



ACALAN- AU

COVID-19

Kiswahili

Ugonjwa wa COVID-19 ni nini?

COVID-19 ni ugonjwa unaosababishwa na maambukizi ya virusi vilivyogundulika hivi karibuni kabisa. Virusi na ugonjwa huo mpya ulikuwa haufahamika kabla ya kuzuka kwake huko Wuhan, China, mwezi Desemba, 2019.

Dalili za Ugonjwa wa COVID-19 ni zipi?

- i. Dalili za kawaida sana ya Ugonjwa wa COVID-19 ni pamoja na homa, uchovu, na kikohozi kikavu. Baadhi ya wagonjwa wanaweza wakapata maumivu ya mwili na kichwa, mafua, kutokwa makamasi, kuwashwa koo au kuharisha. Kwa kawaida dalili hizi huanza kidogokidogo na hatimaye kujidhihirisha.
- ii. Baadhi wa watu hupata maambukizi na wasionyeshe dalili zozote za kuumwa. Idadi kubwa ya watu (kiasi cha asilimia 80%) huona ugonjwa huu bila kuhitaji msaada wowote wa matibabu. Takribani mtu 1 katika kila watu 6 wanaopata ugonjwa wa COVID-19 huzidiwa na kukabiliwa na matatizo ya kupumua.
- iii. Watu wa umri mkubwa, na wale wenye matatizo mengine ya kiafya kama vile shinikizo la damu, magonjwa ya moyo na kisukari wanakabiliwa na uwezekano mkubwa zaidi wa kuzidiwa na ugonjwa. Watu wenye homa , kikohozi na matatizo ya kupuimua wanapaswa kumwona daktari.



ACALAN
AKADEMIA YA AFRIKA YA LUGHA
UMOJA WA AFRIKA

Kuna chanjo, dawa au tiba ya COVID-19?

Hadi sasa hakuna chanjo au tiba rasmi ya ugonjwa wa COVID-19. Hata hivyo, yapo majaribio mbalimbali ya kutafuta uwezekano wa tiba. Shirika la Afya Duniani (WHO) litaendelea kutoa taarifa za maendeleo ya juhudi za kutafuta tiba kila matokeo yanapopatikana.

Dalili za Ugonjwa wa Virusi vya Korona (COVID-19)

- kikohozi,
- homa,
- uchovu,
- mafua,
- kutokwa makamasi,
- kuwashwa koo au kuharisha,
- kupumua kwa tabu.



ACALAN
AKADEMIA YA AFRIKA YA LUGHA
UMOJA WA AFRIKA

Kuenea kwa Virusi vya Korona (COVID-19)

- Epuka au punguza kukaribiana,
- Kushika vitu au mahali kisha ukagusa uso, mdomo, pua au macho kabla ya kunawa mikono yako.



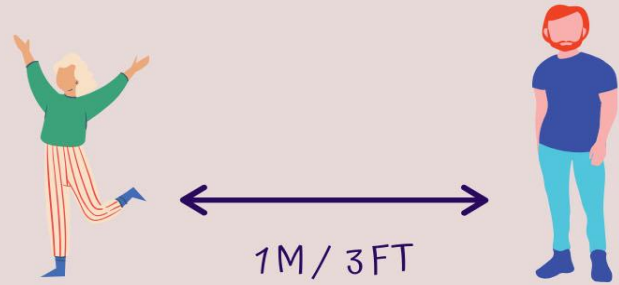


ACALAN
AKADEMIA YA AFRIKA YA LUGHA
UMOJA WA AFRIKA

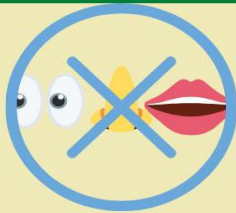
MAMBO YA MSINGI KATIKA KUJIKINGA DHIDI YA VIRUSI VYA KORONA (COVID-19)



Nawa mikono yako mara kwa mara.
Nawa mkono yako vizuri mara kwa
mara kwa sabuni na maji
yanayotiririka au paka kiambukuzi.

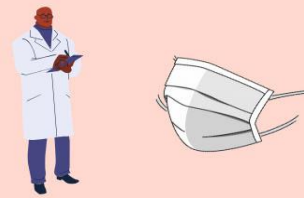


Epuka kukaribiana
Kaa walau umbali wa meta moja (futi 3) kati yako na mtu mwingine yeyote anayekohoa au anayepiga chafya.



Epuka kugusa macho, pua na mdomo

Mikono hushika sehemu mbalimbali na hivyo inaweza kugusa mahali penye virusi na kuvichukua.
Mikono inapokuwa imechukua virusi inaweza kuvifikisha machoni, puani, au mdomoni pako. Virusi vinapofika katika sehemu hizo vinaweza kupenya na kuingia ndani ya mwili wako na kukufanya upate maambukizi



Pumzika nyumbani kama hujisikii vizuri

Kama una homa, kikohozi na hali ya kupumua kwa shida mwone daktari au mpigie simu mapema



tumia tisu



katika kisugudi



usitumie mikono yako

Kohoa au piga chafya huku umefunika kinywa chako kwa kitambaa au kwa kisugudi cha mkono

- Funika mdomo na pua yako unapokohoa au kupiga chafya.
- Tumia tishu au kitambaa na sio mikono yako.

Chanzo: Shrika la Afya Duniani