

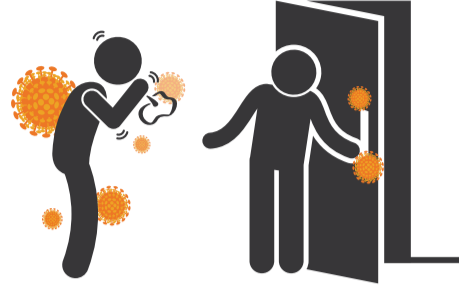
SAKIT NA DULOT NG CORONAVIRUS - 2019 (COVID-19)

ANG KAILANGAN MONG MALAMAN

Isa itong bagong coronavirus, na unang natukoy sa Wuhan, Tsina noong Disyembre 2019.

PAGKALAT Patuloy ang mga imbestigasyon

- Karaniwang naikakalat ng **mga taong may sakit** sa pamamagitan ng **mga tumatalsik** kapag nagsasalita, umuubo at bumabahing sila.
- Sa paghawak sa **mga kontaminadong bagay**, napupunta ang mga tumilamsik na ito na may dalang impeksiyon sa iyong mga kamay na puwedeng maging dahilan para makapasok ang mga ito sa iyong ilong / mga mata / bibig.



Kumalat ang virus sa ibang bansa dahil sa mga naglalakbay. Nakakatulong ang **pagsi-screen sa mga pasukan** sa pagtukoy sa mga biyaherong may sakit.

MGA SINTOMAS

Maaaring lumitaw ang mga sintomas sa loob ng 14 na araw makalipas ang malamang na pagkakalantad. **Bantayan ang iyong kalusugan!**

- Lagnat
- Pamamaga ng lalamunan
- Ubo
- Pangangapos ng hininga
- Pananakit ng kalamnan
- Pagtatae



KATAMTAMAN lang ang karamihan ng mga kaso, pero may ilang **MALALA** at maaaring nakamamatay.



Magpatingin kaagad sa doctor kung sa tingin mo ay nalantad ka o kung magkaroon ka ng mga sintomas.



PAG-IWAS

Panatiliing malinis ang katawan at sumunod sa mga ligtas na kasanayan sa pagkain:

- Madalas na maghugas ng mga kamay. Gumamit ng hand sanitizer na may alcohol kapag walang magagamit na sabon at tubig.
- Magtakip ng ilong at bibig kapag umuubo at bumabahing.
- Iwasang hawakan ang iyong mukha.
- Siguraduhing naluto nang husto ang pagkain, pati ang mga itlog.
- Huwag magbahagi ng pagkain, inumin at personal na gamit.



Iwasang potensyal na malantad:

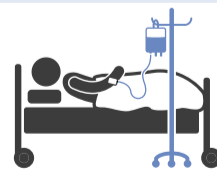
- Huwag pumunta sa palengke o bukid.
- Iwasang madikit nang direkta sa mga hayop (buhay o patay) at sa ginagalawan ng mga ito.
- Huwag hawakan ang mga bahaging maaaring nakontamina ng mga dumi.
- Iwasang madikit sa mga ligaw na hayop—mga pusa, aso, daga, ibon at paniki.
- Lumayo sa mga taong malinaw na may sakit. Huwag hayaang maubuhan o mabahingan ka nila.
- Iwasan ang mga aktibidad kung saan malamang na malantad ka sa malalaking grupo ng mga tao.
- Huwag bumiyahe kung mayroon kang sakit.

Magpabakuna kontra trangkaso—mababawa san nito ang posibilidad na magkatrangkaso na dala ng panahon at mapaghinalaang mayroon kang mga sintomas ng COVID-19.



GAMUTAN

Walang partikular na gamutan. Maaaring maibsan ang mga sintomas sa pamamagitan ng paggamot sa mga ito.



Walang bakuna laban sa COVID-19.



Makibalita at alamin ang pinakabagong impormasyon mula sa nakalaang website ng International SOS: <https://pandemic.internationalsos.com/2019-ncov>

PAGTATATUWA: Binuo ang infographic na ito para lamang sa pagbibigay-kaalaman. Hindi ito pamalit sa payo ng propesyonal sa pangagamot. Kung mayroon kang mga tanong o alalahanin tungkol sa anumang paksa na inilalarawan dito, sumangguni sa iyong propesyonal sa mangagamot.

© Copyright 2020 AEA International Holdings Pte. Ltd. Nakalaan ang lahat ng karapatan.

19/02/2020 - version 3.0

