

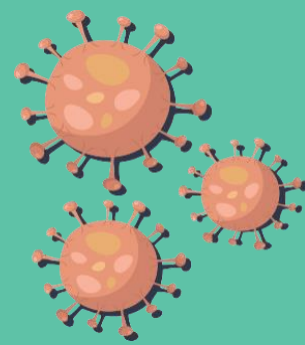
# VIRUSI VYA KORONA

— COVID-19

## DALILI

### Dalili za COVID-19 | Corona virus

- ⇒ Walio katika hatari ni: wazee, wanene kupita kiasi, wale wenye magonjwa ya mapafu au matatizo ya mapafu, wagonjwa wa kisukari, watu wenye ugonjwa wa moyo, walio na upungufu wa kinga mwilini kama wanao uguwa ukimwi
- ⇒ Viavu wa dalili: Homa –(asilimia 88), Kikohozi-(asilimia 68), Uchovu-(asilimia 38), Kikohozi cha makamasi-(asilimia 33) Upungufu wa pumzi-(asilimia 19), maumivu kwa misuli-(asilimia 14), Vidonda vya koo-(asilimia 14), Kutapika au kuhara-(asilimia 9), upungufu wa hisia za harufu na ladha.
- ⇒ Asilimia 80 ya walio ambukizwa huonyesha dalili za mbali. Dalili virusi vya korona huanza kuwa mbaya ya siku 5-7. Baada ya siku 5-7, uchovu na kuishiwa nguvu hutokea mara kwa mara kwa watu wenye dalili za juu.
- ⇒ Pia inawezakana kuwa na virusi bila kuwa au kuonyesha dalili zozote.
- ⇒ Ukiwa na dalili hizi, ni vyema kupiga simu kwanza kabla ya kuenda kwenye kliniki au kumuona daktari ili kuzuia kuambukiza wengine.



## NI NINI?

Ugonjwa wa korona (covid-19) ni ugonjwa unaoambukiza na kusababishwa na virusi vipya. Ugonjwa huu husababisha matatizo ya kupumua (kama mafua) na dalili kama kukohoa, joto na ikiwa mbaya zaidi, husababisha ugumu wa kupumua.

Dalili zinawezaonakana siku 2-14 baada ya kuambukizwa.

Ukiwa na dalili zaidi, kuna uwezekano kwamba umeambukiwa covid-19/virusi vya korona. Tafuta ushauri wa kimatibabu ukiwa na dalili; joto yako ikiwa zaidi ya nyuzi 38 na iwapo umetangamana kwa karibu na mtu aliye na covid-19.

Kwa habari zaidi kuhusu covid-19, wasiliana na taasisi ya kitaifa ya magonjwa yanayoweza kuambukiza (NICD). Nambari ya simu bila malipo masaa 24; **0800 721 316**. Ama kwa malipo **0729 471 414 au 0732 353 535**. kwa wakaazi wa Bungoma County piga **0755838835 au 0726323112**.

## KUZUIA



**Barakoa:**  
Wale wataonyesha dalili za ugonjwa huu wanapaswa kuvaa barakoa ili kusaidia kuzuia kueneza ugonjwa huu.



**Osha mikono**  
Kuosha mikono yako ndio njia, bora ya kujikinga.

Tumia sabuni na maji, osha kwa zaidi ya sekunde 20.

### Tumia kieuzi (sanitizer)

- Iliyo na kileo isiyokua chini ya asilimia 60
- wakati hauna njia nyingine ya kutumia maji



### Epuka maeneo yenye watu wengi watu wengi au kutangamana kwa karibu:

Hasaa kwa watu ambao ni wagonjwa na wale wenye umriwa makamu.

Kaa nyumbani kama wewe ni mgonjwa. Usiwaweke wengine kwenye hatari ya kuambukizwa.



**Tumia tishu:**  
kisha au kitambaa kuziba mdomo na pua.

Kama hakuna tishu, tolea kikohozi au piga chafya kwa kiwiko cha juu.

