

Totoong nakakatakot

Kuwento ng na impeksyon ng corona

Tungkol sa corona virus

Uri ng viral na sipon.

Lagnat, sakit ng lalamunan, tuloy tuloy na ubo (mga isang linggo), mabigat na pag kahilo na inilarawan sa pamamagitan ng maraming tao at ito ang kanilang dinadaing, subalit mayroon rin mga walang sintomas.

Ang panahon nag incubation period ng impeksyon ay 1 hanggang 12.5 araw (maraming nag sasabi na karamihan 5 hanggang 6 na araw).

Sinasabing nakakahawa ito ng droplet infection at malapitan na kontak.

Tungkol sapag katapos ng after effect.

Matapos na manawanan ng corona virus ang mga sintomas at ay nap abuti at pinalabas na sa ospital (pag katapos ng after effect) Maraming ulat ang nagawa mula sa bawat bansa.

Kahit na banayad na karamdaman na tao ay maaaring magkaroon pag katapos ng epekto ay maaring lumitaw.

Ayon sa domestic at internasyonal na inireport na 3 na katao ang nahawahan ng corona virus, 1 tao ang nakakaranas kahit isa o higit pang mga sintomas bilang isang epekto.

Kasama sa madalas na mga sintomas ang pag kapagod ,mainisin, sakit sa dibdib at kakulangan sa ginhawa.

Sinasabing ang tagal ay naiiba depende sa mga sintomas ngunit ito ay halos ilang linggo hanggang 6 na linggo.

< Halimbawa ng After effect >



Pag kabagot



mainisin



sakit sa dibdib



ubo



pagkawala ng buhok



PTSD



hindi pag kakatulong



karamdaman sa memorya



mahinang konsentrasyon

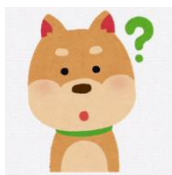


dipresyon.

Mga hakbang para

Mahalagang umiwas na hindi mahawaan ng corona virus.

Basahin ang susunod na pahina para sa panukalang pang iwas.

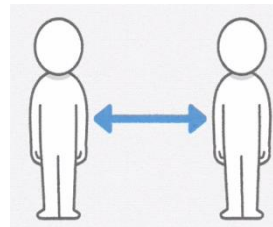


Mga puntos upang maiwasan ang pagkalat ng impeksyon sa corona virus

Ang 3C upang mapanatiling makaiwas sa impeksyon.

Iwas sa malapitan (saradong espasyo may mahinang bentilasyon • saradong pagtitipon (saradong pagtitipon kasama ang maraming bilang ng tao • saradong konektadong pag uusap at mga malapitan na nagaganap ng bawat isa na nagkakaroon ng mataas ng pag kahawa ng impeksyon.

Madalas na lagyan ng bentilasyon ng bagong hangin at panatilin ang distansya ng 2 metro o higit pa sa bawat isa.



Gumamit ng malinis na mask.

Kung mag susuot ng mask ito ay makakatulong na huindi maka impeksyon.

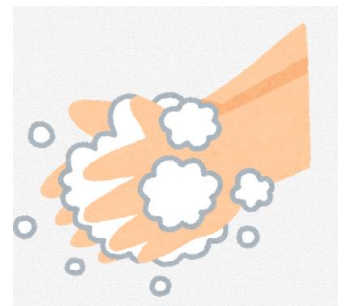
Mag mask rin kahit nasa loob ng bahay.

At, kailangan palitan at gamitin ang mask na malinis.



Kaugaliin na mag hugas ng kamay at mag mumug ng madalas.

Gumamit ng sabon tuwing mag huhugas ng kamay, at mag alcohol.



Iwasan ang pag gamit ng tuwalya ng ibat ibang tao.

Huwag gamitin ang tuwalya ng paulit ulit.

Gumamit ng sariling tuwalya.

Kumain ng tahimik

Iwasan ang pag gamit ng parehong plato, ibukod bukod sa plato.

Iwasan ang mag usap habang kumakain.

Iwasan ang gumamit ng parehong plato, ibukod ang pag kain sa bawat plato.

