

COVID-19

Isang bagong coronavirus ang COVID-19.

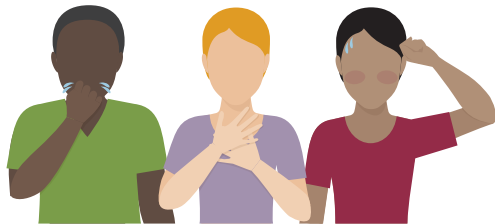
Maaari itong magdulot ng bahagyang sakit, tulad ng karaniwang sipon, o malalang sakit, tulad ng pneumonia.

Wala pang gamot o bakuna.

Kumakalat ito sa pamamagitan ng maliliit na patak ng likido kapag bumahing, umubo o nagsalita ang taong may virus.



Mga Sintomas



Pag-ubo, paghingal o hirap sa paghinga.

Puwede ring magkaroon ng lagnat, pangginginig, pananakit ng kalamnan, sakit ng ulo, pamamaga ng lalamunan o pagkawala ng panlasa o pang-amoy.

Kung mayroon ka ng mga sintomas na ito, manatili sa bahay at tawagan ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan.



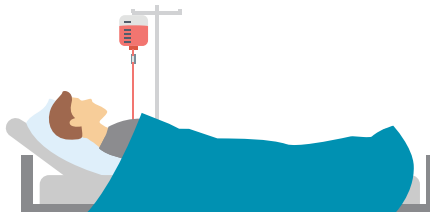
May mataas na panganib na magkaroon ng malalang sakit



Ang may edad 65 o higit pa.



Nakatira sa isang pasilidad sa pangangalaga.

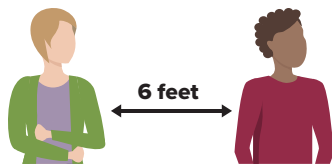


May kasalukuyang kondisyon sa kalusugan o mahinang resistensya.

Pigilan ang pagkalat ng COVID-19.



Manatali sa bahay hanggang kaya mo.



Manatili nang may 6 na talampakang layo mula sa mga taong hindi mo kasama sa bahay.



Magsuot ng telang mask sa mukha para hindi mahawahan ng mikrobyo mo ang iba.

Protektahan ang iyong kalusugan.



Madalas na maghugas ng mga kamay gamit ang sabon at maligamgam na tubig.

Kuskusin sa loob ng 20 segundo.



Takpan ang iyong pag-ubo at pagbahing.

Gumamit ng tisyu o siko mo.



Huwag hawakan ang iyong mukha o telang mask gamit ang hindi pa nahuhugasang mga kamay.

Hugasan muna ang iyong mga kamay.



Iwasang makihalubilo sa mga taong may sakit.

Kung may sakit ka, manatili sa bahay at malayo sa iba.

Matuto pa at makakuha ng updated na impormasyon sa tpchd.org/coronavirus.



Tacoma-Pierce County
Health Department
Healthy People in Healthy Communities