

Ugonjwa wa Virusi Vya Corona 2019 (COVID-19)

Ugonjwa wa virusi vya corona 2019 (COVID-19) ni ugonjwa wa mfumo wa kupumua ambao husababishwa na virusi vipya ambavyo huenea kwa urahisi kutoka kwa mtu hadi mwingine.

Ni dalili zipi unapaswa kuwa makini nazo?

Dalili zifuatazo zinaweza kuonekana ndani ya siku 2 hadi 14 baada ya kuwa katika mazingira ya kuambukizwa.



COVID-19 inaenea vipi?

Virusi ambayo husababisha COVID-19 inaonekana kuenea zaidi kutoka kwa mtu hadi mwingine.

- Watu wako ndani ya takriban futi 6 za umbali wa kila mmoja.
- Wakati mtu aliyeambukizwa anakohoa au kupiga chafya matone ya kupumua yaliyosababishwa:
 - Yanaweza kutua katika midomo au pua za mtu yeyote aliye ndani ya futi 6
 - Yanaweza kuingia ndani ya mapafu wakati wa kuvuta pumzi
 - Yanaweza kutua kwenye nyuso kama vitasa vya milango, kompyuta au simu za mkononi.

Ni nani ambaye yuko kwenye hatari kubwa ya kupata ugonjwa wa COVID-19?

- Watu wenye maradhi sugu kama vile
 - Ugonjwa wa moyo
 - Ugonjwa wa mapafu
 - Ugonjwa wa kisukari
 - Ujauzito au ujauzito wa hivi karibuni ndani ya wiki mbili zilizopita.
 - Hali zingine za afya: Mwone daktari wako.
- Uzee

Saidia Kuzuia Kuenea kwa COVID-19

Kwa sasa hakuna chanjo ya virusi hivi, kwa hivyo, ni muhimu sana kwa kila mtu kufanya wajibu wao kusaidia kuzuia kuenea kwa COVID-19 kwa kufuata hatua zilizoenezwa hapa chini.

Ninawezaje kujikinga kutoka COVID-19?

Unaweza kuchukua hatua sawa na zile ambazo ungechukua kuepuka kupata mafua au mafua makali.

Tahadhari hizi ni pamoja na:

- Nawa mikono yako mara kwa mara.
- Tumia kitakasa mikono ambayo ina angalau 60% ya alkoholi.
- Usiguse macho, pua na mdomo wako.
- Epuka kuwa karibu na watu ambao ni wagonjwa.
- Weka angalau umbali wa futi 6 kati yako na wengine (Umbali wa kijamii).

Sources:

MDH - <https://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/materials/index.html>

CDC - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>



COVID-19 information funded by

