

Kuishi Katika Nyumba za Karibu au Nyumba za Pamoja Wakati wa COVID-19

Je, ni nani ambao wanapaswa kutunza watoto?



Watu wazima wenye umri wa miaka 65 na zaidi na watu walio na hali mbaya za matibabu wanapaswa kuepuka kuwatunza watoto.

Tunapaswa kufanya nini wakati mtu unayeishi naye anaumwa?



Mpatie chumba tofauti cha kulala, bafu, na choo kama inawezekana.

Waweke mbali watu wenye hatari zaidi ya kuambukizwa kirahisi na mtu yeyote ambaye ni mgonjwa.

Kuwa na mhudumu mmoja tu kwa mtu mgonjwa.

Ikiwa unahitaji kutumia chumba kimoja cha kulala na mwingine, jaribu kuweka umbali kati ya vitanda viwili, na ikiwa hii haiwezekani, basi ulale kichwa chini.



Ikiwa unahitaji kutumia bafu moja, nyuso zilizoguswa mara kwa mara lazima zisafishwe kwa dawa za kemikali.

Mtu ambaye ni mgonjwa hawapaswi kusaidia kutayarisha chakula na anapaswa kula kando/mbali na familia.

Nini cha kufanya katika maeneo ya pamoja na ya kawaida?

Kaa futi 6 mbali na mwenzako.



Watu ambao ni wagonjwa wanapaswa kujitenga wenyewe.

Vaa vifuniko vya uso vya nguo katika maeneo ya pamoja mbali na chumba chako.

Watu ambao ni wagonjwa, wenzao wa chumbani, na wale walio katika hatari kubwa ya kuugua vibaya ugonjwa wa COVID-19 wanapaswa kula au kulishwa katika vyumba vyao kama inawezekana.

Usishirikiane sahani au vyombo vya kula.



Sinki za kunawia zinaweza kuwa chanzo cha kuambukizwa na unapaswa kuepuka kuweka mswaki moja kwa moja kwenye uso wa kaunta za bafuni. Mifuko inaweza kutumika kwa vitu vya binafsi, ili visiguse moja kwa moja kaunta za bafu.

Fuata maelekezo yaliyowekwa ya jinsi ya kufua nguo.

Nawa mikono yako mara nyingi au tumia kitakasa mikono.

Sources:

CDC - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/living-in-close-quarters.html>

Updated May 26, 2020