



ለ አዲሱ ኮሮና ቫይረስ እና ኮቪድ-19 በሽታ

ከዲሴምበር 2019 ጀምሮ አንድ የኮሮና ቫይረስ በአለም ላይ እየተሰራጨ ይገኛል። ይህ ቫይረስ የሚፈጥረው ህመም ኮቪድ-19 የሚል ስም ተሰጥቶታል።

አብዛኛዎቹ የሚታመሙት በመጠኑ ነው

De አብዛኛው ታማሚ አምዛም ሳይጎዳ ሳልና ትኩሳት ብቻ ተሰምቶት በራሱ ጊዜ ተሽሎት ሲነሳ፣ ከፊሉ ደግሞ የትንፋሽ ማጠርና የሳንባ መበከል ደርሶበት በከፍተኛ ደረጃ ይታመማል።

ቫይረሱ የሚተላለፈው ከታማሚው ጋር የቅርብ ግንኙነት በማድረግ እንደ መሆኑ ሁሉ፣ ታማሚው ሲያሰለው ወይም ሲያስነጥሰው፣ በጠብታ መተላለፍ (droppsmitta) በሚባለው መንገድ ጭምር ይተላለፋል።

ምልክቱ በአብዛኛው ሲጀምር ቀለል ባለ መልኩ ነው። ብዙ ጊዜ ምልክቱ አንድ ሰው በሽታው ከያዘው ከአምስት ቀናት በኋላ ነው መታየት የሚጀምረው። አንዳንድ ጊዜ ግን ምልክቶቹ ከአምስት ቀናት ቀድመው ወይም ዘግይተው ሊመጡ ይችላሉ።

ኮቪድ-19 በሽታ ከዚህ በታች የተጠቀሱትን አንዱን ወይም ብዙውን መልክቶች ያሳያል፡

- ሳል
- ትኩሳት
- የትንፋሽ ማጠር፣
- የአፍንጫ ፈሳሽ
- የጉሮሮ ህመም
- ራስምታት
- የጡንቻና መገጣጠሚያ ህመም
- የማቅለሽለሽ ስሜት

አረጋጭን ከፋኛ ኪታመሙ ይችላሉ

ከፊሉ ሰው የትንፋሽ ማጠርና የሳንባ መበከል ደርሶበት በከፍተኛ ደረጃ ይታመማል።

እንዲህ ዓይነቱ ከባድ ህመም የሚያጋጥማቸው በእድሜ የገፉ ከ80 ዓመት ዕድሜ በላይ ያሉ ሰዎች ነው። ይሁን እንጂ የቆየ የልብና የሳንባ ችግር ያለባቸው ሰዎችንና የካንሰር ታማሚዎችንም በከባድ ሁኔታ ያጠቃል።

ራስዎንና ሌላውን ለመከላከል ሰባት ቀላል ምክሮች፡-

1. የታመሙ ከመሰልዎትና የአፍንጫ ፈሳሽ፣ ሳል ወይም ትኩሳት ካለብዎት ከሥራ ቀርተው ቤት ይዋሉ። ከበሽታው ከተፈወሱ በኋላ ቢያንስ 48 ሰዓታት እቤትዎ ውስጥ ይቆዩ።
2. እጅዎችዎን በሳ መና እና በመቅ ውሃ ቢያንስ 120 ሴኮንዶች በደንብ ይታጠቡ።
3. ሳመና እና ውሃ ማግኘት የማይችሉበት ሁኔታ ውስጥ ካሉ 60 % አልኮል ባለው የእጅ አልኮል ይጠቀሙ።
4. ኪታመሙ ሰዎች ጋር የቀረበ ግንኙነት አያድርጉ።
5. ዐይንዎን፣ አፍንጫዎን ወይም አፍዎን በእጅዎ አይነካኩ።
6. ሲስሉ ወይም ሲያነጥሱ የክርን መታጠፊያን ወይም የአፍንጫ መጥረጊያ ወረቀት ይጠቀሙ።
7. ኪታመሙ ወይም የህመም ምልክቶች ከታዩበዎት አረጋጭዎን ለመጎብኘት አያስቡ።

በጣም አስፈላጊ የስልክ ቁጥሮች

- ኮቪድ-19 በተመለከተ ጥያቄ ካለዎት 113 13 ይደውሉ
- በህመሙ ምክንያት ቤትዎ ውስጥ ራስዎን መንከባከብ የማይችሉበት ደረጃ ላይ ከደረሱ 1177 በመደወል ከጤና ባለሙያዎች ጋር (በእንግሊዝኛ ወይም በስዊድንኛ) መነጋገር ይችላሉ።
- ለሕይወት አስጊ በሚሆንበት ጊዜ 112 ይደውሉ።

ወቅታዊ መረጃ ለማግኘትና ለአብዛኛዎቹ ጥያቄና መልሶች ይህ ድረገጽ ይጎብኙ።
www.folkhalsomyndigheten.se/covid-19

