

# Virusi Vipya vya Corona (COVID-19)



## Virusi Vipya vya Corona ni nini?

Virusi vipya vya Corona (COVID-19) ni aina ya virusi iliyogundulika Desemba 2019 na kuanzia Machi 12, imeonekana sehemu nyingi kimataifa na katika majimbo yote 50 ya Marekani. Virusi hivyo, ingawa ina athari kidogo kwa watu wengi, inaweza kusababisha ugonjwa mkali na nimonia kwa wengine kama wazee au wale walio na matatizo mengine ya afya.

## COVID-19 inaenea jinsi gani?

Wataalamu wa afya bado wanajifunza jinsi COVID-19 inaenea kutoka kwa mtu moja hadi mwingine. Uthibitisho wa hivi karibuni unaonyesha kwamba watu walio na virusi wanapokohoa au kuchemua wakiwa futi 6 karibu na mtu asiye na virusi. Njia zingine za kueneza huenda zikatia ndani:

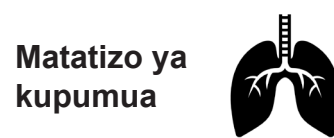
- kukaribiana sana, kama vile kugusa au kusalimiana kwa mikono
- kugusa kitu au mahali kuna virusi, kisha kugusa mdomo, mapua, au macho
- nadra sana, kugusa kinyesi

## COVID-19 ni mbaya kiasi gani?

Zaidi ya 80% ya wale waliopata virusi walipona baada ya dalili kidogo. Wengine, hasa wazee na wale walio na matatizo makubwa ya afya, huenda wakapata zaidi ya dalili kali ikitia ndani nimonia ambayo huenda ikahitaji kulazwa hospitalini, na wakati mwingine kifo.

## Dalili ni gani?

Watu ambao wamepatikana na COVID-19 wameripoti dalili ambazo huenda zinaweza kutokea kwa siku chache kama 2 au muda mrefu kama siku 14 baada ya kuwa katika hali ambayo huenda wakapata virusi:



## Nani yuko katika hatari ya kupata COVID-19?

Kwa sasa hatari ya covid-19 kusababisha ugonjwa kali kwa umma ipo chini. Kwa wakati huu, kuna idadi ndogo ya kesi ya watu Marekani. Wazee na wale walio na matatizo ya afya kama ugonjwa wa moyo, kisukari, ugonjwa wa mapafu na hali yoyote inayoathiri kingamaradhi huenda wakawa kwa hatari kubwa. Kwa kuongezea, wasafiri kuelekea na kutoka maeneo fulani ya dunia huenda wakawa kwa hatari zaidi. Ona [wwwnc.cdc.gov/travel](http://wwwnc.cdc.gov/travel) kwa mwelekezo wa usafiri wa sasa kutoka kwa CDC.

## Ninaweza kujikinga vipi kutokana na COVID-19?

Kujizoeza mbinu sahihi za kuosha mikono pamoja na kuepuka kugusa uso kunaweza kukulinda kutokana na COVID 19 na virusi vingine vingi. Ona <https://youtu.be/d914EnpU4Fo> kwa pitio la haraka la mbinu zinazofaa za kuosha mikono. Kwa sasa hakuna chanjo ya COVID-19. Kupunguza hatari ya maambukizo yanayohusiana na upumuaji, hasa homa, unaweza kusaidia kujilinda na kuwalinda wengine kwa kupata chanjo ya homa. Kujilinda kila siku kunaanzia kwa kuepuka kuwa karibu na watu walio wagonjwa hadi kuepuka sehemu zinazoguzwa mara nyingi kwa umma kama kitufe cha lifti, mpini ya mlango, papi za ngazi na kusalimiana kwa mkono. Hatua zingine zinatia ndani:

- kugusa macho, mapua, au mdomo kwa mikono ambayo haijaoshwa
- kaa nyumbani ukiwa mgonjwa na epuka kukaribiana na wengine
- funika mdomo/mapua kwa tishu au mkono wa vazi unapokohoa au kuchemua



CDC inaendelea kusisitiza wasiwasi wa usafiri wa kimataifa. Kuanzia Machi 12, CDC inapendekeza kuepuka usafiri usio wa lazima kuelekea Uchina, Irani, Korea Kusini, na bara Ulaya. Safari kuelekea Japani ni tatizo kwa wazee au wale walio na matatizo ya afya. Ona [wwwnc.cdc.gov/travel](http://wwwnc.cdc.gov/travel) kwa mwelekezo wa usafiri wa sasa kutoka CDC.

## Nitafanya nini ikiwa nina dalili?

Homa na maambukizo mengine yanayohusiana na upumuaji ikitia ndani COVID-19 ina dalili zinazofanana kama sio sawa. Watu wanodhania ni wagonjwa au wanaokuwa wagonjwa HAWAPASWI kuenda kazini. Watu wanapaswa kuchunguza kohozi, matatizo ya kupumua, na joto la homa na wanapaswa kujizoeza kuweka umbali kati yao na wenzao ili kuzuia kuenea kwa ugonjwa wowote ambao huenda wanayo. Watu walio na dalili zilizoelzewe NA wamekutana na mtu aliyethibitishwa kuwa na COVID-19 wanapaswa kuwasiliana na mhudumu wao wa afya kupitia simu. Toa habari kuhusu dalili na lini na jinsi gani walikutana na kesi iliyothibitishwa. Mhudumu wa afya huenda aidha akatoa pendekezo la kupimwa kupitia maabara ya kibiashara au watumie rasilimali za afya ya umma. Watu walio na dalili za COVID-19 ambao wamekutana na kesi hawapaswi kuenda kwa mhudumu wa afya au chumba cha dharura bila kuwasiliana na mhudumu au chumba cha dharura kwanza.

## COVID-19 inatibiwaje?

Hakuna dawa zilizoidhinishwa hususa kwa ajili ya COVID-19. Watu wengi walio na ugonjwa wa virusi vya corona kwa kiwango kidogo watapona wenyewe kwa kunywa vinywaji vingi, kupumzika, na kunywa dawa ya maumivu na joto la homa. Hata hivyo, baadhi ya watu wanapata nimonia na wanahitaji matibabu au kulazwa hospitalini.

**Kwa habari zaidi: [www.health.mo.gov/coronavirus](http://www.health.mo.gov/coronavirus)**

**masaa 24 laini ya habari muhimu: 877-435-8411**

Iliyotengenezwa upya 3/20/2020

