

2019 ኮሮናቫይረስ በሽታ (ኮቪድ-19)

የ 2019 ኮሮናቫይረስ (COVID-19) በአዲስ ቫይረስ ምክንያት የሚከሰት የመተንፈሻ አካል ህመም ነው። ከሰው ወደ ሰው ሊተላለፍ ይችላል። ይህ ቫይረስ ለመጀመሪያ ጊዜ በዉህን፣ ቻይና ውስጥ ተለይቶ የታወቀ ሲሆን አሜሪካንም ጨምሮ ወደተለያዩ አገራት ተሰራጭቷል።

ይህ አዲስ ቫይረስ ስለሆነ፣ እኛ የማናውቃቸው ነገሮች አሁንም አሉ፣ ግን በየቀኑ ስለ COVID-19 የበለጠ እየተማርን ነው።

የሚኒሶታ የህዝብ ጤና ማህበረሰብ ይህንን በቁም ነገር እየተመለከተ እና እንደዝህ አይነት ነገሮች ሊከሰቱ ይችላሉ ብሎ እያቀደ ይገኛል።

እገሌ ታሞ ይሆናል የሚለውን ግምት ይተው። ቫይረስ አያዳላም።

ምልክቶች

የተረጋገጠ COVID-19 በሽታ ያለባቸው ሰዎች ከመጠነኛ እስከ ከባድ የመተንፈሻ ህመም ከሚከተሉት ምልክቶች ጋር ነበራቸው፡-

- ትኩሳት
- ሳል
- የትንፋሽ እጥረት

COVID-19 የያዘቸው እና መለስተኛ ህመም የሚሰማቸው ሰዎች እቤት መቆየት ይችላሉ። የህክምና እርዳታ ለማግኘት ካልሆነ በቀር ከቤት ውጪ የሚደረጉ እንቅስቃሴዎችን መገደብ አለብዎት። የህክምና እርዳታ ለማግኘት ከፈለጉ ለጤና እንክብካቤ አቅራቢ ይደውሉ።

እራስዎን እና ማህበረሰብዎን ይጠብቁ

ከ COVID-19 ራስዎን ለመጠበቅ በጣም ጥሩዎቹ መንገዶች እራስዎን ከጉንፋንና ከኢንፍሉዌንሻ ለመጠበቅ የሚያደርጉቸውን ተመሳሳይ ነገሮች ማድረግ ነው-

- በተደጋጋሚ እጅዎን በሳሙና እና በዉሃ ይታጠቡ።
- ሲታመሙ እቤት ይቀመጡ።
- ሽፍነዉ ያስሉ።
- በተደጋጋሚ የሚነኩ እቃዎችንና ገፅታዎች ያፅዱና ተዋስ ያስወግዱ።

የበለጠ ይማሩ

COVID-19ንን በተመለከተ በጣም ወቅታዊውን መረጃ ከነዚህ ድር ገጾች ያግኙ ፤

- የሚኒሶታ የጤና መምሪያ 2019 ናቭል ኮሮናቫይረስ (COVID-19) (www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/index.html)።
- የበሽታ ቁጥጥር እና መከላከያ ማዕከሎች 2019 ናቭል ኮሮናቫይረስ (www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html)።