



WatermarkUrgentCare

A Partnership with QuestCare Medical

COVID19- AT HOME CARE AND ER WARNINGS – ADULTS

English:

YOU CAN PURCHASE THESE OVER THE COUNTER MEDICATIONS WITHOUT A PRESCRIPTION.

- ROBITUSSIN-DM OR ZYRTEC** FOR CONGESTION AND COUGH. READ THE BOTTLE TO ENSURE CORRECT DOSAGE AND ANY LIMITATIONS BASED ON AGE/PRIOR CONDITIONS.
- FLONASE** – 2 SPRAYS PER NOSTRIL ONCE A DAY. FOLLOW INSTRUCTIONS ON BOX.
- TYLENOL OR IBUPROFEN** AS NEEDED FOR FEVER OR PAIN. READ THE BOTTLE TO ENSURE CORRECT DOSAGE AND ANY LIMITATIONS BASED ON AGE/PRIOR CONDITIONS.

DRINK PLENTY OF WATER

REST

STEAM SHOWER OR HUMIDIFIER AT NIGHT

WASH YOUR HANDS FREQUENTLY

COVER YOUR COUGH

CLEAN SURFACES

AVOID PUBLIC PLACES AND INTERACTIONS WITH OTHERS WHEN POSSIBLE

CALL 911 OR GO TO THE ER IF YOU:

- HAVE TROUBLE BREATHING
- FEVER HIGHER THAN 104°
- DO NOT URINATE FOR 24 HOURS
- HAVE CHEST PAIN

Spanish:

PUEDA COMPRAR ESTOS MEDICAMENTOS EN EL CONTADOR SIN UNA INSCRIPCIÓN.

- ROBITUSSIN-DM OR ZYRTEC** PARA LA GONGESTION Y LA TOS. LEA LA BOTELLA PARA ASEGURAR LA DOSIS CORRECTA Y PARA INFORMACION IMPORTANTE POR SU EDAD O CONDICIONES PREVIAS.
- FLONASE** – 2 PULVERIZACIONES POR NOSTRIL UNA VEZ AL DIA. SIGA LAS INSTRUCCIONES IN LA CAJA
- TYLENOL OR IBUPROFEN** COMO NECESITA POR FIEBRE O DOLOR. LEA LA BOTELLA PARA ASEGURAR LA DOSIS CORRECTA Y PARA INFORMACION IMPORTANTE POR SU EDAD O CONDICIONES PREVIAS.

BEBER ABUNDANTE AGUA

DESCANSO

DUCHA DE VAPOR O HUMIDIFICADOR DE NOCHE

LAVARSE LOS MANOS FRUQUENTAMENTE

CUBRA SU TOS

LIMPIA SUPERFICIES CON FREQUENTAMENTE

EVITE LUGARES PUBLICOS E INTERACCIONES CON OTROS CUANDO ES POSIBLE

LLAME AL 911 O IR A LA ER SI USTED:

- TIENE PROBLEMAS DE RESPIRACION
- FEIBRE SUPERIOR 104°
- NO URINAR POR 24 HORAS
- TENGO DOLOR EN EL PECHO