

የኮሮና ቫይረስ (ኮቪድ 19)

ምንድን ነው?

የኮሮና ቫይረስ በሽታ (ኮቪድ 19) የመተንፈሻ አካላትን የሚያጠቃ በሽታ ሲሆን በቅርቡ የአለም የጤና ድርጅት ለአለም ከፍተኛ ስጋት የሆነ ወረርሽኝ በማለት ፈርዷል።

አራሱም፤ ቤተሰብም ሆነ ማህበረሰብም ጤናማ እንዲሆን እንዲሁም የበሽታው ስርጨት እንዲገታ ሊያደርግባቸው የሚገቡ ቀላል ነገሮች አሉ።

በአገራችን የኮሮና ቫይረስ እንዳልተሰራ የተረጋገጠ ሰዎች ስላሉ አሁን የቫይረሱን ስርጭት ለማቆም እጅግ በጣም ወሳኝ ወቅት ነው።
ከአንታርክቲካ በስተቀር ሁሉም አሁኖች በሽታው እንደገባ እና ሁሉንም የህብረተሰብ ክፍል እያጠቃ እንደሆነ ይታወቃል።

በሽታው እንዴት ሊስፋፋ ይችላል?

ሰዎች በማቅረብ እና በሚጠጉ ጊዜ በሳል፣ በማሳሰብ እና በመነካካት ቫይረሱ ከተያዘ ሰው ወደ ጤናኛ ሰው በቀናት ይተላለፋል። ከዚህም በተጨማሪ እንደ ሰው ቫይረሱ ያለበትን አቃ ወይም ቦታ ነክቶ አፋን፣ አፍንጫውን ወይም እይንን በሚነካ ጊዜም በቫይረሱ ሊያዝ ይችላል።



ማሳል እና ማሳሰብ



ከሰው ጋር የሚኖር ንክኪ



የተሰከሉ ቦታዎች/አቃዎች

የኮሮና ቫይረስ በሽታ የሚያሰጋው ማንን ነው?

በማንኛውም የእድሜ ክልል የሚገኝ ሰው ለኮሮና ቫይረስ በሽታ የተጋለጠ ነው። እንዲያውም የህብረተሰብ ክፍሎች ከሌሎች በተለየ በቫይረሱ ምክንያት ለከፍተኛ ህመም ሊጋለጡ ይችላሉ። ከእነዚህም መካከል አረጋገጭ፣ የተለያዩ ነባር ህመሞች (ለምሳሌ የልብ፣ የጎሳ፣ የኩላሊት፣ የሰጠር እና የኮንጋር በሽታ) ያለባቸው ሰዎች ይገኙታል።

ምንም እንኳን በቁጥር ሲታይ የጣቶች እና የህፃናት በቫይረሱ መጠቃት እና ማሞት አድልዎ ገብቶኝ ቢሆንም፣ እነሱም ሊያዙ እና በሽታውን በተለየ ሁኔታ ተጋላጭ ለሆኑ የማህበረሰብ ክፍሎች ሊያስተላልፉት ይችላሉ።

ስለሆነም በየትኛውም የእድሜ ክልል ያለ ሰው ራሱን በመጠበቅ ቤተሰቡን እና ሌሎች በአካባቢው ያሉ ሰዎችን ከኮሮናቫይረስ መከላከል አለባቸው።

የበሽታው ምልክቶች

የኮሮና ቫይረስ በሽታ ከተላል ህመም ፣ የህክምና ክትትል ካልተደረገ ደግሞ እስከ ሞት ያደርሳል። የበሽታው ምልክቶች ለቫይረሱ ከተጋለጡበት ጊዜ ከ2 እስከ 14 ቀናት ድረስ ሊታዩ ይችላሉ። ሆኖም በቫይረሱ የተያዘ ሁሉም ሰው የበሽታውን ምልክት ላያሳይ ወይም ላይታመም ይችላል። ምልክት የሚታይባቸው ሆነ የሚይታይባቸው የተጠቁ ሰዎች ቫይረሱን ወደ ሌላ ሰው ሊያስተላልፉ ይችላሉ። ዋና ዋና የኮሮና ቫይረስ በሽታ ምልክቶች፡

- ትኩሳት፣
- ደረት ላል፣
- ለመተንፈስ መቸገር ወይም የትንፋሽ ማጠር

በሽታው አለብኝ ብለው ከተጠራጠሩ

ትኩሳት፣ ላል ወይም የመተንፈስ ችግር ካጋጠመዎ በበጣም ራስዎን ለይተው በመቆየት በነጻ የስልክ መስመሮች 8335 ወይም 952 ይደውሉ። የባለሙያ ምክር እና እነዚህ ያገኛሉ።

ስለ ኮሮና ቫይረስ በሽታ (ኮቪድ-19) ማወቅ ያለብዎ

የመከላከያ መንገዶች

ራስዎንም ሆነ ቤተሰብዎን ከዚህ በሽታ ለመታደግ ተመራጭ ዘዴ መከላከል ነው።



እጅዎን በአግባቡ መታጠብ፡ የኮሮና ቫይረስ ስርጭትን ለመከላከል እጅን መታጠብ ወጥታማ የሚሆነው መጀመሪያ እጅን በውሃ ካረጠቡ በኋላ ሁለቱም እጆችዎ እስኪደረሱ ላመና በመቀየት ቢያንስ ሰዓት ስኬት ያህል እጅዎን እየፈጠጠ ማሸት። ይህም የመፍን የውጭ ክፍል እና የውስጥ እጅ፣ ሁሉንም ጣቶች በተናጠል እንዲሁም የእጅን እንዳያቆም ያካትታል። አሸተው ሲጨርሱም በደንብ በማሳለፍ ማድረግ አለብዎ።



እጅዎን፣ ጆርዎን እና እፍዎን አለመነካካት፡ እጅዎ ብዙ ነገሮችን ሲነካ ስለሚውል ቫይረሱን የማግኘት እድልዎ ከፍ ያለ ነው። ረታዎን በእጅዎ ሳይመነካት ቫይረሱ ወደ ሰውነትዎ እንዳይገባ መከላከል ይችላሉ።



በሚያስሉ እና በሚያስተሉ ጊዜ ከርጋዎን በማጠፍ ወይም በሰፍት እፍ እና እፍንጫዎን መሸረን፡ የተጠቀሙበትን ሰፍት ወዲያው በአግባቡ አስወግደው እጅዎን ይታጠቡ። ይህም በማህበረሰብ እና በማሳል ጊዜ ከአፍና እፍንጫ በሚወጣ ፈሳሽ ውስጥ ሊገኝ የሚችለውን ቫይረስ እንዳይሰራጭ ይታወቃል።



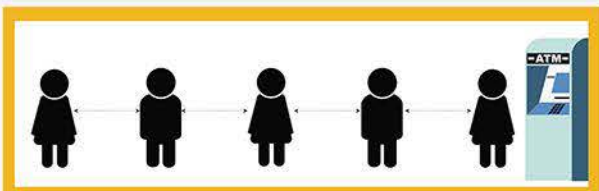
ሰዎች በተደጋጋሚ ስሚነካቸው እንደ ሰር እጅታዎች፣ የምብረያ ማጥፊያዎች፣ የደረጃ መደገፊያዎችን አለመነካካት፡ በደረጃ ፈሳሾች ማጠፋት፣ የቤት ውስጥ የንጽህና መጠበቂያዎችን በመጠቀም እንዲሁም በረከና እና የአልኮል ውህድ (የአልኮል መጠኑ ቢያንስ 70% የሆነ) ጸረ ጆርዎ ማጠፋት ለዚህ ደብዳቤ ማጠፋት ይችላሉ።

ከንክኪ መቆጠብና ርቀትን መጠበቅ

ራስዎንም ሆነ ቤተሰብዎን ለመከላከል ሰዎች በብዛት ከሚገኙባቸው ቦታዎች ራስን በማራቅ ጥንቃቄ ማድረግ አለብዎ።

የኮሮና ቫይረስ በተለሉ ከሰው ወደ ሰው እንዲሁም ቶሎ ቶሎ ወይም ነገሮች ወይም እቃዎች የሚሰራጩ ስለሆነ ሁሉም ሰው ይህን ስርጭት ለመግታት የሚረዳ ሀሳብ ማዳበር አለብዎ።

- በተቻለ መጠን ከሰዎች ጋር ሁለት ሜትር ወይም ሁለት አርምዎ ያህል ይራቁ።
- መጨባጠን፣ መተቃቀፍ፣ መሳሰሉ እና በአጠቃላይ ከማንም ሰው ጋር አካላዊ ቅርጽ ለይቲርዎ።
- ሰው የተሰበሰቡ ቦታ ትላልቅ ስብሰባዎችን እና ማህበራዊ ክንውኖች ላይ መገኘት ያቆሙ። (ለምሳሌ ሰርዎ፣ ልደት፣ ለቅት፣ ማህበር፣ ሃይማኖታዊ ሁኔታዎች)
- እንደ ላል፣ ማህበረሰብ እና ትኩሳት ያሉ የኮሮናቫይረስ በሽታ ምልክቶች ካሉባቸው ሰዎች ይራቁ።



ከማንኛውም ሰው ቢያንስ 2 አርምዎ ወይም ሁለት ሜትር ይራቁ

የኮሮና ቫይረስ የመከላከያ ክትባት አሁንም በሙከራ ላይ ያለ ሲሆን ገና አልተጠናቀቀም።

በአለም ዙሪያ ያሉ ሳይንቲስቶች ወጥታማ የሆነ ክትባት ለመስራት እየሞከሩ ነው። ለዚህም እጅን በአግባቡ መታጠብ፣ ከንክኪ መቆጠብና ርቀትን መጠበቅ የመከላከያ መንገዶች የኮሮና ቫይረስ ስርጭትን ለመግታት በጣም ውጤታማ ናቸው።



ሁሉም የራሱን ሃላፊነት ከተወጣ የኮሮና ቫይረስ ስርጭትን እንገታለን። ለበለጠ መረጃ በነጻ የስልክ መስመር 8335 ወይም 952 ይደውሉ።

