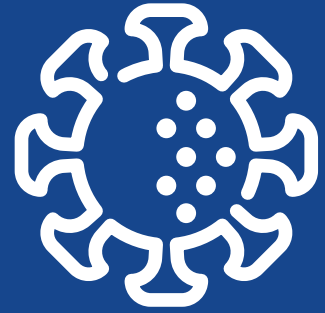


VIRUSI VYA CORONA (UGONJWA WA COVID-19)

NINI UNATAKIWA KUFAHAMU



VIRUSI VYA CORONA



Virusi vya Corona (Ugonjwa wa COVID-19)
Unambukizwa kwa njia mbalimbali.

DALILI ZAKE

Dalili za awali hadi kali.

AWALI

Kikohozi
kikavu

Homa

Kuishiwa
pumzi

Homa ya
mapafu

Figo
kufeli

KALI

Mauti

UAMBUKIZWAJI WAKE

- Kwa kukohoa na kupiga chafya.
- Kugusa kitu au mahali palipo na maambukizo.
- Kujigusa uso baada ya kugusa au kugusana na mtu au sehemu yenye maambukizo tayari.

JINSI YA KUJIKINGA



Nawa mikono mara kwa mara kwa maji safi na sabuni kwa mda wa sekunde 20.



Funika mdomo na pua kwa kiwiko cha mkono upigapo chafya au kukohoa.



Vyakula vya nyama vipikwe kwa muda unaostahili ili viive vizuri.



Epuka kukaribiana na watu wanaougua au kuonyesha dalili za ugonjwa.



Epuka tabia ya kushika/kujigusa mdomo, macho au pua kwa mikono.



Epuka kushikana na kusalimiana kwa mikono.



Kwa haraka tafuta msaada wa kitabibu mapema unapoona dalili zozote za maambukizi.