

Coronavirus disease (COVID-19): Care instructions

Overview

Mii coronavirus ístsiisto'msinni (COVID-19) to'tsii virus. COVID-19 o'ohthoko'hssiistsi iik ítotoisápi mi'ihk flu (influenza) kiya sstíki ístsii sto' msinni aitápsti ko'ohpinnoonistsi that Kiki isstai saitámiyao'pi (nitainihkátóp respiratory illnesses). COVID-19 aakohkótoht:

- Iiksistoi sto'miyao'p
- Ai saiskinniyaop
- Ai sahkii kisiitámssinnooni
- So wa'ohkót siita'm
- Ítso'oh ksisto'nni
- Saakooótsíkin

Kámmi kaomahksimminiki Kiki ísstótoi sápo'htohko'ohssinniki aamostsi iit sinnaípisti, **kitaakstsinnaí** síkahksókiyo'ohs. Kita'ahkoht a'kiyo'oh koiksinnímaani isstapoot [Isolation and quarantine requirements | Alberta.ca](#). Pookaiks kii kátaómánist ayistoyiimi 18 Kiki aitápowa high school, tsissitapiiít [daily screening checklist](#) Kanai ksistsikoi sao mao toisksinnimátookoiniki, ooto'oh pópaatahki, kiya stíkii kanápii. Kókóssa kámaayo'ohthoko'ohsis, tssápoot mii checklist.

Kám ánistótookoiniki test, tssapoot at [ahs.ca/results](#) Psskskátákit mii test. Aamostsi kitaakátokót o'ohthokíp:

- Tookiyootsíkinnissin
- Aístsís kitstsístákssin
- Ístsísspssin
- Ksistoit aisstoiyítakiiniki
- Aístsis kítápoostsiinaiyiists kiya kitsitsi pótsikinnakípi
- Kitsaikákai sók ímohs
- Saikákaitapiiíniki mii aiskahs aisistsikoiniki
- Oomátao kítskainiki (nausea), so kítsskainiki, ai sooótsiiniki (watery stool), kiyasa kám aonootsiiniki
- Sowáwaamiiniki kiya aatohtákiiniki
- Kóssistsaapiniiniki (conjunctivitis)

Kámitstsíki stíki kitaanist aiyo'ohthoko'ohsspi, ístahkiyaap aowpiit kii minnítsstíssi kita'ahkowaistohkowa kitsit saakiyaiyo'ohthoko'ohsspi.



O'tsítsk ákaitapi (about 80%) maataksiiko'ohthoko'ohssi kiya Maatak o'ohthoko'ohssi. Kayak it a,nistsii matapiiks iyyiik ístsii sto'miiksi a'ahk ámápstsinaítapoia it ai sókinnakiyao'pi. Kám stonát iikohkoiyis, aakohkótohtsi o'ohpi kiipaistsimíssaóp COVID-19, ma'ahkohtsi iiko'ohssi siitámssinni, kii a'kohkótsiiniyao'p.

Tsa nit áwaaniitstsi?

(How can it spread?)

Aamo virus aiyiistáp ao'ohkótsii matapi aistohkootsiissa kii droplets ai saiskinnaasi kii a,siiíssa. A'ahkamátoht issinnótsíp iststíki mii iiksiinípi, ásaak ániyao'pai doorknob kiya mii tabletop, kii naitsiksiiniminiki koistóksis.

Tsaa niitao'oh koisksinipa kámissinnótsiiki?

(How is it diagnosed?)

Mii virus niitao'oh koisksinníp tsissítapiiyao'ki test í'ihpi ao'tákiyao'p swab of fluid ko'ohksississi kiya ko'ohksisto'n. Kita'ahkamápátohkókowa stíki tests, ásaak a'niyao'p blood tests kii computed tomography (CT) scans of ko'ohpistsi. Kayak it a' ístsii iimák sao'oh kókoiniki test, kita'ahkammáp ánikowa kítsinaanato'ohsi mii virus psksskátákissa kitaanist áimohsspi kii kitsiikaanistaisspi.

Kám ánistsítakiiniki kitootsátokhissi COVID-19 kii kitaiyo'ohthoko'ohs, mátsit mii [COVID-19 Self-Assessment](#).

Kátaitstípa Saam istaotoítsíkátópi COVID-19?

(Is there medicine for COVID-19)

Kám saomaiyikossi kitaanist aiyo'ohthoko'ohsspi, kitaakohkótoh [care for yourself at home](#). Kitaakohkót ótaki acetaminophen (Tylenol) kámi ksistoi sto'miiniki kiya istso'ohkoiyiiniki, soowaakohtoh koikiiniki. Sópo'ohsísatsis ma'am ai sókinnákiwa kiya aisamohkiwa.

In Alberta, Paxlovid kii Remdesivir naatókai (2) saamistsi ísstaotoítsíkata matapi iyyissinnótsimiksi COVID-19. Miiksi maatomayiikoiyimíksi matapi istssítápii'ihkohtowasai tsínahkiya iitai sókinnakiyao'pi (outpatients). Paxlovid aístsin aotsíp saomai sítoi ksistsíkos kitsít ómatáp o'ohthoko'ohsspi. Remdesivir sao mao'ohkítsikii ksistsíkosi.

Kita'ahkoht ákiyo'ohkoisksinnípi iitsítoomiksi Paxlovid kiya Remdesivir treatment, isstápoot [Outpatient Treatment for COVID-19 | Alberta Health Services](#).

Matapi iyyissinnótsimi COVID-19 iitsípstaopiiksi iitai sókinnakiyao'pi iikósíómaanist o'ohthoko'ohsspi aakohkótoh kótaiya oxygen, steroids, ki aakakátokót siitámiyátsa.

Nítaaksi ki'ihpa kámi naanatoominiki COVID-19 kiya kám aiyo'ohthokimminiki COVID-19?

(What should I do if I have COVID-19 or symptoms of COVID-19?)

Kámi kaawaaníkoiniki kitsi naanato'ohsi COVID-19 kiya kám aiyo'ohthoko'ohssatoominiki COVID-19, you **kitaakstsinnai** síkahksókiyo'ohs. Kám staining kita'ahka'kiyoohkoisksinnip isstapoot [Isolation and quarantine requirements](#).

Mátsit [COVID-19 Self-Assessment](#) Kitaakohtsksinníp kámaakstsinnaóht ánistotookoiniki test mii COVID-19.

I'ihapípoiyyit **Health Link** mii **811** piitso'ohk ómatáp o'ohthoko'ohsiiniki. Stámoht o'tsíkaiyissípoiyyit a'ahkiyaap o'ohs saomai tápoiniki healthcare facility, ásaak ániyao'p doctor's office kiya walk-in clinic.

Ísstapípoiyyit **911** ikámiiíksístsii stómiiniki kii maakstsinao'oh piiwotoítsíkákoiniki. Aanistsissa kiita'ahkamikainaanato'ohssi COVID-19.

Iik ótótámapiwa kita'ahkoht sopoiyápo'oh koisksinnooko'ohs kitaanistsistsii stómihpi kitaanist sópoiyp ootoitsikáko. Iiyiikákimaat kita'ahkoht soowaawaapátsii'ihkihtsissi healthcare appointments, kii isstapípoiyyit ma aisókinaki kiya Health Link ámii 811 kámíkám iikohkoiyiiniki. Iik sókapikita'ahksskiníssi mii test ootaanássi kii stámoh kánaí sinnait mists I Saamistsi kitaótsípistsi.

Tsimma nitakít a,kiyo'ohkoisksinnímma'ahpa?

(Where can I learn more?)

Kitaakiit sákowaanoh koisksinníp COVID-19 aamostsi:

- [Alberta Health](#)
- [Alberta Health Services](#)
- [Government of Canada](#)

Níkaawaaníkowa Nikai naanato'ohsi COVID-19 kiya nítai síkahksókiyooko ótaanistsíkassa nikainaanssi COVID-19. Tsa nítak ániststahkiyaap so toítsikaaáspa?

(I have been diagnosed with COVID-19 or am isolating because I might have COVID-19. How can I care for myself at home?)

- Aískátoot Saamistsi. Nístaótsit miistsi Saam kitaanistaaksímókoi. Ísstapípoiyyit aissókinnákiwa kiya Health Link mii 811 kám saotsistapítsiminiki miistsi Saamistsi kiya sówápaotákissa
- Ísstapípoiyyit kiyap aopiit. Minno tápootakit, kimastákotoiskdinnimátsooko, kiya kánápiistsi. Mínnotsíssitapiiít public transportation (ásaak ániyao'p bus kiya train). Támítsiisstápaatoit kookoowayi maakótoi sókinnökoiniki. Stámi kaiyis ípoiyyit saomai tápoiníki ai sókinnaki. Kítaak áníkiya maakstsinnaitapoiniki kiya kita'ahkoht issítapiiís virtual care (ásaak ániyao'p phone call kiya video call) ómaanistsitáp sókapi'ihpi kiisto. Sai naaniiníki family doctor, isstapoot [AlbertaFindADoctor.ca](https://www.alberta.ca/finding-a-doctor.aspx).
- Aiyiskoiyípsit kám aiyo'ohtohkimminiki COVID-19 kii soowao'ohkótoh soohkowainiki matapi. Ásaak ániyao'pai kookoowayi kiya aiyaw too toítsikákoiniki. Ai sótskiyo'ohsiiniki kita'ahkoht ssikaaátsstóp mii virus – ákohtsoowaat ániitstsi ai saisskinnainiki kii ásiiniki
- Iik ákimmaat kita'ahkoht soowawaakao'ohkooko'ohssi a'ahkiyaap o'ohtsi. I'ihkótsikákítsítapi kitaotoítsikáki. Kám oh kót ániststsi isstaipsstópiit síkahkii kitsitsipstsóka'ahpi, kii síkahkii mákápoiyyis.
- Aiyo'ohkoiyyiínohssit kám áwaasiiniki kiya saiskinnainiki. Tsissítapiiyyit tissue. Miistaapíksit.
- Aikaapstsimiíft. Iik ítáp ótotámapi saiskinnainiki kii ássiiniki cough. Taiyissitapiiítsoap kii ao'ohkii, kii nistsii sámstsimiíft 20 seconds. Saitstákiiniki soap kii ao'ohkii, tsissitapiiít alcohol-based hand sanitizer.
- Mínoht aiyissitapiiít stíki o'ohtohko'ohsspi ai yisditapiiíhpi. Iit, sin ánistóp síkaaníksi, isstais sískiyao'piksi, íksipo'ohkóssistsi, isstaoiyao'piksi, kii electronicdevices (such as tablets kii phones).
- Sópoiyyápi ksík ápiístótsít kookoowayi I kánaiksistsíkos . Tsiss, itápiiít householdcleaners kii disinfectant wipes kiya sprays. Ototám ápii kitai ksiinípistsi kita'ahkoht sópoiyyáp iiksíkápiístótsissi. Iitsin ánistópi doorknobs, remotecontrols, phones, kii handles maa refrigerator kii microwave. Mín sao'ohtsiksimsstaat countertops, tabletops, mákáoiyyiistsi, kii computer keyboards.
- Tai sápoot kitsiyyaaksimókoistsi iitápitstápii kitsit soowátsiiskaaniítsookoi kitaakít soowát síkahkso'kiyookoi. Saotsistápítákiiniki, isstapípoiyyit Health Link at811.

Tsaa nistsiis nítaakit ápstsíma'ahka'ahpa?

(When should I call for help?)



Isstápípoiit **911** kám ónowaanistai ksímsstainiki kitaakstsinnaístsiima'ahk emergency care. Aanistsíssa kitsinaanáto'ohsi COVID-19 o'ohthoko'ohssiisti.

Ásaak ániyao'p, ístapípoiit kám ánist siiníki:

- Saikákao'ohkót siitámiiniki kiya kám stonátsístsís kókinni.
- Aisoatsistápítakiiníki kii sowao kámoot ai ksímsstainíki.
- Íkám íniiníki (lose consciousness).

Ístápípoiit ai sókináki kiya Health Link mii 811 ánohk kiya ápipíkssit kám ánist siiniki aamótsi:

- Kám ómánomatáp soowaatoh kótsiitámiiníki kiya kám iistáp ótsítsk iiyiikós orworse.
- Kám iistáp áki yiikohkoiyiiniki.
- Kám ómatáp sókínohssiiniki, naatsitníkám iikohkoiyimminiki.
- Kám ómatáp íkátsimainiki. Íkátsimaani niitao'oh nákowa
 - Niitáp skítsii kaoyi
 - Aipahtsíkssksiiniki
 - Oomatáp áwaatápókaiyiiniki

Aiyo'ohthoko'ohsiiniki kiya sówaiyo'ohthoko'ohsiiniki, **kaiyíssitápípoiit aisokinnaki** saomai tápoiniki. Kám aiyo'ohthoko'ohsiiniki, mín sai ísskoiyípsit ai tápoiniki ai sókinnaki , aakoht soowátbániitstsi mii virus.

litapítsstapi Coronavirus Disease (COVID-19): Niitao'oh toítsikássao'p

- [COVID-19: Alberta Health Services](#)
- [COVID-19 information for Albertans: Alberta Health](#)
- [COVID-19 Self-Assessment](#)

For **24/7** nurse advice and general health information call **HealthLink** at **811**.

Last reviewed: February 1, 2023

Author: Adapted from Healthwise

This material is not a substitute for the advice of a qualified health professional. This material is intended for general information only and is provided on an "as is", "where is" basis. Although reasonable efforts were made to confirm the accuracy of the information, Alberta Health Services does not make any representation or warranty, express, implied, or statutory, as to the accuracy, reliability, completeness, applicability or fitness for a particular purpose of such information. Alberta Health Services expressly disclaims all liability for the use of these materials, and for any claims, actions, demands or suits arising from such use.