



ACCÉSSS

Alliance des Communautés Culturelles pour
l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

Ang Mga Katotohanan Tungkol sa COVID-19 - Coronavirus

Sa ngayon, ang World Health Organization ay nagpapahayag ng katayuan ng pandemya para sa COVID-19, at bagaman sa kasalukuyan ay nasa Quebec ang pagkalat nito ay kontrolado, sa mga darating na linggo ay nangangako na hindi magiging kritikal at magiging kontrolado ang pagbagsak, at ginagawa ng ating gobyerno ang lahat ng mga kinakailangang hakbang, siyentipiko at sosyal, upang tumugon nang mabilis at mahusay.

Ano ang COVID-19?

Ang COVID-19 ay isang uri ng virus sa pamilya na sanhi ng coronavirus na maaaring maging sanhi ng malubhang problema sa kalusugan, lalo na sa mga matatanda, sa mga may mahinang katawan o madalas dapuan ng malubhang sakit.

Ano ang mga sintomas ng COVID-19?

Ang mga sintomas ay maihahambing sa mga pana-panahong trangkaso o isang sipon. Ito ay nailalarawan sa pamamagitan ng :

- isang biglaang lagnat
- ubo
- pagkapagod
- pagkawala ng panlasa
- at hirap sa paghinga

Pareho ba ang mga sintomas sa lahat?

Ang ilan sa mga tao ay maaaring walang sintomas at pwedeng mapagaling nang hindi nangangailangan ng espesyal na paggamot o kakaunti lamang ang maaring maging sintomas.

Ang iba pang mga pasyente ay maaaring makaranas ng sakit, pagkakaroon ng sipon o pagtatae na unti-unting umuusbong.

Ang mga sintomas ay maaaring banayad (katulad sa isang malamig) o mas matindi (tulad ng mga nauugnay sa pulmonya at kahirapan sa paghinga). Sa mga malubhang kaso, ang impeksyon ay maaaring maging sanhi ng kamatayan.

Alin sa organo ang pinaka-apektado?

Karaniwan ang ilong, lalamunan at baga

Paano naipadala ito?

Ang sakit ay maaaring mailipat ng :

- direktang pakikipag-usap sa mga tao kapag ito ay malapit sa iyong paghinga ng isang nahawaang tao kapag ang taong iyon ay umubo o bumahing
- malapit at matagal na pakikipag-usap sa isang nahawaang tao
- hindi direktang paghawak sa mga kamay, bagay o ibabaw na kung saan ang mga patak na tumalsik sa pamamagitan ng bibig, ilong o mata ng nahawaang tao ay doon matatagpuan.

Gaano katagal ang buhay ng coronavirus?

Ang Coronavirus ay maaaring mabuhay nang matagal sa mga bagay :

- 72 oras sa mga tuyong bagay sa balat o mukha.
- 6 na araw sa mga nababasang mga bagay sa balat.

Paano kung mayroon akong mga sintomas?

Ang mga residente ng Quebec na nagkakaroon ng mga sintomas ng lagnat, ubo o paghihirap sa paghinga sa kanilang pagbabalik mula sa paglalakbay sa labas ng Canada, ay inaanyayahang makipag-ugnayan sa [1-877-644-4545](tel:1-877-644-4545)

Ang mga klinika ay inaayos sa Quebec upang mabilis na suriin ang mga taong maaaring maapektuhan, dapat mong tawagan ang numero na ito bago pumunta doon.

- Kapag tumawag o bumisita sa ospital, dapat itong banggitin kung nakadalaw ka sa ibang bansa mula pa noong simula ng 2020 o nagkaroon ng mga kontak sa mga taong kamakailan lamang nagbiyahe.

Mayroon bang bakuna o paggamot?

Sa ngayon, walang bakuna o paggamot, ngunit maaaring magamit ang mga suportadong paggamot upang mapawi ang mga sintomas.

Karamihan sa mga nagdurusa ay nakakabawi sa kanilang sarili.

Ang pinakamahasag na paraan upang maprotektahan ang iyong sarili laban sa virus ay gawin ang sumusunod na mga panuntunan sa pag-iwas.

Paano ko maiiwasan ang impeksyon sa virus na ito?

Narito ang kinikilalang mga hakbang sa kalinisan na inirerekomenda para sa lahat :

- Hugasan ang iyong mga kamay nang madalas sa maligamgam na tubig at sabon nang hindi bababa sa 20 segundo.
- Gumamit ng isang disimpektante, na nakabatay sa alkohol kung wala kang sabon at tubig.
- Sundin ang mga patakaran sa kalinisan kapag umuubo o bumabahing.
- Takpan ang iyong bibig at ilong sa iyong braso upang mabawasan ang pagkalat ng mga patak kapag umuubo ka o bumabahing.
- Kung gumagamit ka ng isang tisyu, itapon ito sa lalong madaling panahon at hugasan ang iyong mga kamay pagkatapos.
- Iwasan ang pagbisita sa mga tao sa mga ospital o pang matagalang pangangalaga sa bahay sa loob ng 14 na araw mula sa pagbalik mula sa isang dayuhang bansa o kung ikaw ay may sakit.
- Iwasan ang direktang pakikipag-usap para sa mga pagbati, tulad ng mga kamay at halik.

Kinukumpirma ng Montreal Regional Department of Public Health na ang pag-akses sa klinika para sa COVID-19 ay bukas sa lahat ng mga tao, anuman ang kanilang katayuan sa imigrasyon, mayroon man o walang saklaw na medikal.

Mga kapaki-pakinabang na mapagkukunan

Pangkalahatang linya ng impormasyon COVID-19 Lunes hanggang Biyernes, 8 a.m.
hanggang 6 p.m. tumawag sa 1 877 644 4545

Linya ng Impormasyon ng Pamahalaan ng Canada para sa Publiko sa COVID 19
1 833 784 4397

<https://santemontreal.gc.ca/population/coronavirus-covid-19/>

L'OMS : <https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

Ang Gobyerno ng Québec : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/>

© Ginawa ng Alliance of Cultural Communities para sa Pagkakapantay-pantay sa Kalusugan at Panlipunang Paglilingkod - AKSES