

# Coronavirus COVID-19



Coronavirus  
**COVID-19**  
Staff health  
advice

## VIRUSI VYA KORONA-19 NI NINI? NA VINA UBAYA GANI ?

NOVEL CORONAVIRUS (KWA KIFUPI COVID-19) Ni virusi vipya vinavyosambaza kutoka kwa binaadamu haadi kwa mwengine katika nchi nyingi pamoja na Marekani. Wajuzi wa afya wanashurulikia kwa makini jambo hili kwa sababu taarifa ndogo inajulikana kuhusu virusi hivi vipya.

Kwa wakati huu, kuna idadi ndogo ya kesi Marekani. Kesi zilizoripotiwa ni za ugonjwa mpole (kama mafua ya kawaida) hadi pneumonia kali na hii inaombwa mgonjwa kulazwa hospitalini. Mpaka sasa vifo vilivyoripotiwa ni vya watu wenye umri mukubwa au matatizo mengine ya afya

## JE, VIPI NINAWEZA KUIZUIA?

Hapa kuna njia nne ya kila siku kusaidia kukuzuia kupata COVID-19 (virusi vya korona) au kuienea kwa wengine. Zinapaswa kufanywa na watu wote ndani ya ofisi ya IRC, mahali pote na muda wote



**Osha**

Mikono yako mara kwa mara na tumia sabuni, maji au dawa ya kuosha mikono. Epuka kugusa uso wako kama hujaosha mikono yako



**Funika**

Mdomo wako na pua lako kama unakohoa wala kupiga chavya. Tupa tishu ulio tumia moja kwa moja na nawa mikono



**Epuka**

kukaa karibu na mtu yeyote anaye kikohzi au homa. Baki mbali wa metre moja (1m)



**Baki  
Nyumbani**

Ukiwa uko mgonjwa na una kikohzi au homa, fuata ushauri wa serikali ya jiji inayotawala afya na mjuulishe mkubwa wako wa kazi .

## TAFADHALI KUJUA

**Maski/barakao haishauriwi:** isipokuwa kwa wagonjwa au wafanyakazi wa afya wanaowatunza wagonjwa

**Fuata ushauri wa serikali ya jiji:** Itabidi wafanyakazi wafuate kwanza ushauri na kanuni wa serikali ya jiji. Kama hamna, fuata mwongozo wa IRC

## MADALILI:

- KIKOHOZI
- UPUNGUFU WA PUMZI
- SHIDA YA KUVUTA PUMZI
- HOMA KALI