



**Republic of Zambia  
Ministry of Health**

## **Ubulwele bwa kolonavailasi 2019 (COVID-19)**

### **IPEPALA ILILELONDOLOLA PA BULWELE BWA KOLONAVAILASI**

#### **Bushe ubulwele bwa kolonavailasi 2019 buulwele nshi?**

Ubulwele bwa kolonavailasi 2019 (COVID-19) buulwele ubufulunganya imipemene ubuletwa na kashiishi akapya aka kolona. Aka kashiishi kalaleta ubwafya mu mipemene nga filya ficita icifine kabili nga bwapitilila bulaleta utulaso, ne mfyo ukuleka ukubomba kabili kuti bwaleta imfwa. Akashiishi ka kolonavailasi 2019 kaasangilwe ku caalo ca China mu mwaka wa 2019 lelo kalisalanganina ku fyalo fimbi.

#### **Ifilangililo ne fishibilo**

- Umubili ukukaba
- Mu cifuba ubukali
- Icifuba
- Ukushupikwa pa kupeema
- Umutwe ubukali
- Ukupemashika
- Ifilonda pa mukoshi

#### **Ifyo ubulwele busalanganana**

Ubu bulwele bufuma ku nama elyo bwaya ku bantu no kutendeka ukusalanganana. Umuntu kuti ayambula ubu bulwele ukupitila:-

- Mu kupalamana no muntu uulwele ubu bulwele;
- Ukusabukilwa no mwela uwa menshi-menshi uusabuka nga umulwele wa kolona akoola atemwa atesula;
- Mu kwikata inama ishikwete akashiishi ka kolona;
- Mu kwikata ifintu atemwa incende apali akashiishi ka kolona elyo aikata mu linso, mu kanwa atemwa mu moona ukwabula ukusamba ku minwe;
- Mu kulya inama na ifyakulya fimbi ififuma ku nama ifikwete akashiishi ka kolona.

#### **Bushe ni baani abengambula ubulwele bwa kolonavailasi 2019?**

Umuntu onse kuti ayambula ubu bulwele; lelo cintu cayanguka saana ku bantu bamo pamo nga aba ukwambula ubulwele:

- Umuntu onse uwapalamana no mulwele wa kolona;
- Ababomfi ba mu cipatala bonse;
- Abantu abaletandalila incende ukwapona ubulwele;
- Ababomfi ba pa fibansa fya ndeke na babomfi ba mu ndeke ;
- Abantu abalwala amalwele ayasenda inshita iitali kabili ayayafya ukupola
- Abantu abaleikata inama ne fyakulya fimbi ififuma ku nama ifikwete akashiishi ka kolona.

## Ifyakuicingilila ku bulwele

Pa mulandu wakuti ubulwele bwa kolona buulwele ubukali nganshi elyo nefyo bulesalanganina ku ncende shimbi, ciikankala nganshi ukuti mwaicingilila kuli ubu bulwele ukubomfya ishi nshila:

- Sambeni ku minwe libili-libili ukubomfya isopo na menshi ayabusaka atemwa kuti mwabomfya umuti wa kusuba ku minwe uwakwipaya utushiishi;
- Tamufwile ukupalama abantu abakwete ifilangililo fya bulwele bwa kolona;
- Tamufwile ukwikata mu menso, mu moona na mu kanwa ukwabula ukusamba ku minwe;
- Bomfye ni mukati ka kaboyo apapetamina ukuboko ukufimba pa kanwa na pa moona pa kukoola na pa kutesula atemwa kuti mwafimbapo tiishu;
- Ipikisheni inama ne fyakulya ififuma ku nama ilyo tamulafilya;
- Tamufwile ukwikata ifiteekwa ifituntulu atemwa inama sha mpanga ishituntulu ukwabula ukufwala ifyakuicingilila ku minwe;
- Tamufwile ukufwisa amate mu ncende sha cintu-bwingi;
- Ababomfi ba mu cipatala bafwile ukukonka inshila sha kuicingililamo ku malwele ishapeelwa;
- Tamufwile ukuya pa bulendo nga tamuleumfwa bwino;
- Tamufwile ukuya ku ncende ukwapona ubulwele bwa kolonavailasi nga cakuti ubulendo tabupamfishe;
- Tamufwile ukulya inama ishilewele pamo ne nama ishaifwila pa mulandu wa kulwala.

## Bushe kwaliba umuti wa kundapa ubulwele bwa kolonavailasi 2019?

Takwaba umuti wa bulwele bwa kolonavailasi 2019. Lelo abantu abakwete ifilangililo ne fishibilo fya ubu bulwele bafwile ukuya ku cipatala icili mupepi ilyoline fye pakuti bengaya bondapako.

## Bushe kwaliba umuti wa kucingilila abantu ku bulwele bwa kolonavailasi?

Pali ndakai takulaba umuti wa kucingilila abantu ku bulwele bwa kolonavailasi. Inshila iisuma iyakuicingililamo kuli ubu bulwele ku konkafye inshila shapeelwa ishakuicingililamo.

## Finshi mufwile ukucita nga cakuti muletunganya ukuti imwe, lupwa wenu atemwa umuntu umbi nakwata ubulwele kolonavailasi?

Nga cakuti muletunganya ukuti namukwata ifilangililo ne fishibilo fya bulwele bwa kolonavailasi, kabiyeni ku cipatala icili mupepi ilyoline fye.

***Nga mulefwaya ukwishibilapo ifingi, tumeni lamya kuli aya manambala ayapeelwe pesamba.***

Ministry of Health,  
Haile Selassie Avenue,  
P.O. Box 30205, Lusaka

Website: [www.moh.gov.zm](http://www.moh.gov.zm) | Email: [ps@moh.gov.zm](mailto:ps@moh.gov.zm)

Call Centre: 0974 493553 | 0953 898941 | 0964 638726

**TOLL FREE LINE: 909**



World Health  
Organization



THE WORLD BANK  
IBRD • IDA | WORLD BANK GROUP