

STAY SAFE MN

ኮሮናቫይረስ በሽታ 2019 (ኮቪድ-19)

ኮሮናቫይረስ በሽታ 2019 (ኮቪድ-19) የመተንፈሻ አካል ህመም ነው። የተከሰተው በአዲስ ቫይረስ ነው። ስለዚህ ቫይረስ በየቀኑ አዳዲስ ነገሮችን እየተማርን ነው ምክንያቱም አዲስ ስለሆነ ነው።

የኮቪድ-19 ስርጭትን ለማዘግየት ከአጋሮች ጋር እየሰራን ነው፣ ነገርግን ይህ እንዲሆን በግዛቱ ውስጥ ሁሉም ሰው የሚያደርገው ድረሻ አለው።

በማንኛውም እድሜ ላይ ያለ ማንኛውም ሰው በበሽታው ሊያዝ ይችላል። አንዳንድ ሰዎች ከሌሎች ይልቅ ሊታመሙ ይችላሉ። በኮቪድ-19 የታመሙ ሰዎች፣ አንዳንድ ጊዜ ህመም ባይሰማቸው እንኳ ወደ ሌሎች ሊያስተላልፉ ይችላሉ። ቫይረሶች አያዳሉም ስለዚህ ሊታመም ይችላል ብለው ስለሚያስቡት ሰው ግምቶችን ያስወግዱ።

ምልክቶች

ኮቪድ-19 ያለባቸው አንዳንድ ሰዎች ትንሽ ህመም ብቻ ይሰማቸዋል። ሌሎች በጣም ይታመማሉ። አንዳንድ ምልክቶች የሚከተሉት ናቸው፡-

- ሳል
- የትንፋሽ እጥረት
- ትኩሳት
- ብርድ ብርድ ማለት
- የራስ ህመም
- የጡንቻ ህመም
- የጉሮሮ መቁሰል
- መቅመስ ወይም ማሽተት አለመቻል

አንዳንድ ጊዜ፣ ሰዎች የሆድ ህመም፣ ማስመለስ ወይም ተቅማጥ ሊያዙ ይችላሉ።

ምልክቶች ካለብዎት፣ ምርመራ ያድርጉ። ስለ ምርመራ ማድረግ ለዶክተርዎ ወይም ለሌላ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ይደውሉ። ጥያቄዎች ካልዎት ወይም ስለ ህመም ምልክቶችዎ ከተጨነቁ ይደውሉላቸው።

መለስተኛ ህመም ያጋጠማቸው ሰዎች በሚድኑበት ጊዜ ቤት መቆየት ይችላሉ። የህክምና እንክብካቤ ለማግኘት ብቻ ይውጡ። ወደዚያ ከመሄድዎ በፊት፣ ለዶክተርዎ ወይም ለሌላ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ይደውሉ።

ራስዎን እና ማህበረሰብዎን ይጠብቁ

ራስዎን እና ሌሎችን ከኮቪድ-19 ለመጠበቅ እነዚህን ነገሮች ያድርጉ፡-

- ከቤትዎ በሚወጡበት ጊዜ፣ ከሌሎች ሰዎች 6 ጫማ (2 ሜትር) ርቀው ይቆዩ።
- ወደ ሽቀጣሽቀጥ መደብሮች ወይም ከሌሎች 6 ጫማ (2 ሜትር) መራቅ በሚያስችግሩ ሌሎች በታዎች ሲሄዱ የፊት ጭንብል ወይም የጨርቅ የፊት ሽፋን ይልበሱ።
- በሚታመሙ ጊዜ ቤት ይቆዩ።
- እጆችዎን ብዙ ጊዜ ይታጠቡ።
- ሳልዎን ይሸፍኑ።
- በጣም የሚነካኩ ገጾችን እና ነገሮችን ያፀዱ እና ብክለትን ያስወግዱ።

ስለ ኮቪድ-19 እንደ ሚኒሶታ የጤና ክፍል (Minnesota Department of Health) እና CDC ድረ-ጣቢያ ካሉ አስተማማኝ ምንጮች መረጃዎን ያግኙ። በተለይ ለኮቪድ-19 ስለ ሚሆን መድሀኒት ከሚናገሩ ሌሎች ምንጮች ይጠንቀቁ።

ተጨማሪ ይወቁ

የቅርብ ጊዜን የኮቪድ-19 መረጃ ከእነዚህ ድረ-ጣቢያዎች ያግኙ፡-

- [ሚኒሶታ የጤና ክፍል 2019 አዲስ ኮሮናቫይረስ \(ኮቪድ-19\) \(www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/index.html\)](http://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/index.html)
- [የኮሮናቫይረስ በሽታ በሚኒሶታ ውስጥ \(mn.gov/covid19\)](http://mn.gov/covid19)
- [የበሽታ ቁጥጥር እና መከላከል ማዕከላት 2019 አዲስ ኮሮናቫይረስ \(www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html\)](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html)



Minnesota Department of Health | 625 Robert St. N St. Paul, MN 55155-2538 | 651-201-5414 | health.mn.gov
ተለያዩ ቅርጾች ለመጠየቅ health.communications@state.mn.us ን ያነጋግሩ።

05/20/2020 (Amharic)