

# CHELAN COUNTY FIRE DISTRICT 5



If you have been exposed to COVID-19, or think you have been exposed, you can help prevent the spread of the virus to others in your home and community. Please follow the guidance below.

## **WHAT DOES IT MEAN TO BE "EXPOSED" TO COVID-19?**

Being a close contact generally means you have been within 6 feet of someone with COVID-19 for at least 15 minutes or more over a 24-hour period of time.

## **IF YOU WERE EXPOSED AND HAVE SYMPTOMS OF COVID-19:**

- Stay home and away from others.
- Take a rapid at-home COVID-19 test. The Fire Department has free COVID-19 test kits.
- If you Test Negative:
  - Stay home until you have had no fever within the past 24 hours without using fever-reducing medication AND your symptoms have significantly improved.
  - Retest every 24-48 hours through at least five days after your symptoms started.

## **IF YOU WERE EXPOSED AND DO NOT HAVE SYMPTOMS OF COVID-19:**

- Take a rapid at-home COVID-19 test 3-5 days after your exposure. The Fire Department has free COVID-19 test kits.
- If you test negative
  - Retest in 24-48 hours
  - If the second test is negative, but concerns exist for COVID-19, retest in 24-48 hours after the second negative test, for a total of at least 3 tests.
- Wear a high-quality mask around others at home and in public
- Avoid being around people at high risk of severe disease, and do not go to high risk settings (e.g., healthcare facilities).

# CHELAN COUNTY FIRE DISTRICT 5



Si ha estado expuesto/a a COVID-19, o piensa que pudo estar expuesto/a, usted puede ayudar a prevenir la propagación del virus a otras personas en su hogar y comunidad. Siga las pautas que se mencionan a continuación.

## ¿QUÉ SIGNIFICA ESTAR “EXPUESTO/A” A COVID-19?

Por lo general, estar en contacto cercano se refiere a que usted ha estado a 6 pies (1.8 metros) de distancia de una persona con COVID-19 durante al menos 15 minutos en un periodo de 24 horas.

## SI HA ESTADO EXPUESTO/A A COVID-19 Y PRESENTA SÍNTOMAS, SIGA ESTAS RECOMENDACIONES:

- No salga de casa y manténgase lejos de otras personas.
- Realícese una prueba casera de diagnóstico rápido de COVID-19. El Departamento de Bomberos ofrece kits de pruebas gratuitos para COVID-19.
- Si el resultado de la prueba es negativo:
  - No salga de casa hasta que hayan transcurrido 24 horas sin que presente fiebre sin ayuda de medicamentos para reducirla Y los síntomas hayan mejorado considerablemente.
  - Es necesario que se realice una prueba cada 24 a 48 horas durante al menos los cinco días posteriores a que presentó los primeros síntomas.

## SI USTED ESTUVO EXPUESTO/A PERO NO TIENE NINGÚN SÍNTOMA DE COVID-19, SIGA ESTAS RECOMENDACIONES:

- Realícese una prueba casera de diagnóstico rápido de COVID-19 de 3 a 5 días después de haber estado expuesto/a. El Departamento de Bomberos ofrece kits de pruebas gratuitos para COVID-19.
- Si el resultado de la prueba es negativo:
  - Realícese otra prueba en las siguientes 24 a 48 horas.
  - Si la segunda prueba es negativa, pero sigue teniendo la sospecha de tener COVID-19, realícese otra prueba de 24 a 48 horas después del resultado negativo de la segunda prueba, para realizarse un total de al menos tres pruebas.
- Utilice una mascarilla de alta calidad cuando esté cerca de otras personas en casa y en público.
- Evite estar cerca de personas con mayor riesgo de padecer enfermedades graves y no asista a lugares de alto riesgo (p. ej., hospitales).