



## 1. የኮሮና ቫይረስን እንዴት ሊይዝ ይችላል?

ቫይረሱ ከሰው ወደ ሰው ይተላለፋል። ይህ ለምሳሌ የሚከሰተው በሳል፣ ከሰው ጋር ሲነጋገሩ ወይም ሲጨበበጡ ነው።

## 2. ቫይረሱ እንዳለብዎ እንዴት ማወቅ ይችላሉ

የኮሮና ቫይረስ ካለብዎ ለምሳሌ ሳል ፣ ከአፍንጫ ንፍጥ ፣ ጉሮሮ መከርከር እና ትኩሳት ይያዛሉ። ከጉንፋን ጋር በጣም ተመሳሳይ ነው። አንዳንድ ሰዎች ደግሞ ተቅማጥ ይይዛቸዋል። አንዳንድ ሕመምተኞች ከሌሎች የከፋ ይሆናሉ፤ የአተነፋፈስ ችግሮች ወይም የሳንባ ምች ይያዛሉ።

ቫይረሱ ካለብዎ እነዚህ ምልክቶች እስኪታዩ ድረስ እስከ 14 ቀናት ሊወስድ ይችላል።

## 3. የኮሮና ቫይረስ አደገኛ የሆነው ለምንድነው?

ለአብዛኞቹ ሰዎች የኮሮና ቫይረስ በሽታ መለስተኛ ነው። ሆኖም በበሽታው ከተያዙት ሰዎች መካከል ወደ 15 ከመቶው አካባቢ ከባድ ነው፣ የመተንፈስ ችግር እና የሳንባ ምች ያጋጥማቸዋል። እስካሁን ድረስ ቫይረሱ አዛውንት በሽተኞችን እና ከዚህ ቀደም ታመው የነበሩትን ሰዎች ገድሏል።

## 4. የሕመም ምልክቶች ካሉብኝ ምን ማድረግ አለብኝ?

ትኩሳት ፣ ሳል ወይም የትንፋሽ እጥረት ካለብዎ እና የቫይረስ ኢንፌክሽን ያለባቸው ሰዎች ባሉበት አካባቢ የሚኖሩ ከሆነ ወደ ሐኪም ደውለው ቀጠሮ ያዙ።

ትኩሳት ፣ ሳል ወይም የትንፋሽ እጥረት ያለባቸው ሰዎች በተቻለ መጠን ከሌሎች ሰዎች ጋር ትንሽ ግንኙነት ሊኖራቸው ይገባል። ከሌሎች ሰዎች ቢያንስ 1.5 ወይም 2 ሜትር ርቀት ይራቁ።

ከተቻለ በቤትዎ ወይም በክፍልዎ ውስጥ ይቆዩ። በክርንዎ አካባቢ ወይም በቆሻሻ መጣያ ውስጥ ወዲያውኑ ሊያስወግዱት በሚችሉት መሀረብ ያስሉ እና ያስነጥሱ። እጆችዎን ብዙ ጊዜ እና በደንብ ይታጠቡ (በተለይም መጸዳጃ ቤት ከተጠቀሙ በኋላ እና ምግብ ከማዘጋጀትዎ በፊት)።

## 5. በበሽታው ከተያዘው ሰው ጋር ተገናኝቼ ከሆነ ምን ማድረግ አለብኝ?

ኮሮናቫይረስ ካለበት ሰው ጋር በግል ተገናኝተው ከነበረ ሐኪምዎን ወይም በሚኖሩበት ቦታ ወደሚገኘው [የጤና ክፍል](#) ደውለው ያሳውቁ። ብዙ ሰዎች በተመሳሳይ ጊዜ የሚደውሉ ከሆነ መስመሩ ሊያዝ ይችላል። በዚህ ሁኔታ እባክዎን ለፌዴራል ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር 030 346 465 100 ይደውሉ። ምክሩ የተሰጠው በጀርመንኛ ብቻ ነው።

በእንግዳ መቀበያ ማእከል ውስጥ ወይም በጋራ መኖሪያው ውስጥ የሚኖሩ ከሆነ በፍጥነት ለተቋሙ አስተዳደር ወይም ለተንከባካቢው ሠራተኞች ያሳውቁ። ለምሳሌ በትምህርት ቤትዎ ፣ በቋንቋ ትምህርት ቤትዎ ፣ በሙያ ስልጠና ወይም በስራ ቦታዎ።