

WE KNOW YOU ARE WORRIED

Mesa County Public Health is working to keep our community informed.



Aim your camera
at this code



**MESA COUNTY
PUBLIC HEALTH
HOTLINE
(970)683-2300**

health.mesacounty.us/COVID19

Public Health Recommendations (As of 3/9/20)

- If you are experiencing symptoms like a cough, fever, or respiratory problems, call your health care provider **FIRST**. **Do not go to the emergency room**. Emergency rooms need to be able to serve those people with the most critical needs. If you are having a medical emergency, call 9-1-1.
- Do not go to a health care facility in person unless directed by phone or if it's a medical emergency. If you are in Mesa County and believe you were exposed to a confirmed case of COVID-19 or if you are a health care provider with questions, call 970-254-4120.
- Stay home when sick.
- Practice excellent personal hygiene habits, including hand washing, covering coughs and sneezes, and avoiding touching your face.
- Stay away from people that are ill, especially if you are 60 and older, or have underlying medical conditions, or if you are pregnant.
- Avoid non-essential travel to impacted areas. Stay up-to-date on travel advisories.

SABEMOS QUE ESTÁN PREOCUPADOS

El Condado de Mesa está trabajando para mantener la comunidad informada.



Aim your camera
at this code



**MESA COUNTY
PUBLIC HEALTH
HOTLINE
(970)683-2300**

health.mesacounty.us/COVID19

Recomendaciones de salud pública (a partir del 3/9/20)

- Si experimenta síntomas como tos, fiebre o problemas respiratorios, llame **PRIMERO** a su proveedor de atención médica. **No vaya a la sala de emergencia**. Las salas de emergencia deben poder atender a las personas con las necesidades más críticas. Si tiene una emergencia médica, llame al 9-1-1.
- No vaya en persona a un centro de atención médica a menos que se lo indiquen por teléfono o si se trata de una emergencia médica. Si se encuentra en el Condado de Mesa y cree que estuvo expuesto a un caso confirmado de COVID-19 o si es un proveedor de atención médica con preguntas, llame al 970-254-4120.
- Quédese en casa cuando esté enfermo.
- Practique excelentes hábitos de higiene personal, como lavarse las manos, cubrirse al toser y estornudar y evitar tocarse la cara.
- Manténgase alejado de las personas que están enfermas, especialmente si tiene 60 años o más, o tiene problemas, médicos crónicos, o si está embarazada.
- Evite los viajes no esenciales a las áreas impactadas. Manténgase actualizado sobre avisos de viajes.