

Habari za COVID-19

COVID-19 ni nini?

Ugonjwa wa coronavirus 2019 (COVID-19) ni ugonjwa wa kupumua ambao unaweza kuenea kutoka kwa mtu hadi mtu.

Wagonjwa walio na ugonjwa wa covid-19 wamekuwa na ugonjwa kali wa kupumua na dalili za:

- Homa ya digrii 100 au zaidi
- Kikohozi
- Ufupi wa kupumua

Katika hali mbaya, wagonjwa wengine wana pneumonia katika mapafu yote mawili, kutofaulu kwa viungo vingi na katika hali nyingine hufa.

Ninawezaje kuzuia virusi kutoka kwa kueneza?

- Epuka kuwasiliana na watu ambao ni wagonjwa
- Epuka mikusanyiko ya kijamii kubwa kuliko watu 10 na epuka mawasiliano ya mwili kama kukumbatiana, na kushikana mikono
- Epuka kugusa macho na pua ya mdomo wako kwa mikono isiyooshwa.
- Osha mikono yako mara nyingi na sabuni na maji kwa angalau sekunde 20. Tumia sanitizer inayotokana na pombe ambayo ina pombe angalau 60% ikiwa sabuni na maji hazipatikani
- Ikiwa mgonjwa: Kaa nyumbani, punguza mawasiliano ya karibu na wengine na piga simu kwa daktari wako kabla ya kwenda kliniki.
- Funika kikohozi chako au kupiga chafya na tishu, kisha utupe tishu hizo kwenye takataka.
- Safisha na toa vitu vya nyuso mara kwa mara

LIVE. WORK. PLAY. **TOGETHER.**

phone: 605.367.7401

fax: 605.367.7404

web: sfmcc.org

email: christy@sfmcc.org

515 N. Main Ave. Sioux Falls, SD 57104