

Coronavirus Disease (COVID-19)

Niitao toítsikásao'pi (Care Instructions)

Overview

Mii coronavirus disease (COVID-19) isstosiiwa miska virus. COVID-19 niitoohtohk'ohsato'pi iikitsotoi sapiwa misk flu (influenza) kiya sstikistsi mo'ohpo'ohtohko'ohsiistsi (Ki siitamssinni aitapihsti). COVID-19 a'kohkótóh:

- Iiksistoi stomiyao'p
- Saiskinnao'p
- Ai sa'ahki kisiitamssinnooni
- Sawao'ohkot siitamiyao'p
- Ítso'ohksistonniyao'p
- Iisaakowaotsikinniyao'p

Kamikaomahksiiniki kii kamaiyo'ohtohkimminiki aamostsi iitsinnaipistsi , **kitaakstsinnanistsi** self-isolate mostsi kiipoksistskoistsi (10 days), isstotomata'p okstakiyao'p kitsit o'matap o'ohtohko'ohsspi kiya aitapso'kimohsiiniki - ítsitsksisamoi.

Ki pookaiksi ki ítsitsk anistsisstoiyiimiiksi 18 aitapoyiksi high school, tsissitapiit amii [daily screening checklist](#) every day before they go to school, child care, or other activities. If your child has symptoms, tssapook miistsi iitsinnai'pistsi.

Kamanistotookoiniki test, tssapook maaksimohkssiistsi amii ahs.ca/results Ki mii o'taana'spi mii test result.

Aamostsi tsi kitaakatohkot anist o'ohtohko'ohs:

- Kitaakohtookyo otsikin
- Akohkot aistsi kitsstistakssinni
- Aistsisspi
- Ksistoitaisstoiyitaki
- Aakohkotaistsi kitapootsstiinaiyiiksi Ki kitsit tsi potsikinnakip
- Stami kaksoowai sokimohs
- Stamikaksoowaitapi
- Soeaisokitsip kookowanni (omataokitssk), aokitssk, ai sooo'tsiiniki (watery stool), kiya saikakaisokimohs, sawaonoots
- Saikakawaami kiya, aawaatohya'ki
- Ookosistsaapin

Aamostsi iit sinnaipisydi kamaiyo'ohtokimminiki, a'ahkiyaopiit kii minna aistohkoos matapi. Ai do'kimohssiiniki yamatsit aistohkoos matapi

O'tsitsk aakaitapiskoi matapi (about 80%) maataksiiikowa onanistic o'ohtohko'ohsspi kiya maataksa'mohtohkimma. Kaakitanistsiiwa mii kai niitapoht istsiistomiiksi a'ahksmapstsinnsinai tspoiya



iitaisokinnakiyaopi. Niitapoht istsii stomiiksi, COVID-19 aakohkot o'ohpi kiipaistsimi'ssiya, maat akohkot aawat siitammi, kii aakohkottoht o'ohkapssiiya.

Tsa niitawaaniitstsiwa?

(How does it spread?)

Aamo virus asikaiyiistapao'ohkotsi matspi – iitahtai niistsi'ka'páás droplets ai saiskinnao'ki kii aaásiiyaoki. Matao miyaanistsitapisksi mii virus – kitaiksiinip – akstsmatsitap isstsi a'saakaniyao'p ko'tsinnooni, a'saak aniyaopai doorknob kiya tabletop, kii natsiksiiniki kostokdinnooni a'ksstamatsitap issksi.

Tsa niit ao'ohkoisksinnipa mii virus?

(How is it diagnosed?)

Mii virus niitao'ohkoiskstsisp swab of fluid amii koohksiisinooni kiya koohkstsonnoona kiya sstiki kii tso'kinssinooni mii koohpinnoonistsi. Kitahkamaapstsinaatsinaani sstik ai tests - blood tests kii computed tomography (CT) scan of miistsii ko'ohpistsi. Iimak soowanistotookoiniki test, kitaahkamap anikowa kitsi'naanato'ohsi mii virus – iskssaktsissa miistsi kitaanistoohtohkoohspi kii history.

Kaam anistsitakiiniki ki niitap aistohkíssi COVID-19 kiinistsiyo'ohkohkoohsiiniki, tsissitapiiit amii [COVID-19 Self-Assessment](#).

Kataitstsiwa Sáám ist sokinnakatopi COVID-19?

(Is there medicine for COVID-19?)

Maatomiitsisysip saam ist sokinnakatopi mii virus. Sowaiyiikossi kitaanistsi oohtohkoohsspi, kitaakohkotoh [care for yourself at home](#). Kitaakstam otaki acetaminophen (Tylenol) ksistoi stomiiniki kiya istsoohkoyiiniki, saawaaskaanitsookoiniki. Soopowahtsissatsis Ai sokinnakiwa kiya maa Ai saomohkiwa kammaistokaosiiniki. Maa niitapohtsiikohkoyimma, stinnaitapowa iitaisokinnakiyaopi kii sstsinnaht issitapiiyihkohtowa oxygen kii sstsinayaisiitamiyatsa.

Nitsiksimatsii kiihpa kaam issinnotsimoniki COVID-19 kiya aiyoohkohkimminiki COVID-19?

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

Kam anikoiniki kikaiyissinnotsissi COVID-19 kiya aiyoohkohkoohsinnatoomiki COVID-19, **kitaakstsinnaanistsi** self-isolate moostsi kiipoi ksiistsikoistsi (10 days) kitsit omatap oohtohkoohspi kii kitsit dokimmohsspi (itsitskisiisamoi). Kitakstsinnaht kiya áp aopi kii oohtohkowa matapi. Mask akyoohkoisksimminiki isyspoot www.alberta.ca/isolation.aspx.

Take the [COVID-19 Self-Assessment](#) Kanaskstsinnaanistotookoiniki tested for COVID-19.

Istapipoiyit **Health Link** mii **811** piitsoohk omatap oohtohkoohsiiniki. Totsi kaiyissitapipoiyit l, aahkiyaap Íhtsipaitapiiyaópa saomaiyap ipoiyiiniki healthcare facility, asaak aniyaopai doctor's office kiya walk-in clinic.

Isstapipoiyit **911** kaam stonat iiksistsiistomiiniki kii kam onnohkayapiissi kitaahk onno toitsikakoohsi. Aan istsissi kitaahkami kaiyissinnotsissi COVID-19.

Iik ototamapiwa kitaahkomannistaotoitsikakoohssi. Minnai saanit healthcare appointments, kii istapipoiyit ma aisokinnakiwa kii Health Link amii 811 kamaiyiikohkoyimminiki. Iikátosi sokapiwa kitaahk aiksinnissi miistsi test results kii stam sin air miistsi kitaotsipistsi saamistsi.

Tsima nitakatsitohkoisksinnimaahpa?

(Where can I learn more?)

Kitaakatohtsiitap sakowaanohtsimatoohp COVID-19 aamostsi:

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

Nitaanikowa nikaiyissinnotsissi COVID-19 kiya nitaawaanistsi self isolate nitannisysitakssi niksoyissinnotsissi COVID-19. Tsa nitákawa anistsitah kiya ao aotoitsikasspa?

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

- Aistohkoos saamistsi. Mii kitaanikoi kitaahkanistohtsissitspiihipi, taisapoot. Isstapipoiyit Ai sokinnakiwa kiya Health Link amii 811 kam sowsi sokitsimminiki saamistsi.
- Istahkiyaap aopiit. Kimaataakat ootoisksinnimatsookowa, ootapotakihpa, kiya Iitaoiyaopi o'ohkapssiiya aakaiyapisskoi. Minnoht issitapiiit iit aokiii sapopaopistsi (asaak aniyaopai bus kiya train). Tamotamatsit saksit mask ootoi sokinnokoiniki. Totsi kaiyissipoiyit kookoowai mi doctor's office. Iitai anikoya maaksysinnaotoi noowainiki kiya maskoht issitapiiissa virtual care (assak aniyaopai phone call kiya video call) Kitaan ist soki'tsiihpi. Saiyi naaniiniki family doctor, isstapoot [AlbertaFindADoctor.ca](#).
- Aiyiskoiyipssit kam aiyoohtohkoohsatoominiki COVID-19 kii saiwao'ohkot iipiyoohkowainiki sstikiksi matapiwa, ass aniyaopai aahkiyaap oohtsi kiya aotoi sokinnokoiniki. Aiyiskoiyipssiniiki aakohkotoht sikaaatstop mii virus náahk at iist áp aniitstsissi aisaiskinnainiki kiya aawassiiniki.
- Aistam Ai piyoohkoosa matapi aahkiyaap oohtsi. Niitsitapi áannaók kitaahk ao toitsikak. Kamohkot anistsiissi, sikahksipstokiit iitaiyokaopi kii taiyissitapiiit mii sikahki taisaiyoohsaopi.
- Taiyiskoiyiyinohsit tissue kanai saiskinnaani Ki kiya aawassiiniki. Aistmohpiistap iistspiksita.
- Ai kaspsysimmiit, aawassiiniki kiya Ai saiskinnaaniiki . Taiyissitapiiit issiskiyoohsatsi kii aohki, kii kokstakit 20. Saiyitsstakiiniki issiskiyoohsatsi kii aohki, tsissitapiit alcohol-based hand sanitizer.
- Kitsissitapiiyatsiistsi tai taiyissitapiiit. Ihoaniyaop siksaniiksi, isstaissiskiyoohsaopiksi, ilsipoohkoosi, ihtaoyiyaopiksi, kii electronic devices (sssaniyaopi tablets kiya phones).
- Ai sopoiyaiksikapistotsit kookoowaiyi kanai ksistsikoi. Taiyissitapiiit household cleaners kii disinfectant wipes kiya sprays. Aistamiitap sopoiyap ii ksikapistotsit kitsit iik si ksiinipistsi. Iihpaniyaop doorknobs, remote controls, phones, kii handles on your refrigerator kii microwave. Kii min sa oohtsi ksimihtaata countertops, tabletops, washrooms, kii computer keyboards.
- Tai sapoot miistsi kitaaksimokoistsi – mii kitaanikoi kitsit aakit soowaat aanistsisspi isolation. Sai otsistapitakiiniki, call Health Link amii 811.

Tsa anistsiissi nitákakit apsstsimmaahkaahpa?

(When should I call for help?)

Call 911 kitsit anistsitakihpi you need emergency care. Aanistsissa ki kannistaissi COVID-19 niitohtohkoohsatopi

Assak aniyaop, íhtsipaitapiiyaópa ipoiyit:

- Kam saiyyak aohkotsiitamiiniki kiya or ai'stsissi kokinni.
- Ai Ai saotsistapitakiiniki kiya sawokamoot aiskskatakiiniki.
- Kaamaikaminiiniki (lose consciousness).

Istapipoiyt ma Ai sokinnakiwa kiya Health Link amii 811 – a’nohk - kiya, aoikamotahpihkaat kitaak ootoitsikakooohssi:

- Kam akiyiikosdi Ki siitamssinni.
- Kam omatap iyyiikohkoyimminiki.
- Kam sokimohsiiniki Ki naatsit omatap iyyiik istsiistomiiniki.
- Kaam omatsp ikatsimainiki:
 - Kam aitapskitsissi kaoyi
 - Aipahtdiksisksiiniki
 - Oomatawaatapokaiyiiniki

Iimak dowaiyoohtohkooohssiiniki, aikaiyissitapipoiyt doctor's office **Sao Mai tapoiyinniki**. Kamaiyoohtohkooohssiiniki, minsai iskoiyipsdit aitapoiyinniki Ai sominnakiwa, askoht soowat isstap sniitstsiwa mii Virus.

For 24/7 nurse advice kii general health information iihitapipoiyt **Health Link amii 811**.

Current as of: November 2, 2020

Author: Adapted from Healthwise

This material is for information purposes only. It should not be used in place of medical advice, instruction, or treatment. If you have questions, talk with your doctor or appropriate health care provider.