Latest update: 21/08/20

Charity 1067406

VIRUSI VYA KORONA

Reference: www.doctorsoftheworld.org.uk/coronavirus-information/

COVID-19 INFOGRAPHICS

Unapaswa kuchukua hatua gani ikiwa una dalili za maambukizi?

Jitenge: kaa nyumbani kwa muda wa angalau **SIKU 10**

Mwanafamilia au yeyote aliyetangamana nawe kwa karibu sharti ajitenge kwa muda wa **SIKU 10**

Ikiwa unaishi na mtu aliye na umri wa miaka 70 au zaidi, aliye na matatizo ya kudumu ya kiafya, ana ujauzito au mfumo wa kinga ulioodhoofika, mtafutie sehemu nyingine anapoweza kuishi kwa muda wa **SIKU 10**

Pata kupimwa virusi vya Korona ndani ya SIKU tano za kwanza za kuonyesha dalili

Ili kuweka nafasi ya kupimwa au kutuma ombi mtandaoni tembelea

www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test

Ikiwa huwezi kutuma ombi mtandaoni PIGA SIMU KWA 119 au 0800 028 2816 nchini Scotland

Utahitajika kupeana maelezo yako ya mawasiliano na kuwa na simu inayofanya kazi ili kupokea matokeo ya vipimo kupitia ujumbe.

Mwongozo wa kujitenga kwa familia ambazo huenda wameambukizwa virusi vya korona

Usiende kazini, shuleni, upasuaji wa GP, kwenye duka la dawa au hospitali

Usitangamane na watu kwa karibu

Fuata muongozo wa wageni

Nawa mikono mara kwa mara

Safirishiwa chakula na dawa

Meza dawa ya paracetamol kupunguza maumivu

Kunywa maji mengi

Lala pekeyako, panapowezekana

Tumia majengo tofauti, au safisha kila bada ya kutumia

Unapaswa kuwasiliana na NHS 111 lini?

Hutatozwa ada yoyote

Unapojihisi mgonjwa sana hadi huwezi kufanya shughuli za kawaida

Unapohisi kuwa huwezi kukabiliana na dalili ukiwa nyumbani

Hali yako inapodorora zaidi

Unaweza kupata mkalimani katika lugha yako kwa kujibu “ndiyo”kwa maswali yote