

ኮረና ቫይረስ -ብዛዕባ ናይ ሕጂ ኩነት ምንቅስቃስ ኣብ ኬንያ ክትፈልጥዎ ዘለኩም (ኮረና ቫይረስ ረኽሲ -COVID-19)

1. ኣብ ኬንያ ዝተረጋገጸ ጉዳይ ብዛዕባ ኮረና ቫይረስ (ረኽሲ) ኣሎ ዶ? ናይ ኮረና ቫይረስ (ረኽሲ) ጉዳይ ኣብ ኬንያ ኣብዚ ጊዜ እዚ እወ ኣሎ። ቅድሚ ግደብ ኣርባዕተ ማዕልታት ንስኻ ወይ ድማ ቀረባኻ ዚኾኑ ናብ ካብተን ዝተለኸፉ ሃገራት ዝገኹ እንተ ኣለዉ ናብ ሚንስትሪ ጥዕና ሓደ ካብዞም ዚሰዕቡ ቁጽርታት ጌርኩም ሓብሩና- 0800721316 (ናይ ነጻ ቴሌፎን): 0732353535፣ 0748592558።

2. ኮረና ቫይረስ (ረኽሲ) ብኸመይ ይመሓላለፍ? ኮረና ቫይረስ ካብ ሰብ ናብ ሰብ ብዚወጽእ እሑኡታ ንእሽቶ ንጣብ ዝመሓላለፍ ኣሎ። ስለዚ እንተ ወሓደ ናይ ሓደ ሜትሮ ማሕበራዊ ርሕቀት ምሕላው፣ ከምኡ ውን ሰላምታ ምውጋድ ኮረና ቫይረስ ንኸይሕዘና ይሕግዞና።

3. ንርእሰኻ ንኸይትልክፍ ንኸልኦት ድማ ንኸይትለክፍን ብኸመይ ትከላኸል?

✓ ማሕበራዊ ኣኼባ ኣውሕድ

✓ ብቐጻሊ ኢድካ ብ ፈሳሲ ማይን ሳምናን ምሕጻብ ተለማመድ

✓ ክትሰዕልን እንጥሸው ክትብል ከሎኻን ኣፍካን ኣፍንጫኻን ብሰፍቲ ወይ ክኣ ብመሃረብ (መንዲል) ሸፍና

4. ብኮረና ቫይረስ (ረኽሲ) ከምተለኸፍኩ ብኸመይ ይፈልጥ? ሓበራዊ ምልክታት ናይ ልቦዳ፣ ሓቛፊ ምስትንፋሳዊ ምልክታት፣ ረስኒ፣ እሕሑታ፣ ሕጽረት ትንፋስን ናይ ምትንፋስ ጸገማትን። ኣስተውዕል ኣብ ዝጸንከረ ጉዳያት፣ እቲ ልቦዳ፣ ነድሪ ሳምቡእ፣ ቅጽበታዊ ብርቱዕ ምስትንፋሳዊ ምልክታት ናይ ሕማም፣ ውድቀት ናይ ኩሊት ከም ውን ሞት ከስዕብ ይኸእል።

5. ምልክታት ናይቲ ሕማም ከም ዘለኒ ኢንተተጠራጠረ እንታይ ክገብር ኣለኒ? ካብቲ ኣብ ላዕሊ ዚተጠቐሱ ምልክታት ናይ ሕማም ዝኾኑ እንተ ኣማዕቢልካ፣ ማሕበራዊ ርክብ ኣወግድ፣ ደውል ናብዚ ቐጽሪ 0800721316 (ናይ ነጻ መስመር) ከሙ ውን ኣብ ገዛ ጽናሕ ክሳብ ተወሳኺ ሓበሬታ ትቐበል።

6. ካብ ኬንያ ወጻኢ ኪገይሽ ይኸእል ድዩ ኣብዚ ግዜ እዚ? UNHCR ናብ ካልእ ሃገር ክትገይሽ ኣየተባብዕን እዩ።

አእዳወኩም ተሐጸቡ

አእዳወኩም ተሐጸቡ ብማይን ሳሙናን ዝርኤ ርስሓት ምስ ዝህልወኩም



አእዳወኩም ዝርኤ ርስሓት ምስ ዘይህልዎ ዉን ብቐጻሊ ኣጽርይዎ ብኣልኮን ብመፋሕፍሒ ኢድን ወይ ድማ ብማይን ሳሙና



ንንፍሰኻን ንኻልኣትን ካብ ሕማም ተኸላኸል

አእዳወኩም ተሐጸቡ



- ብድሕሪ ምስዓልን እንጥሸዉምባልኩምን
- ንሕሙም ድሕሪ ምልዓልኩም
- ቅድምን ኣብን ድሕርን ምግብ ምቕራብኩምን
- ቅድሚ መግቢ ምብላዕኩም
- ድሕሪ ዓይኒ ምድሪ ጥካምኩም
- አእዳወኩም ዝርኤ ርስሓት ምስ ዝህልዎን ዘይህልዎን
- ድሕሪ እንስሳን ወይ ድማ ጉሓፍ ምሓዘኩምን



ንኻልኣት ተኸላኸሉ ካብ ሕማም

ክትስዕሉ ከለኹምን ዕንጥሸዉ ክትብሉ ከለኹምን ኣፍኩምን ኣፍንጫኹምን ብመሓረምያ ወይ ድማ ብሶፍት ሸፍንዎ



ሶፍት ወረቐት ምስ ተጠቐምኩም ብቐጥታ ናብ ጉሓፍ የእትዉዎ

አእዳወኩም ኣጽርይዎ ብኣልኮን ብመፋሕፍሒ ኢድን ወይ ድማ ብሳሙናን ማይን ድሕሪ ምስዓልኩምን እንጥሸዉ ምባልኩምን ከምኡ ዉን ድሕሪ ሕሙም ምልዓልኩምን



ንኻልኣት ተኸላኸሉ ካብ ሕማም



ረስንን ስዓል ምስ ዝህለወካ ምስ ካልኣት ምርኻብ ኣቋርጽ

ናይ ሕዝቢ ጎዳና ጡፍ ማባል ኣቋርጽ



ረስኒ፣ ስዓል ወይ ናይ ምስትንፋስ ጸገም ምስ ዝህልወካ ብኣጋኡ ናብ ሕክምና ኬድካ ናይ ዝነበረካ መገሻ ታሪኽን ንናይ ጥዕና ሓኪምካ ንገሮ



Source: WHO - <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public> - This is an unofficial translation, prepared by UNHCR. Users are advised to consult the original English version.