

I think I have COVID-19, what should I do?

If you have been exposed, and have mild symptoms, call your doctor for advice. Check out the CDC's [Symptoms of Coronavirus](#) page.

How does COVID-19 spread?

The virus spreads mainly from person-to-person contact. Pregnant women should try to stay home and avoid people who have or show symptoms of COVID-19. Use these tips to reduce the risk of spreading or getting COVID-19.

If your doctor said you have COVID-19, you can help reduce the spread with steps 1-6 and A-F.	If you don't have COVID-19, avoid getting it with the steps A-F.
<ol style="list-style-type: none"> 1. Follow your doctor's advice. 2. Keep yourself away from others in your home. 3. Follow the advice from the CDC. 4. Wear a face covering or mask when you are around other people. 5. Wear a face covering or mask when you go to get medical care. 6. Call your doctor before going to their office. 	<ol style="list-style-type: none"> A. Stay at least 6 feet away from other people. B. Wear a face covering. C. Avoid touching public surfaces. D. Avoid touching your eyes, nose, and mouth. E. Wash your hands often with soap and water for at least 20 seconds. F. Use caution when out in public.

What are signs of a COVID-19 emergency?

These are some common signs of an emergency:

- Shortness of breath (more than what is normal for you while pregnant).
- Constant pain or pressure in the chest.
- Blue lips or face.
- Sudden confusion.
- Not able to respond to others.

If you have emergency warning signs, call 911 or the hospital—right away—to let them know you are coming.



How does COVID-19 affect you during pregnancy?

You may have the same risk as other adults. But, during pregnancy you may have more severe illness with viral respiratory infections like this one.

How does COVID-19 affect the fetus?

It's not likely that COVID-19 passes to a fetus during pregnancy, labor, or while giving birth. It's too early to know and more research is needed.

Find the latest info on COVID-19 at www.kernfamilyhealthcare.com.

Creo que tengo el COVID-19, ¿qué debo hacer?

Si ha estado expuesta, y tiene síntomas leves, llame a su doctor para que la aconseje. Consulte la página de los CDC sobre los [Síntomas de la enfermedad del coronavirus](#).

¿Cómo se propaga el COVID-19?

El virus se propaga principalmente por el contacto de persona a persona. Las mujeres embarazadas deben tratar de quedarse en casa y evitar a las personas que tienen o muestran síntomas del COVID-19. Use estos consejos para reducir el riesgo de propagar o de contraer el COVID-19.

Si su doctor le dice que tiene el COVID-19, usted puede ayudar a reducir la propagación siguiendo los pasos del 1 al 6 y de la A a la F.	Si no tiene el COVID-19, evite contraerlo siguiendo los pasos de la A a la F.
<ol style="list-style-type: none"> 1. Siga los consejos de su doctor. 2. Manténgase alejada de otras personas en su hogar. 3. Siga los consejos de los CDC. 4. Use mascarilla o cubrebocas cuando esté cerca de otras personas. 5. Use mascarilla o cubrebocas cuando vaya a recibir atención médica. 6. Llame a su doctor antes de ir a su consultorio. 	<ol style="list-style-type: none"> A. Manténgase al menos a 6 pies de distancia de otras personas. B. Use mascarilla o cubrebocas. C. Evite tocar superficies públicas. D. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca. E. Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos. F. Tenga cuidado cuando salga en público.

¿Cuáles son las señales de emergencia del COVID-19?

Estas son algunas señales comunes de una emergencia:

- Falta de aliento (más de lo que es normal para usted durante el embarazo).
- Dolor o presión constante en el pecho.
- Cara o los labios azules.
- Confusión repentina.
- No es capaz de responder a los demás.

Si tiene señales de advertencia de emergencia, llame al 911 o al hospital, de inmediato, para informarles que va en camino.



¿Cómo le afecta a usted el COVID-19 durante el embarazo?

Puede tener el mismo riesgo que otros adultos. Pero, durante el embarazo, usted podría tener una enfermedad más grave con infecciones respiratorias virales, como esta.

¿Cómo afecta el COVID-19 al feto?

No es probable que el COVID-19 se pase al feto durante el embarazo, el parto o mientras da a luz. Es demasiado pronto para saberlo y se necesita más investigación.

Encuentre la información más reciente sobre COVID-19 en www.kernfamilyhealthcare.com.