informado con datos confiables