



Coronavirus COVID-19

INSTRUCTIONS

While awaiting test results

You will receive a notification (email, call, or letter) from the Houston Health Department or our testing partner regarding accessing your test results in 5 – 7 days. Visit HoustonEmergency.org/covid19 for more information.

What you do about work while you wait for test results

- If you **are experiencing symptoms**: Stay home and if applicable notify your supervisor and note the date of testing.
- If you **are not experiencing symptoms**: Follow recommendations below to protect yourself. If you are a healthcare facility worker or first responder, request guidance from your supervisor on any potential work and patient care restrictions until you know your test results.
- Avoid using public transportation, ride-sharing or taxis when commuting.

What should you do to protect yourself and your community while you wait for test results

- Wash your hands often with soap and water for at least 20 seconds. Clean your hands with an alcohol-based hand sanitizer that contains at least 60% alcohol if soap and water are not available.
- Practice social distancing (stay at least 6 feet away from others), avoid going out, and keep families, friends, or visitors from coming into your home.
- Avoid touching your eyes, nose, and mouth with unwashed hands.
- Begin to create a list of people you've been in contact with, places you've been, and events you've attended (family gatherings, celebrations, parties, etc) to help with contact tracing if you test positive.
- Clean all "high-touch" surfaces every day. High touch surfaces include counters, tabletops, doorknobs, bathroom fixtures, toilets, phones, keyboards, tablets, and bedside tables.
- Wear a face mask or covering.

Monitor any symptoms:

- Note the day any new symptoms begin.
- Check your temperature two times a day.
- Keep a daily record of fever, cough, and additional respiratory symptoms.
- Seek further evaluation from a healthcare provider via telemedicine or an in-person if your symptoms get worse. Call ahead before visiting your doctor and tell them you have been tested for COVID-19.
- Even if you don't experience symptoms, you **might** make others sick.

Seek medical attention immediately if you develop any of the following emergency warning signs for COVID-19 or other medical emergencies:

- Extreme difficulty breathing
- Bluish lips or face
- Constant pain or pressure in the chest
- Severe constant dizziness or lightheadedness
- Acting confused
- Difficult to wake up
- Slurred speech (new or worsening)
- New seizure or seizures that won't stop

This list is not all-inclusive. Please consult your medical provider for any other symptoms that are severe or concerning.

For medical emergencies, call 911 & notify the dispatch personnel that you may have COVID-19



**Better.
Together.**

HoustonHealth.org

**COVID-19
Call Center
832-393-4220**

Coronavirus COVID-19

TEST RESULTS

If you test **positive** for COVID-19, keep your entire household home

- Most cases can be cared for at home. (Do not go to the hospital to seek care unless you have a medical emergency.)
- Do not go to work. Notify your employer of your positive test result.
- Continue to monitor your symptoms at home.
- Isolate from others inside your home by remaining in one room away from other people and pets. Ideally, use a separate bathroom from other household members.
- Seek medical attention if you develop ANY of the following:
 - Extreme difficulty breathing
 - Bluish lips or face
 - Constant pain or pressure in the chest
 - Severe constant dizziness or light headedness
 - Difficult to wake up
 - Slurred speech (new or worsening)
 - New seizures or seizures that won't stop

What should you expect?

- Most people experience minor symptoms such as fever and cough.
- Over-the-counter medications that lessen symptoms of fever and cough may help. It is important to get rest and drink plenty of fluids.
- There is currently no vaccine or medication to treat or prevent COVID-19.
- If you test positive and live in Houston, a contact tracer will contact you by phone, email or text message.

When does home isolation end?

- If you test positive for COVID-19, stay home and limit contact with others until:
 - At least 10 days have passed since your symptoms first appeared
 - You have been fever-free for at least 24 hours without using medicine that reduces fevers AND
 - Your other symptoms have improved
- Consult your employer prior to returning to work.

If you test **negative** for COVID-19

- You are probably not infected at this time. However, you could have been exposed and test positive later. You must continue to practice all the protective measures to keep yourself and others negative.
- As long as the virus that causes COVID-19 is spreading in your community, continue to follow recommendations to protect yourself, including:
 - Practice social distancing, wash your hands often, avoid touching your face, and avoid social gatherings according to local guidance.
- Follow guidance from your healthcare provider and your state and local health department.

Rev: 08/10/20



**Better.
Together.**

HoustonHealth.org

**COVID-19
Call Center
832-393-4220**



Coronavirus COVID-19

INSTRUCCIONES

Mientras esperas los resultados de la prueba

Usted recibirá un aviso (vía correo electrónico, llamada o carta) del Departamento de Salud de Houston o del laboratorio aliado acerca de cómo acceder a los resultados de su prueba en 5-7 días.

Visite HoustonEmergency.org/covid19 para mas información.

¿Qué debes hacer respecto al trabajo mientras esperas los resultados de la prueba?

- Si tienes síntomas: Quédate en casa y, si corresponde, notifica a tu supervisor y anota la fecha de la prueba.
- Si no tienes síntomas: Sigue las siguientes recomendaciones para protegerte: Si trabajas en un centro de atención médica o eres agente de respuesta rápida, solicita orientación a tu supervisor sobre posibles restricciones laborales y de cuidado de pacientes hasta recibir los resultados de tu prueba.
- Para viajar a tu trabajo, evita usar el transporte público, compartir vehículos y tomar taxis.

¿Qué debes hacer para protegerte mientras esperas los resultados de la prueba?

- Lávate las manos a menudo con agua y jabón, durante al menos 20 segundos. Si no tienes agua y jabón disponibles, límpialas con un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol.
- Evita el contacto cercano con personas que estén enfermas. Si en tu comunidad hay personas con COVID-19, mantén la distancia recomendada con los demás.
- Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.
- Limpia diariamente todas las superficies de “contacto frecuente”. Las superficies de contacto frecuente incluyen mostradores, mesas, pomos de puertas, accesorios de baño, inodoros, teléfonos, teclados, tabletas y mesitas de noche.
- Cúbrete la boca al toser y estornudar.
- Si estás enfermo y tienes un tapaboca, úsalo.

Controla todos los síntomas:

- Anota el día en que comenzaron los síntomas.
- Controla tu temperatura dos veces al día.
- Mantén un registro diario de la fiebre, tos y síntomas respiratorios adicionales.
- Solicita una evaluación adicional de un proveedor de atención médica, por telemedicina o en persona si tus síntomas empeoran. Llama antes de ir a una cita con tu médico y menciona que te has hecho la prueba del COVID-19.
- Incluso si no tienes síntomas puedes hacer que otros enfermen.

Solicita atención médica de inmediato si tienes alguno de estos signos de alarma de COVID-19 u otras emergencias médicas:

- Respiración sumamente dificultosa
- Labios o rostro azulados
- Dolor constante o presión en el pecho
- Vértigo o mareos constantes e intensos
- Sensación de confusión
- Dificultad para despertarte
- Dificultad para pronunciar palabras (reciente o agravada)
- Convulsiones recientes o continuas

Esta no es una lista completa. Consulta a tu proveedor de atención de la salud si tienes otros síntomas graves o preocupantes.

Para emergencias médicas, llama al 911 y notifica al personal de despacho que podrías tener COVID-19



**Todos
juntos.
Mejor.**

HoustonHealth.org

**COVID-19
Call Center
832-393-4220**

Coronavirus COVID-19

RESULTADOS DE LA PRUEBA

Si el resultado es **positivo** para COVID-19, mantén en casa a todos los miembros de tu hogar

- La mayoría de los casos pueden atenderse en casa.
 - No vayas al hospital por atención médica a menos que tengas una emergencia médica.
- No vayas a trabajar. Informa a tu empleador el resultado positivo de tu prueba.
- Solicita atención médica si desarrollas CUALQUIERA de los siguientes síntomas:
 - Respiración sumamente dificultosa
 - Labios o rostro azulados
 - Dolor constante o presión en el pecho
 - Vértigo o mareos constantes e intensos
 - Dificultad para despertarte
 - Dificultad para pronunciar palabras (reciente o agravada)
 - Convulsiones recientes o continuas

¿Qué puedes esperar?

- La mayoría de las personas tienen síntomas menores, como fiebre y tos.
- Los medicamentos de venta libre para aliviar la fiebre y la tos pueden resultarte útiles. Es importante descansar y beber muchos líquidos.
- Actualmente no existen vacunas o medicamentos para tratar o prevenir la COVID-19.
- Si tienes una prueba positiva y vives en Houston, un encuestador te va a contactar por teléfono, correo electrónico o mensaje de texto.

¿Cuándo debe terminar el aislamiento en el hogar?

- Si obtuviste un resultado positivo para COVID-19, quédate en casa y limita el contacto con otras personas hasta:
 - No haber tenido fiebre durante al menos 24 horas sin medicamentos antifebriles
 - Y
 - Los otros síntomas hayan mejorado
 - Y
 - Hayan pasado al menos 10 días desde que presentaste síntomas por primera vez
- Antes de regresar al trabajo, consulta a tu empleador.

Si el resultado es **negativo** para COVID-19

- Probablemente no estés infectado en este momento. Sin embargo, podrías haberte contagiado y más adelante dar positivo en otra prueba. Debes seguir practicando todas las medidas de protección para no contagiarte ni contagiar a los demás.
- Mientras el virus que causa la COVID-19 esté presente en tu comunidad, sigue las recomendaciones para protegerte, incluidas las siguientes:
 - practica el distanciamiento social, lávate las manos a menudo, evita tocarte la cara y evita las reuniones sociales de acuerdo con las recomendaciones locales.
- Sigue las indicaciones de tu proveedor de atención de la salud y los departamentos de salud estatal

Rev: 08/10/20



**Todos
juntos.
Mejor.**

HoustonHealth.org

**COVID-19
Call Center
832-393-4220**