



## ENGLISH

### **WHAT IS A CORONAVIRUS**

Coronaviruses are a large family of viruses which may cause illness in animals or humans. In humans, several coronaviruses are known to cause respiratory infections ranging from the common cold to more severe diseases.

### **WHAT IS A COVID-19?**

COVID-19 is the infectious disease caused by the most recently discovered coronavirus (“CO” stands for corona; “VI” for virus; “19” the year in which it appeared). This new virus and disease were unknown before the outbreak began in Wuhan, China, in December 2019.

### **WHAT ARE THE SYMPTOMS OF COVID-19?**

The most common symptoms of COVID-19 are fever, tiredness, and dry cough. In more severe cases, infection can cause pneumonia, severe acute respiratory syndrome and even death.

### **IS THERE A VACCINE, DRUG OR TREATMENT FOR COVID-19?**

Not yet. To date, there is no vaccine and no specific antiviral medicine to prevent or treat COVID-2019. However, those affected should receive care to relieve symptoms. People with serious illness should be hospitalized. Most patients recover thanks to supportive care. Possible vaccines and some specific drug treatments are under investigation.

### **WHO IS AT RISK OF DEVELOPING SEVERE ILLNESS?**

While we are still learning about how COVID-2019 affects people, older persons and persons with pre-existing medical conditions (such as high blood pressure, heart disease, lung disease, cancer or diabetes) appear to develop serious illness more often than others.

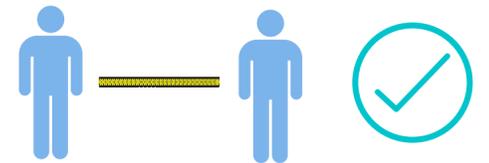
## WHAT CAN I DO TO PROTECT MYSELF AND PREVENT THE SPREAD OF DISEASE?

You can reduce your chances of being infected or spreading COVID-19 by taking some simple precautions:

- Regularly and thoroughly clean your hands with an alcoholbased hand rub or wash them with soap and water, because these actions kill viruses that may be on your hands.



- Keep a safe distance of at least 1 metre (3 feet) from people. The virus is contained in saliva droplets and can be transmitted by breathing at close range, particularly when they cough, sneeze or have a fever.



- Avoid touching eyes, nose and mouth, because hands touch many surfaces and can pick up viruses. Once contaminated, hands can transfer the virus to your eyes, nose or mouth. From there, the virus can enter your body and can make you sick.

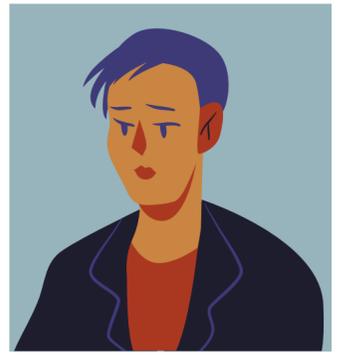


- Make sure you, and the people around you, follow good respiratory hygiene. This means covering your mouth and nose with your bent elbow or tissue when you cough or sneeze. Then dispose of the used tissue immediately. Why? Droplets spread virus. By following good respiratory hygiene you protect the people around you from viruses such as cold, flu and COVID-19.



- Avoid shaking hands and hugging, for the reasons mentioned above. Stay at home as much as possible, following the rules indicated by the authorities. If you have a fever, cough and difficulty breathing, seek medical attention and call in advance. This will allow your health care provider to quickly direct you to the right health facility. This will also protect you and help prevent spread of viruses and other infections.

All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## FRENCH

### **QU'EST-CE QU'UN CORONAVIRUS?**

Les coronavirus sont une grande famille de virus connus pour provoquer des maladies tant chez les animaux que chez les hommes; chez ces derniers, les coronavirus provoquent des infections respiratoires allant du simple rhume à des maladies plus graves.

### **QU'EST-CE QUE COVID-19?**

COVID-19 est la maladie infectieuse causée par le nouveau coronavirus ("CO" signifie couronne, "VI" pour virus, "D" pour maladie et "19" l'année où elle est apparue). Ce nouveau virus et cette nouvelle maladie étaient inconnus avant son apparition à Wuhan, en Chine, en décembre 2019.

### **QUELS SONT LES SYMPTÔMES D'UNE PERSONNE ATTEINTE DE COVID-19?**

Les symptômes les plus courants sont la fièvre, la fatigue et la toux sèche. Dans les cas les plus graves, l'infection peut provoquer une pneumonie, un syndrome respiratoire aigu sévère et même la mort.

### **EXISTE-T-IL UN TRAITEMENT OU UN VACCIN POUR LA COVID-19?**

Il n'existe pas encore de vaccins ou de médicaments antiviraux spécifiques pour prévenir ou traiter COVID-2019. Toutefois, les personnes concernées doivent recevoir une thérapie appropriée pour le traitement des symptômes, tandis que celles qui souffrent d'une maladie grave doivent être hospitalisées. La plupart des patients se rétablissent grâce à des soins de soutien.

Des vaccins éventuels et certains traitements spécifiques sont à l'étude.

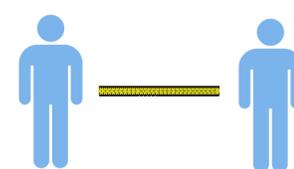
### **QUI RISQUE DE DÉVELOPPER UNE MALADIE GRAVE?**

Alors que l'impact de COVID-19 sur les personnes est encore à l'étude, ceux qui semblent développer une maladie grave plus fréquemment que d'autres sont: les personnes âgées et celles souffrant de maladies préexistantes, telles que l'hypertension, les maladies cardiaques, les maladies pulmonaires, le cancer ou le diabète.

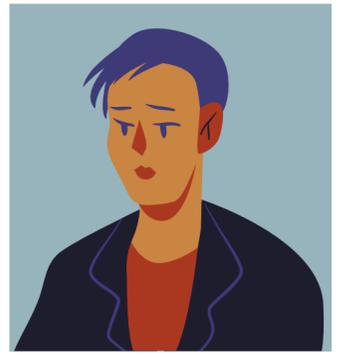
## QUE PUIS-JE FAIRE POUR ME PROTÉGER ET EMPÊCHER LA PROPAGATION DE L'INFECTION?

Vous pouvez réduire les risques d'être infecté ou de propager le COVID-19 en prenant quelques précautions simples:

- Lavez-vous souvent les mains avec de l'eau et du savon ou avec des solutions à base d'alcool pour éliminer le virus de vos mains.
- Tenez-vous à au moins un mètre des autres personnes. Le virus est contenu dans des gouttelettes de salive et peut être transmis par la respiration à distance rapprochée, en particulier lorsqu'elles toussent, éternuent ou ont de la fièvre.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche avec vos mains car vos mains, en touchant de nombreuses surfaces, peuvent collecter le virus et, une fois contaminées, peuvent transférer le virus à vos yeux, votre nez et votre bouche. De là, le virus se transfère dans votre corps et peut vous rendre malade.
- Suivez une bonne hygiène respiratoire, c'est-à-dire couvrez votre bouche et votre nez avec des mouchoirs jetables ou, en leur absence, avec le pli du coude: les gouttelettes propagent le virus et, en suivant une bonne hygiène respiratoire, protégez les personnes à côté de vous contre les virus tels que le rhume, la grippe et le COVID-19.
- Évitez les poignées de main et les câlins, pour les raisons déjà mentionnées.
- Restez chez vous autant que possible, en suivant les règles indiquées par les autorités. Si vous avez de la fièvre, de la toux ou des difficultés à respirer, appelez votre médecin de famille qui pourra vous orienter vers le service de santé approprié. Ainsi, vous serez mieux protégé et vous contribuerez à limiter la propagation des virus et autres infections.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## WOLOF

### LAN MOOY CORONAVIRUS?

Coronavirusyi doomu jangoro yu yaatu lañu yuy tek feebar nit yi ak malayi. Nit yi daf léen di andil ay jafe-jafe ci seen noyikay lumelni soc wala jangoro yu gëna jegi dayo.

### LAN MOOY COVID-19?

COVID-19 (“CO” moy corona, “VI” doomu jangoro, “D” feebar ak “19” at bimu feeñ) feebarla buy wàlâte likoy ëdi mooy doomu jangoro bu beesbi ñu nàñ Coronavirus. Doomu jangorobi (Coronavirus) ak jangorobi (COVID-19) keen xamuleenwoon balaa ñuy feeñu ci weeru décembre ci atum 2019, ca Wuhan, reewum Chine.

### LUY MÀNDARGAAL NIT KU AM COVID-19?

Màndarga yiñu gënë raañe moy yaram wuy tàgn, yaram wu diis mànàm còono ak sèxët. Ñi jangorobi gënë sori ci ñòm man nañu am jafe-jafe nooyi yu meeti ba man fa jaare fàtu.

### JANGOROJI AM NA GARAP BU KOY FACC WALA ÑAKK BULACIY ÀR?

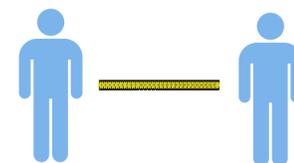
Ba fiiñu tool jangoroji amul garap amul ñakk bulasi mënë àr. Wàye kEEP kumu dal dinañula taxawu joxla ay garap ba facc lu melni soccibi, yaram buy tàgnbi, còonobi ak sèxëtbi. Ñi jangoroji sonal dinanulén téye kër doktòr. Mbòtay biy sàm wèrgiyaramu nitñi ñòngi saytu garap bu koy facc wala ñakk buy àràte ci jangoroji.

### ÑAN LA JANGOROJI GËNĒGAWA DAL?

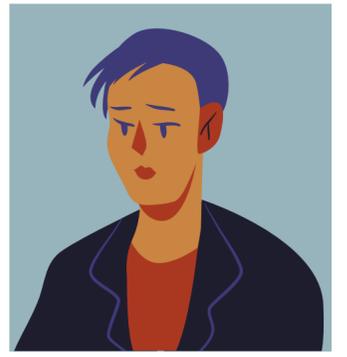
Jangoroji ñimu gënë gawadal mòy magatyì ak mag yu werulyi, ñinga xamne dano am jangoroy xol, wala ñu am ay jafe-jafe ci den, wala ñu am feebaru “cancer” wala “diabete”.

## LANLA MËNË DEF NGIR ÀRU CI JANGOROJI WALAMA BAÑKO LAWAL?

- Raxas say loxo ak ndox ak sàbu wala ak “alcol” mòoy ray doomu jangorobi.
- Déel soreyante ak nitñi lu tolòog ben méetar. Ndaxte doomu jangorobi mongi néek ci biir tiflit, te menena juge ci nit dem ci nit sà suñu jegewanté di nòyi, wala di tissoli wala ñuy sèxèt, wala suñu yaram tàng.
- Bul difaral di làlak sa loxo say bët, sa bakkan ak sa gémmin ndax doomu jangorobi manena néek sa loxo. Té doomu jangorobi bu duggé ci say bët, wala sa bakkan wala sa gémmin rek dafay dugu ci sa yaram tè manena ëndi jangoroji ci yaw.
- Déel taf sa gémmin ak sa bakan ak “mouchoir” bòoy sèxèt wala ngay tissoli, bòoko amul nga diko def ci sa còñcu.
- Bul di joxe loxo wala ngay fòn ci ay lex. Tòogal sa kër bu sa yaram néexul. Bu sa yaram tàngée, wala ngay sèxèt wala nga am jafe-jafe nòyi, wowal sa doctòr mu waxla lòoy def. Buko defée nga mënë àru ci jangoroji walama bañko lawal.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## IGBO

### **OZI MAKÀ NDI NA-AKWAGA MBA OZO NA COVID-19 MBEREDE**

Gini bu coronavirus Coronaviruses bu nnukwu ezinulo nke nje nke nwere ike ibute ori ana anumanu ma o bu mmadu. N'ime mmadu, a ma otutu Coronaviruses ka o na-ebute oria na anumanu ma o bu mmadu. N'ime mmadu, a ma otutu Coromaviruses ka o na-ebute oria nke akuku okuku ume na-esite na oyi na atukari na oria ndi siri ike.

### **GINI BU COVID-19?**

COVID-19 bu ori na-efe nke CORONAVIRUS choputara ohuu choputara ("CO" nochiri anya Corona, "VI" maka nje, "19" afo nke o putara). Amabeghi nje ohuru na oria ahu tupu ntiwapu amalite na Wuhan, China, na Disemba afo 2019.

### **KEDU IHE MGBAAMA NKE COVID-19?**

Mgabaama ndi a na-ahukari na 19 bu fever, ike ogwugwu, na ukwaea kporo nku. N'onodu ndi ka njo, ofufe oria nwere ike ibute oyi baa, nnukwu akuku iku ume na oria.

### **ENWERE OGWU MGBOCHI, OGWU MA O BU OGWUGWO MAKÀ COVID-19?**

obubeghi. Ruo taa, enweghi ogwu mgochi na onweghi ogwu mgochi o bula iji gbochie ma o bu mesoo COVID-19. Agbanyeghi, ndi ahu metutara kwesiri inweta nlekota iji belata mgbaama ha. Ekwesiri iga ulo ogwu na aria ndi nwere ajo oria. Imirikiri ndi oria na-agbake site na nlekota nkwardo. Aga ga-enyocha ogwu mgbochi na ogwu ufodu akowaputara.

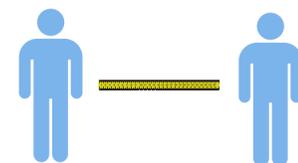
### **ISNYE NWERE IHE OMUMA NKE IBUTE ORIA OJOO?**

Mgbe anyi ka na-amu maka etu COVID- 2019 si emetuta ndi mmadu, ndi okenye na ndi nwere nsogbu ahuike dibu (dika obara mgbali elu, oria obi, oria ngugu, kansa ma o bu shuga) na-ebute oria siri ike karia mgbe ndi ozo.

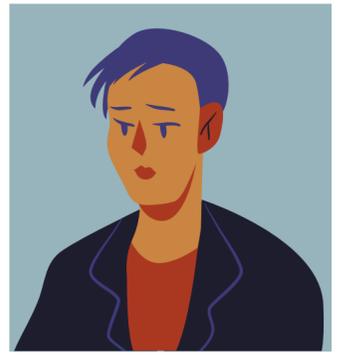
## GINỊ KA M GA-EME N'IHI NA MAKÀ ỌRỊA?

OHÈRÈ Ì NWERÈ IBUTE ỌRỊA MA Ọ BỤ GBASAA COVID - 19 SITE NA Ì KPACHARA ANYA.

- Jiri mmànyà n' ọsụsọ sachaa aka gị mgbe niile ma ọ bụ sachapụ ya na mmiri, n' ihi na omume ndị a na-egbu nje nwere ike ịdị gị n' aka.
- Dowe ebe dị mma ịnọ opekata mpe 1 (ụzọ atọ) ndị mmadụ. A na-ebute nje ahụ na ụmụ irighiri mmiri ma nwee ike ibunye ya site na iku ume site na nso, ọkachasi mgbe ha gakwara ụkwara, ịmị afọ ma ọ bụ nwee ahụ ọkụ.
- Zere imetụ anyà, imi na ọnụ aka, n' ihi na aka na-emetụ ọtụtụ ihe dị iche iche ma nwee ike ị nweta nje. Ozugbo mmeru ahụ, aka nwere ike ibute nje gị n' anyà, imi na ọnụ. Site ebe ahụ, nje nwere ike ịbanye n' ahụ gị ma mee ka ị daa ọrịa.
- Gbaa mbọ hụ na gị na ndị niile gbara gị gburugburu, na-eso ezigbo iku ume iku ume. Nke a pụtara ikpuchi egbugbere ọnụ gị ma ọ bụ anụ ahụ kpuchie ọnụ gị na imi gị mgbe ị na-ụkwara ma ọ bụ ịsụsọ. Wepụ anụ ahụ ejirila ya ozugbo. N' ihi gini? Ọkụ na-agbasa nje. Site n' ịgbaso usoro iku ume dị mma ị na - eche kwa ndị nọ gị nso nje na-efe efe dị ka oyi, flu na COVID-19.
- Zere iwere aka na ịmakụ, maka ihe ndị e kwuru n' elu. Nọrọ n' ụlọ dika o kwere mee, na-agbaso iwu ndị ọchịchị nyere. Ọ bụrụ na ị nwere ahụ ọkụ, ụkwara na oke iku ume, chọọ nlekọta ahụike ma kpọọ tupu ịmalite. Nke a ga - eme ka onye na - ahụ maka ahụike gị duzie gị ozugbo na ebe ahụike dị mma. Nke a ga - echebe gị ma nyere aka gbochie mgbasa nke nje na ọrịa ndị ọzọ.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## EDO

### **DEMWIN NORE CORONAVIRUS?**

E coronaviruses iran ore egbe nokhua oghavbe e virus ni bun, no gha sie emiamwen ne arhanmwun kevbe emwanagbon. Oghe emwanagbon, nibun nebun waro narenren no sie emiamwen oghe uhionromwen no ke gbe onighagbomwan suen ya se gbe miamwen noghi tua se.

### **DEMWIN NORE E COVID-19?**

E covid-19 erore emiamwen ne coronavirus si, no da dumwun la dian na. ("CO") evbayare kha orore corona, "VI" na vbe ghare e virus; "19" onighi ghare ukpo no zumia la dian. Emiamwen na ke zumia la dian, ama ka roren, vbo ke sue uhunmwun ova gha mui ran vbe evbo na tiere WUHAN vbe otoi arhioba vbe e CHINA, vbe uki emwin-ukpo 2019.

### **DEMWIN NO ITAIMWEN OGHE COVID-19?**

Itaimwen no ghi kpekpe se vbe covid-19 erore, emwinraro, egbewuomwen, ohuen no kakae. Onaghi kakabo tua, evbi no ghi le lèrè na khin, emiamwen-efen, aighi hionron so tòi, no ma yegbe se uwu re.

### **UKHUMWUN RORO RA, OLODE, NA YA GBARO GHE GBE VBE COVID-19 NA?**

Amaremien dofiababana, olode ere rò, ukhumwun kpataki ereyevbe rò, na ghaya khuaren ra naghaya gbaro ghe gbe no kanre covid-2019. Vbo riri gha yere, emwan no mue emiamwen na, agha gbaro ghi ran na kuanren itaimwin. Emwan no ghiran ghi kpatè aghi muiran gharie owa-oghisimwiengbe. Egbe raen ni bun vbo, zevbe iyobo ni ran mien yeghè. Olode kevbe ukhumwun na gha ya se tin emiamwen na, a gualo toe vbo bo nia.

### **DEMWAN NA FIAFIAMARE NO GHA ME TIN MUE MIAMWEN NA?**

Do fie babana nia, te ima heye re irhuemwin vbe kpa oghe covid-2019, vbe no ya de kun emwan rè, emwan ni kpagbon, kevbe emwan ni ka mwen iguengue emiamwen vbu we gbe ( ze vbe igiemwin, emiamwen oghe okpa, emiamwen udu, emiamwen efen, ohuen-ofiokpan kevbe emiamwen emwinmiemie.) enena agha ka beghe emiamwen na vbe egbe oghe ran se emwan ovbere.

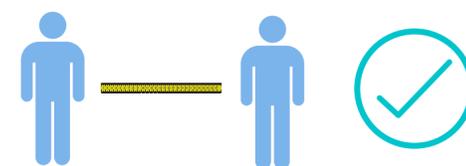
# DEMWIN NI KHIAN SETIAN RU NI GHA YA DUOGUA GAE EGBE KEVBE' VBAGHA RU NA MIE WE RE' OMA SE EDOGBO NI MA YE.

UGHA SE TIN SIOBOVBO NE EMIANMWEN NA COVID-19,NE GHE  
SE EDOGBO NU YE KEVBE NE GHE SU UMWAN  
UGHI LE LE ILELE NA NO MA LOGHO GBE:

- Kakabo kpe aborue ugbugbehia ughi lue emwin na ya kpobo non fian vba ayon, ra ughi ya amen kevbe vbakhue ya kpo obo. Rhunmwunda egbemwin vbe nia ogbe avbe okhoe nai beghe no te lele rue obo.



- Riekpoto no se ibata eha ne emwan ni lega rue.okhoe oghe emianmwun na vbe lele ikpe oghe asen khian, avbe mue emianmwun na vbe aghahionron si ke egbe, katekate vbe emwan ghe tolohuen,tihin ra ogha mwen emwinraro.



- Hia nu ghe ye obo tolo aro, ihue ra unu, rumwunda obo dekaen emwin ni bun, ke vbe osetin levba vie okhoe nai beghe na.Oghghi mu ne, oghi kevba lae aro, ihue ra unu. Kevba ghi kpa osetin lae egbe oghi si uhumwunova.

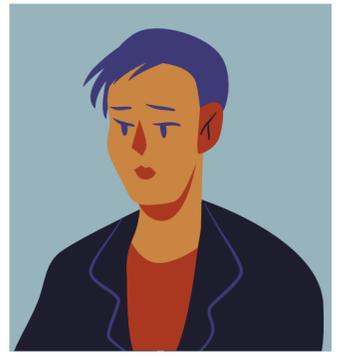
- Ghiegha re amusoe nuen, kevbe emwan ni legae rue, lele uhionronmwun vbe no kheke. Ona ere re wère ughi siobo kuen vbe ugha khian tolohuen,ra uha khian tihin. Ughi fie ebe ne fure fure nu ya zoe fua vbobo vbobo ni. Vboghize? Ikpasen mue ne ne okhoe emianmwun na.Agha lele ilele oghe uhionmwun no ma, oghi mue si yo ne emwan ni lega rue vbo obo oghe okhoe mianmwun na, zevbe igiemwin oni, egbe no ton kevbe covid-19.



- Wa ghi siegbe vbe obo na suegbere kevbe na na muegbe dede,rhumwunde emwin na ta de sin. Diowarueya esese, lele illele ne arioba khare. Adeghe umwen evbiraro,ohuen ra ologhomwan oghe uhionronmwun, giegie gualoe oboebo, ughi rere tie yeghe.Ona gha rie igieodu ne no gbaro ghe egberamwen rue giode egiegie no kheke no kaen egberamwen.Ona ghavbe deba duogua le gae rue, ne ghe sumwan ghe okhoe na kevbe iwinwinzin ovbehe hia.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## CHINESE

### 什么是冠状病毒？

冠状病毒是一种已知对动物及人类均可致病的病毒大族群，对人类可导致呼吸道感染，可由普通感冒发展至严重疾病。

### 什么是2019冠状病毒疾病（Covid-19）？

2019冠状病毒疾病（Covid-19）是由新型冠状病毒引发的传染病（“CO”指冠状，“VI”指病毒，“D”指疾病，“19”指此病毒出现的年份。这个新型病毒及其引发的疾病在2019年12月在中国武汉市出现前不为人知。

### 一个人感染2019冠状病毒的症状是什么？

最普遍的症状是发热，疲惫感和干咳。严重情况下，感染可造成肺炎、严重急性呼吸系统综合症甚至死亡。

### 存在针对2019冠状病毒的特效药或疫苗吗？

还没有，直至今日尚未存在预防此病毒的疫苗或针对性的抗病毒特效药物疗法。然而，一般感染者应接受相应症状的治疗，重症者则应住院治疗。大部分患者通过支持和辅助可恢复。目前，可能的疫苗及特效药正在研发中。

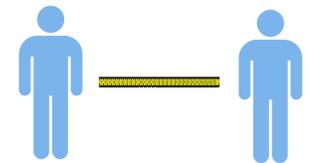
### 对谁会引发重病风险？

目前尚在研究2019冠状病毒对人类的影响，年迈者和有既往病史的人，比如高血压、心脏病、肺部疾病、肿瘤或糖尿病，似乎通常比其他人更易发展至重病。

## 为保护自我和预防传染蔓延“我”可以做些什么？

“你”可以通过一些简单的预防措施来减少被此病毒感染或传播它的可能性：

- 常用清水和肥皂洗手，或使用含酒精的溶液来杀灭手上的病毒；
- 与他人之间保持至少一米的安全距离。包含于唾液沫中的病毒可通过呼吸在近距离范围内传播，尤其是在咳嗽、打喷嚏或发烧的情况下；
- 避免用手触摸眼、鼻、口。手接触各类物体表面可沾染病毒再将其传送到眼睛、鼻子和嘴巴里，再由此传送到体内致病；
- 遵循呼吸系统卫生学。使用一次性纸巾遮掩口鼻，无纸巾情况下可用弯曲手肘遮掩。由于飞沫可传播病毒，遵循好的呼吸卫生习惯可保护身边人远离感冒、流感和2019冠状病毒；
- 由于以上原因避免握手和拥抱；
- 如当局指示尽可能留在家中。如果“你”有发热、咳嗽和呼吸困难症状请联系家庭医生，“他”会指导“你”接受正确的医疗服务。在这种情况下，“你”更受保护，同时也帮助限制病毒和其他类型感染的传播。



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)





## SLOVAK

### ČO JE KORONAVÍRUS?

Koronavírusy sú veľkou skupinou vírusov, ktoré môžu spôsobiť ochorenie u zvierat alebo u ľudí. U ľudí je známych niekoľko koronavírusov, ktoré spôsobujú respiračné infekcie od bežnej nádchy až po závažnejšie ochorenia.

### ČO JE COVID-19?

COVID-19 je infekčné ochorenie spôsobené novoobjaveným koronavírusom („CO“ je označenie pre skupinu vírusov - korona; „VI“ znamená vírus; „19“ označuje rok, v ktorom sa objavil). Predtým ako v decembri 2019 prepukla nákaza v čínskej provincii Wuhan, nebol tento nový vírus ani táto choroba známe.

### AKÉ SÚ PRÍZNAKY OCHORENIA COVID-19?

Najčastejšími príznakmi ochorenia COVID-19 sú horúčka, únava a suchý kašeľ. V závažnejších prípadoch môže infekcia spôsobiť zápal pľúc, závažný akútny respiračný syndróm alebo dokonca smrť.

### EXISTUJE VAKCÍNA, LIEK ALEBO LIEČBA PROTI OCHORENIU COVID-19?

Momentálne nie. K dnešnému dňu neexistuje vakcína ani špecifický antivírusový liek na prevenciu alebo liečbu ochorenia COVID-2019. Postihnutým by však mala byť poskytnutá lekárska starostlivosť pre zmiernenie ich príznakov. Ľudia so závažným ochorením by mali byť hospitalizovaní. Väčšina pacientov sa vďaka poskytnutej lekárskej starostlivosti rýchlo zotavuje. Vakcíny a možnosti liečby sa v súčasnosti skúmajú.

### KTO JE NAVIAC OHROZENÝ ROZVINUTÍM ZÁVAŽNEJ FORMY OCHORENIA?

Zatiaľ čo stále zisťujeme dopady ochorenia COVID-19 na ľudí, u starších osôb a u osôb s existujúcimi zdravotnými ťažkosťami (ako je vysoký krvný tlak, ochorenie srdca, ochorenie pľúc, rakovina alebo cukrovka), môže byť priebeh ochorenia závažnejší ako u iných.

## AKO SA MÔŽEM CHRÁNIŤ A AKO ZABRÁNIM ŠÍRENIU OCHORENIA?

Pravdepodobnosť infikovania alebo šírenia ochorenia COVID-19 môžete znížiť dodržiavaním nasledujúcich opatrení:

Pravidelne a dôkladne si umývajte ruky s čistiacim prostriedkom na báze alkoholu alebo mydlom a vodou. Týmto spôsobom zabijete vírusy, ktoré môžu byť na vašich rukách.

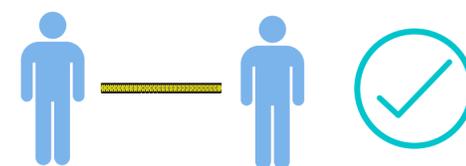
Udržujte bezpečnú vzdialenosť od ľudí najmenej 1 meter. Vírus sa nachádza v kvapôčkach slín a môže sa prenášať pri dýchaní zblízka, najmä v prípade kašľania, kýchania alebo horúčky.

Nedotýkajte sa očí, nosa a úst, pretože Vaše ruky sa dotýkajú mnohých povrchov a môžu zachytávať vírusy. Po kontaminácii môžu ruky preniesť vírus do očí, nosa alebo úst. Odtiaľ sa môže vírus dostať do vášho tela a spôsobiť ochorenie.

Uistite sa, že vy a ľudia vo vašom okolí dodržiavate správne respiračné hygienické návyky. To znamená, že pri kašľaní alebo kýchaní si zakrývate ústa a nos laktom alebo vreckovkou. Použitú vreckovku ihneď zlikvidujte. Prečo? Kvapôčky šíria vírus. Dodržiavaním správnych hygienických návykov chránite ľudí vo vašom okolí pred vírusmi a ochoreniami, ako sú nachladnutie, chrípka a COVID-19.

Vyvarujte sa podávaniu rúk a objímaniu z dôvodov uvedených vyššie. Snažte sa čo najviac zostať doma a dodržiavajte usmernenia stanovené úradmi. Ak máte horúčku, kašeľ a ťažkosti s dýchaním, vyhľadajte lekársku pomoc. Vášmu ošetrojúcemu lekárovi zavolajte vopred, aby Vás mohol rýchlo nasmerovať do správneho zdravotníckeho zariadenia. Toto opatrenie chráni nielen Vás ale pomôže zabrániť aj ďalšiemu šíreniu vírusov a iných infekcií.

All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)





## ALBANIAN

### **Cfarë është një koronavirus?**

Koronaviruset janë një familje e madhe virusesh që shkaktojnë sëmundje si tek kafshët ashtu edhe tek njerëzit; në këto të fundit, koronaviruset shkaktojnë infeksione të frymëmarrjes duke filluar nga ftohja e zakonshme deri tek sëmundjet më të rënda.

### **Cfarë është COVID-19?**

COVID-19 është sëmundje infektive e shkaktuar nga koronavirusi i ri ("CO" lidhet me kurorë, VI lidhet me virusin, "D" lidhet me sëmundjen dhe "19" lidhet me vitin në të cilin u shfaq). Ky virus i ri dhe kjo sëmundje ishin të panjohura përpara se të manifestoheshin në Wuhan, në Kinë në Dhjetor 2019.

### **Cilat janë simptomat e një personi me COVID-19?**

Simptomat më të zakonshme janë ethe, ndjesi lodhjeje dhe kollë e thatë. Në rastet me të rënda, infeksioni mund të shkaktojë pneumoni, sindromë të rëndë respiratore akute, madje edhe vdekje.

### **A ka mjekim ose vaksinë për COVID-19?**

Jo, aktualisht nuk ka vakcina ose ilaçe specifike antivirale për të parandaluar ose trajtuar COVID-2019. Sidoqoftë të prekurit duhet të marrin mjekimin e përshtatshëm për trajtimin e simptomave, ndërsa ata me sëmundje të rëndë duhet të shtrohen në spital. Shumica e pacientëve shërohen falë ndihmës mbështetëse. Vaksinat e mundshme dhe disa trajtime specifike janë duke u studiuar.

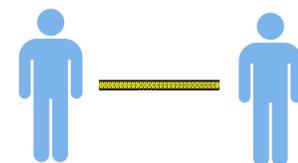
### **Kush rrezikon të zhvillojë një sëmundje të rëndë?**

Ndërsa ndikimi i COVID-19 tek njerëzit është duke u studiuar, njerëzit e moshuar dhe ata me kushte mjekësore para-ekzistuese, si hipertensioni, sëmundje të zemrës, sëmundje të mushkërive, kancer ose diabet, duket se zhvillojnë një sëmundje serioze më shpesh se të tjerët.

## **Cfarë mund të bëj për të mbrojtur veten time dhe për të parandaluar përhapjen e infeksionit?**

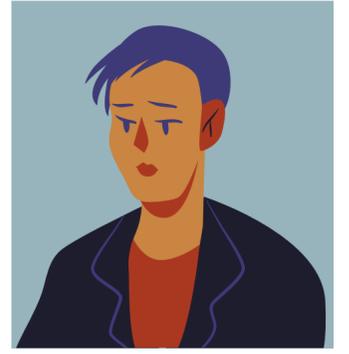
Mund të zvogëloni shanset tuaja për t'u infektuar ose përhapur COVID-19 duke marrë disa masa paraprake të thjeshta:

- Lani shpesh duart me ujë dhe sapun ose pastrojini ato duke i fërkuar me dizinfektues me bazë alkooli për të eliminuar virusin nga duart tuaja.
- Mbani një distancë të caktuar – të paktën një metër – nga njerëzit e tjerë, veçanërisht kur kolliten ose teshtijnë ose nëse kanë ethe, sepse virusi gjendet në spërklat e pështymës dhe mund të transmetohet nëpërmjet frymëmarrjes në distancë të afërt.
- Shmangni prekjen e syve, hundës dhe gojës me duar sepse ato, duke prekur shumë sipërfaqe, mund të mbledhin virusin dhe, pasi të jenë kontaminuar, mund të transferojnë virusin te sytë, hunda dhe goja. Nga këtu, virusi lëviz në trup dhe mund t'ju bëjë të sëmurë.
- Ndiqni një higjienë të mirë të frymëmarrjes, d.m.th. mbuloni gojën dhe hundën me shami letre ose, në mungesë të shamisë, me gropëzën e bërrylit: spërklat në të vërtetë përhapin virusin, dhe duke ndjekur një higjienë të mirë të frymëmarrjes, mbroni njerëzit pranë jush nga viruset si ftohja, gripi dhe COVID-19.
- Shmangni shtrëngimet e duarve dhe përqaqimet, për shkak të arsyeve të sipërpërmendura.  
Qëndroni në shtëpi sa më shumë që të jetë e mundur siç është vendosur nga autoritetet. Nëse keni ethe, kollë dhe vështirësi në frymëmarrje, telefononi mjekun tuaj i cili do t'ju referojë në shërbimin shëndetësor të duhur. Në këtë mënyrë, do të jeni më të mbrojtur dhe do të ndihmoni në kufizimin e përhapjes së viruseve dhe infeksioneve të tjera.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)





## PUNJABI

### ਕੋਵਿਡ -19 ਐਮਰਜੈਂਸੀ 'ਤੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਜਨਸੰਖਿਆ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ

#### ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਕੀ ਹੈ?

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ, ਵਾਇਰਸਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਹੈ ਜੋ ਜਾਨਵਰਾਂ ਜਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ, ਕਈ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਸਾਧਾਰਣ ਜੁਕਾਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਹ ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵਜੋਂ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

#### ਕੋਵਿਡ -19 ਕੀ ਹੈ?

ਕੋਵਿਡ -19 ਇੱਕ ਛੂਤ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਵਿੱਚ ਲੱਭੀ ਗਈ ਹੈ, ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ("co" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕੋਰੋਨਾ; "vi" ਵਾਇਰਸ ਲਈ; "19" ਜਿਸ ਸਾਲ ਇਹ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਇਆ ਸੀ)। ਇਹ ਨਵਾਂ ਵਾਇਰਸ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ, ਦਸੰਬਰ 2019 ਵਿੱਚ ਚੀਨ ਦੇ ਵੁਹਾਨ ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਣਜਾਣ ਸੀ।

#### ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਲੱਛਣ ਬੁਖਾਰ, ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਸੁੱਕੀ ਖੰਘ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨਮੂਨੀਆ, ਗੰਭੀਰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਵਾਲੇ ਸਿੰਡਰੋਮ ਅਤੇ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

#### ਕੀ ਕੋਵਿਡ -19 ਲਈ ਕੋਈ ਟੀਕਾਕਰਣ, ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਹੈ?

ਹਾਲੇ ਨਹੀਂ। ਅੱਜ ਤਕ, ਕੋਵਿਡ -2019 ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਐਂਟੀਵਾਇਰਲ ਦਵਾਈ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਪਾਉਣ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਉਪਰੰਤ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸੰਭਾਵਤ ਟੀਕੇ ਅਤੇ ਕੁਝ ਖਾਸ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

#### ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖਮ 'ਤੇ ਕੌਣ ਹੈ?

ਹਾਲਾਂਕਿ ਅਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਰਹੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਕੋਵਿਡ-2019 ਲੋਕਾਂ, ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਫੇਫੜੇ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਕੈਂਸਰ ਜਾਂ ਸ਼ੂਗਰ ਵਾਲਿਆਂ) ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਵਿਕਸਤ ਕਰਦਾ ਜਾਪਦਾ ਹੈ।

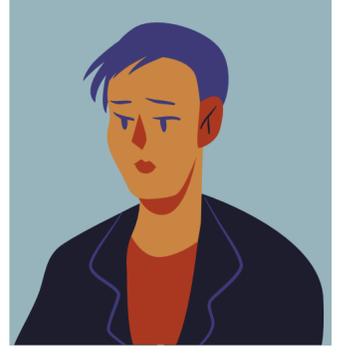
## ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਫੈਲਾਵਟ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਸਧਾਰਣ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤ ਕੇ ਕੋਵੀਡ -19 ਦੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਫੈਲਾਉਣ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਲਕੋਹਲ ਅਧਾਰਤ ਪਦਾਰਥ ਨਾਲ ਰਗੜੇ ਜਾਂ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥਾਂ ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 1 ਮੀਟਰ (3 ਫੁੱਟ) ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦੂਰੀ ਰੱਖੋ। ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਬੁੱਕ ਦੀਆਂ ਬੁੰਦਾਂ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਖ਼ਾਸਕਰ ਜਦੋਂ ਉਹ ਖੰਘਦੇ ਹਨ, ਛਿੱਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਓਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਅੱਖਾਂ, ਨੱਕ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਹੱਥ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਵਾਰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਹੱਥ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਨੱਕ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਥੋਂ, ਵਾਇਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਸ ਪਾਸ ਦੇ ਲੋਕ ਸਾਹ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸਫਾਈ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਖਾਂਸੀ ਜਾਂ ਛਿੱਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਨੱਕ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮੁੜੀ ਹੋਈ ਕੂਹਣੀ ਜਾਂ ਟਿਸ਼ੂਪੇਪਰ ਨਾਲ ਢਕੋ। ਫਿਰ ਵਰਤੇ ਗਏ ਟਿਸ਼ੂਪੇਪਰ ਦਾ ਤੁਰੰਤ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰੋ। ਕਿਉਂ? ਬੁੰਦਾਂ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਫੈਲੋਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਹ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਸ ਪਾਸ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੁਕਾਮ, ਫਲੂ ਅਤੇ ਕੋਵੀਡ -19.
- ਉੱਪਰ ਦੱਸੇ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਹੱਥ ਮਿਲਾਉਣ ਅਤੇ ਜੱਫੀ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਏ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਿਆ, ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਘਰ ਰਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖਾਰ, ਖਾਂਸੀ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਓ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤ ਭੇਜਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਵੀ ਹੋਵੇਗੀ।



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## HINDI

### COVID -19 आपातकालीन में प्रवासी आबादी के लिए जानकारी

#### क्रोनावायरस क्या है ?

क्रोनावायरस वायरसों के एक बड़े परिवार से है जोकि जानवरों या इंसानों में बीमारी का कारण हो सकते है।

#### COVID-19 क्या है ?

COVID-19 संक्रामक रोग है जो हाल ही में खोजे गए क्रोनावायरस के कारण होता है।

("CO" का अर्थ क्रोना है; "VI" वायरस के लिए; "19" वह वर्ष जिसमें यह दिखाई दिया)। यह नया वायरस दिसंबर 2019 में चीन के वुहान में बीमारी के प्रकोप शुरू होने से पहले अज्ञात था ।

#### COVID-19 के लक्षण क्या हैं?

COVID-19 के सबसे आम लक्षण बुखार, थकान और सूखी खांसी हैं। अधिकतर गंभीर मामलों में, संक्रमण से निमोनिया, गंभीर तीव्र श्वसन(साँस)सिंड्रोम और यहाँ तक की मौत भी हो सकती है।

#### क्या COVID-19 के लिए कोई टीका, दवाई या इलाज है?

अभी नहीं। आज की तिथि तक COVID-2019 का कोई टीका इलाज के लिए नहीं है और इसे रोकने के लिए या कोई विशिष्ट एंटीवायरल दवा नहीं है।

हालांकि, प्रभावित लोगों को लक्षणों से राहत पाने के लिए देखभाल करनी चाहिए। गंभीर बीमारी वाले लोगों को अस्पताल में भर्ती होना चाहिए। अधिकांश रोगी सहायक देखभाल की मदद के साथ ठीक हो जाते हैं।

संभावित टीके और कुछ विशिष्ट दवा उपचार की जाँच पड़ताल के तहत चल रहे हैं।

#### गंभीर बीमारी के विकसित होने के जोखिम पर कौन है?

हम अभी भी कैसे COVID -2019 लोगों को, वृद्ध व्यक्तियों और पहले से मौजूद चिकित्सा शर्तों के साथ लोगों को (जैसे उच्च रक्तचाप, हृदय रोग, फेफड़ों के रोग, कैंसर या मधुमेह) को प्रभावित करता है, के बारे में सीख रहे हैं क्योंकि दूसरों की तुलना में ये ज्यादातर गंभीर बीमारी को विकसित करते हुए दिखाई देते हैं।

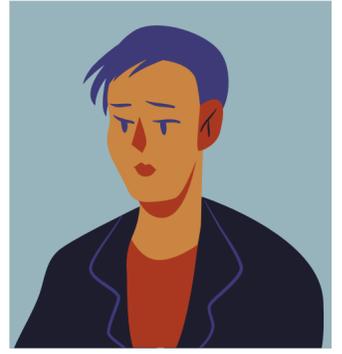
## मैं अपने आप खुद को बचाने और बीमारी को ना फैलाना के लिए क्या कर सकता हूँ?

कुछ सरल सावधानियां अपनाकर COVID-19 से आप संक्रमित होने या फैलाने की अपनी संभावनाओं को कम कर सकते हैं:

- अलकोहल से नियुक्त हाथ धोने वाले पदार्थ से अपने हाथों को नियमित रूप से हाथ रगड़ें या साबुन और पानी से धोएं, क्योंकि ये क्रियाएं उन वायरस को मारती हैं जो आपके हाथों पर हो सकते हैं।
- लोगों से कम से कम 1 मीटर (3 फीट) की सुरक्षित दूरी बनाए रखें। वायरस थूक, छींक की बूंदों में मौजूद होता है और विशेष रूप से जब ये लोग जिनको खासकर कर खांसी, छींक या बुखार होता है, के करीब से सांस लेने से संक्रमण हो सकता है।
- आंखों, नाक और मुंह को छूने से बचें, क्योंकि हाथ कई सतहों को छूते हैं और वायरस उठा सकते हैं। एक बार दूषित होने पर, हाथ वायरस को आपकी आंखों, नाक या मुंह में स्थानांतरित कर सकते हैं। वहां से, वायरस आपके शरीर में प्रवेश कर सकता है और आपको बीमार कर सकता है।
- आप और अपने आसपास के लोगों के अच्छे सांस की स्वच्छता का पालन करने को सुनिश्चित करें। इसका मतलब है खांसी या छींक आने पर अपनी मुड़ी हुई कोहनी या टिश्यु पेपर से अपने मुंह और नाक को ढंकना। फिर उपयोग किए गए टिश्यु पेपर का तुरंत निपटान करें। क्यों? बूंदों से वायरस फैलता है। अच्छा सांस की स्वच्छता का पालन करके आप इस तरह ठंड, फ्लू और COVID -19 के रूप में वायरस से अपने आसपास के लोगों की रक्षा करते हैं।
- ऊपर बताए गए कारणों की वजह से, हाथ मिलाने और गले लगने से बचें। अधिकारियों द्वारा बताए गए नियमों का पालन करते हुए, जितना संभव हो सके घर पर रहें। यदि आपको बुखार, खांसी और सांस लेने में कठिनाई हो, तो चिकित्सा पर ध्यान दें और पहले से फोन करें। यह आपके स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करने वाले को जल्दी से आपको सही स्वास्थ्य सुविधा के लिए निर्देशित करने की अनुमति देगा।



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## FARSI

### ویروس کرونا چیست؟

کرونا ویروس ها خانواده بزرگی از ویروس ها هستند که ممکن است باعث ایجاد بیماری در حیوانات و انسان شوند. در انسان کرونا ویروس ها باعث عفونت های تنفسی مثل سرماخوردگی و یا بیماری های شدید تری می شوند.

### کووید 19 چیست؟

کووید 19 نوعی بیماری عفونی ناشی از ویروس کرونا است که اخیرا کشف شده است.

( co مخفف corona ، vi مخفف Virus و D مخفف Disease 19 هم سالی که این بیماری کشف شده است. )

این ویروس جدید و این بیماری تا قبل از شیوع این بیماری در شهر و هان چین در ماه دسامبر سال 2019 ناشناخته بود.

### نشانه های کووید 19 در افراد چیست؟

شایع ترین علائم آن تب ، خستگی و سرفه خشک است در موارد خیلی شدید این عفونت می تواند باعث ذات الریه، سندرم حاد تنفسی و حتی منجر به مرگ شود.

### آیا دارو و یا واکسن برای درمان کووید 19 وجود دارد؟

تا به امروز هیچ واکسن ویا داروی خاصی برای جلوگیری یا درمان کووید 19 وجود ندارد، با این حال افرادی که به این بیماری مبتلا می شوند باید از مراقبت های مناسب برخوردار شوند و افرادی که دچار بیماری شدید شده اند باید تحت مراقبت های ویژه قرار بگیرند. بیشتر افرادی که به این بیماری مبتلا شده اند بهبودی کامل یافته اند. تحقیقات برای کشف واکسن و کشف دارو برای درمان این بیماری همچنان ادامه دارد.

### چه کسانی بیشتر در معرض خطر ابتلا به این بیماری قرار دارند؟

در حال حاضر تحقیقات بر روی ویروس کووید 19 بر روی انسان در حال انجام است، افراد مسن و افرادی که دارای مشکلات پزشکی اساسی مانند فشار خون بالا ، مشکلات قلبی، بیماری های تنفسی، سرطان و دیابت هستند بیشتر احتمال دارد به این بیماری مبتلا شوند.

## برای مراقبت از خود و جلوگیری از ابتلا به این بیماری چه اقداماتی باید انجام دهم؟

با اقداماتی خیلی ساده می توانید خطر ابتلا به ویروس کووید 19 را کاهش دهید.

دست های تان را به طور مرتب با آب و صابون بشویید و یا با مواد حاوی الکل ضد عفونی کنید. شما با این کار ویروس های که ممکن است در دست تان شما باشد را از بین می برید.

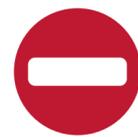
فاصله ایمنی حد اقل یک متر را با افراد حفظ کنید. این ویروس در قطرات بزاق وجود دارد و در فاصله نزدیک هنگام نفس کشیدن از فردی به فردی دیگر منتقل شود، به خصوص هنگامی که فرد سرفه یا عدسه میکند و یا تب دارد.

از لمس کردن چشم ها ، بینی و دهان جدا بپرهیزید، زیرا دست ها سطوح مختلفی را لمس می کند و ممکن است حاوی ویروس باشد و با تماس دست با چشم ها، بینی و دهان ممکن است این ویروس وارد بدن شود و فرد را بیمار کند.

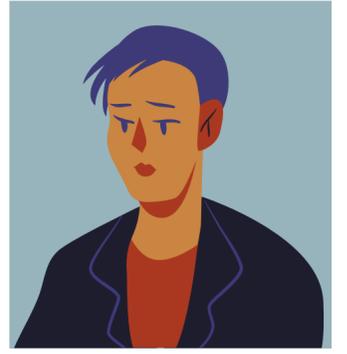
اطمینان حاصل کنید که شما و افرادی که اطراف شما هستند بهداشت تنفسی را رعایت می کنید، در هنگام سرفه کردن و عدسه کردن دهان و بینی خود را با دستمال های یکبار مصرف بپوشانید و در صورت نبود آن ها با خمیدگی آرنج بپوشانید و خیلی سریع دستمال ها را در سطل زباله بیاندازید زیرا حاوی ویروس است و ممکن است پخش شود. با رعایت بهداشت تنفسی مناسب از ابتلای افرادی که در کنار شما هستند به ویروس های مانند سرماخوردگی و کووید 19 محافظت می کنید.

از دست دادن و در آغوش کشیدن همدیگر جدا بپرهیزید.

در حد امکان در خانه بمانید و از دستورات مقامات پیروی کنید. اگر تب دارید و یا سرفه می کنید و یا دچار مشکلات تنفسی هستید با پزشک خانوادگی تان تماس بگیرید و مطمئن باشید او به بهترین شکل ممکن شما را راهنمایی می کند. به این ترتیب هم از خودتان محافظت کرده اید و هم از انتشار ویروس جلوگیری کرده اید .



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## GEORGIAN

### რა არის კორონავირუსი?

კორონავირუსი იმ ვირუსების ჯგუფია, რომლითაც შეიძლება დაავადდნენ ცხოველები ან ადამიანები. ადამიანებში, მწვავე კორონავირუსი იწვევს რესპირატორულ ინფექციას, დაწყებული ზოგადი გაციებით და დამთავრებული მწვავე დაავადებებით.

### რა არის COVID-19?

COVID-19 არის ინფექციური დაავადება, რომელიც გამოიწვია ახლახანს აღმოჩენილმა კორონავირუსმა (CO - შემოკლებული „კორონა“, VI - შემოკლებული „ვირუსი“ და D - შემოკლებული „დაავადება“). ეს ახალი ვირუსი და დაავადება პირველად 2019 წლის დეკემბერში გამოვლინდა ჩინეთის ქალაქ უხანში.

### რა სიმპტომები ახასიათებს კორონავირუსს?

სიმპტომებს შორის შეიძლება იყოს ტემპერატურის მატება, ხველა და სუნთქვის პრობლემები. უფრო მძიმე შემთხვევებში, ინფექციამ შეიძლება გამოიწვიოს პნევმონია ან სუნთქვის გაძნელება. დაავადება შეიძლება იყოს სასიკვდილო.

### არსებობს თუ არა ვაქცინა, მედიკამენტი ან მკურნალობა COVID-19-ისთვის?

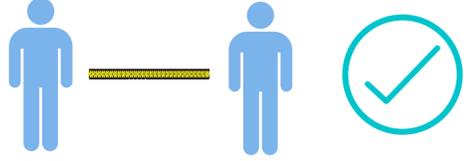
ამ დროისთვის, კორონავირუსის ვაქცინა ან ანტივირუსული მედიკამენტი COVID-19-ის პრევენციის ან მკურნალობისთვის არ არსებობს. თუმცა, მათ, ვისაც ვირუსი უკვე აქვთ და ჰოსპიტალიზაციას საჭიროებენ, სამედიცინო დაწესებულებებში სიმპტომების შემსუბუქებაში დაეხმარებიან. პაციენტების უმეტესობა გამოჯანმრთელდება განსაკუთრებული მკურნალობის გარეშე, მოვლის და ზრუნვის შედეგად. ვაქცინების შემუშავება მიმდინარეობს და ისინი კლინიკურ ცდებს გადის.

### ვის შეიძლება განუვითარდეს მძიმე დაავადება?

ჯერ კიდევ ვსწავლობთ, თუ რა გავლენა აქვს COVID-2019-ს ადამიანებზე, დაავადება ძირითადად რთულდება ასაკოვან ადამიანებში და ადამიანებში, რომლებსაც ჯანმრთელობის სხვა პრობლემები გააჩნიათ (მაგალითად მაღალი წნევა, გულის დაავადება, ფილტვის დაავადება, სიმსივნე ან დიაბეტი).

## როგორ დავიცვა თავი და მოვახდინო დაავადების გავრცელების პრევენცია?

რამდენიმე მარტივი პრევენციული ზომა დაგეხმარება შეამცირო ინფიცირების და COVID-19-ის გავრცელების რისკი:

- ხშირად დაიბანე ხელები სპირტის შემცველი ხსნარით ან საპნითა და წყლით, ამით შეიძლება გაანადგურო შენს ხელზე არსებული ვირუსები. 
- შეინარჩუნე უსაფრთხო დისტანცია, არანაკლებ 1 მეტრი შენსა და სხვა ადამიანებს შორის. ვირუსი ვრცელდება დაინფიცირებული ადამიანის რესპირაციულ წვეთებთან უშუალო კონტაქტის გზით, რომელიც წარმოიქმნება ხველის, დაცემინების ან სიცხის დროს. 
- არ მიიღო ხელები თვალებზე, ცხვირზე და პირზე, რადგან ხელით ეხები ბევრ ზედაპირს და ისინი ვირუსის გადამტანია. ინფიცირების შემთხვევაში, ხელების საშუალებით ვირუსი შეიძლება მოხვდეს შენს თვალებში, ცხვირში ან პირში. საიდანაც, ვირუსი შეიძლება შევიდეს შენს ორგანიზმში და გახდეს ავად. 
- დარწმუნდი, რომ შენ და შენს გარშემო მყოფი ადამიანები იცავთ რესპირატორულ ჰიგიენას. ეს ნიშნავს, რომ დახველების ან დაცემინებისას დაიფარო პირის ღრუ მოხრილი მკლავით ან ერთჯერადი ცხვირსახოცით. გამოყენებისთანავე გადააგდე ეს ცხვირსახოცი. რატომ? რესპირატორულ წვეთებს გადააქვს ვირუსი. რესპირატორული ჰიგიენის დაცვით შენ იცავ შენს გარშემო მყოფებს ისეთი ვირუსებისგან, როგორც არის გაციება, გრიპი და COVID-19. 
- ზემოთ აღნიშნული მიზეზების გამო მოერიდე ხელის ჩამორთმევას და ჩახუტებას. მაქსიმალურად ეცადე, დარჩე სახლში, დაიცავი ხელისუფლების მიერ მითითებული წესები. თუ გაქვს სიცხე, ხველა ან გიჭირს სუნთქვა, მიმართე ექიმს და შეუთანხმდი წინასწარ. ეს საშუალებას მისცემს შენს ექიმს სწრაფად გადაგამისამართოს შესაბამის ჯანდაცვის ობიექტში. ეს დაგიცავს და ხელს შეუწყობს ვირუსების და სხვა ინფექციების გავრცელების პრევენციას. 

All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## ROMANIAN

### **CE ESTE UN CORONAVIRUS?**

Coronavirusurile sunt o familie numeroasă de virusuri care pot provoca boli la animale sau la oameni. La om, o parte dintre coronavirusuri pot provoca infecții respiratorii, de la răceală comună la boli mai severe.

### **CE ESTE COVID-19?**

COVID-19 este boala infecțioasă cauzată de coronavirusul cel mai recent descoperit. („CO” înseamnă corona; „VI” pentru virus; „19” pentru anul în care a apărut). Acest nou virus și această boală nu au fost cunoscute înainte de apariția focarului în Wuhan, China, în decembrie 2019.

### **CARE SUNT SIMPTOMELE COVID-19?**

Cele mai frecvente simptome ale COVID-19 sunt febra, oboseala și tusea uscată. În cazurile mai grave, infecția poate provoca pneumonie, sindromul respirator acut sever și chiar moartea.

### **EXISTĂ UN VACCIN, MEDICAMENT SAU TRATAMENT PENTRU COVID-19?**

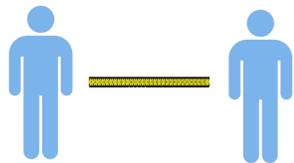
Nu încă. Până în prezent, nu există niciun vaccin și niciun medicament antiviral specific care să prevină sau să trateze COVID-2019. Cei afectați trebuie să fie plasați în îngrijire pentru ameliorarea simptomelor. Persoanele cu boli grave trebuie spitalizate. Majoritatea pacienților se recuperează datorită îngrijirii primite din faza incipientă. Posibile vaccinuri și unele tratamente medicamentoase specifice sunt în curs de investigare.

### **CINE RISCĂ SĂ DEZVOLTE FORME SEVERE ALE BOLII?**

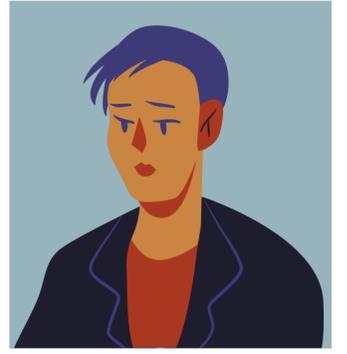
În timp ce se strâng informații despre modul în care COVID-2019 afectează oamenii, persoanele în vârstă și persoanele cu afecțiuni medicale preexistente (cum ar fi hipertensiunea arterială, boli cardiace, afecțiuni pulmonare, cancer sau diabet) par să dezvolte o formă gravă de boală, mai des decât celelalte categorii.

## CE POT FACE SĂ MĂ PROTEJEZ ȘI SĂ PREVIN RĂSPÂNDIREA BOLII?

PUTEȚI REDUCE ȘANSELE DE A FI INFECTAT SAU DE A RĂSPÂNDI COVID-19 LUÂND SIMPLE MĂSURI DE PRECAUȚIE:

- Spălați-vă pe mâini bine și regulat cu apă și săpun sau cu soluții pe bază de alcool pentru a omorî posibilele virusuri aflate de pe mâinile dumneavoastră.  
- Mențineți o distanță de cel puțin 1 metru față de alte persoane. Virusul se găsește în particulele de salivă și poate fi transmis prin respirație la distanță apropiată, în special când persoanele tușesc, strănută sau au febră.  
- Evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura deoarece mâinile intră în contact cu suprafețe multiple și pot lua virusul. Odată contaminate, mâinile pot transfera virusul la ochii, nasul sau gura dumneavoastră. De aici, virusul poate intra corp și vă poate îmbolnăvi.  
- Aveți grijă ca dumneavoastră și persoanele din preajma dumneavoastră să respectați o igienă respiratorie cât mai bună. Acest lucru înseamnă acoperirea gurii și a nasului cu interiorul cotului sau cu un șervețel de unică folosință în momentul în care tușiți sau strănutați. Aruncați șervețelul la coș imediat după utilizare. De ce? Particulele răspândesc virusul. Având o igienă respiratorie corectă puteți să protejați oamenii din preajma dumneavoastră de răceală, gripă și COVID-19.  

All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## HAUSA

### **MENE NE CORONAVIRUS?**

Coronaviruses babban iyali ne na kwayoyin cuta waɗanda aka sani suna haifar da cuta a cikin dabbobi da mutane; a karshen, coronaviruses suna haifar da cututtukan numfashi daga fari na yau da kullun zuwa mafi munin cututtuka.

### **MENE NE COVID-19?**

COVID-19 cuta ce mai kamuwa da cuta wanda ke haifar da sabon coronavirus ("CO" yana nufin kambi, "VI" don kwayar cuta, "D" don cuta da "19" shekarar da ta bayyana). Ba a san wannan sabuwar cutar da cuta ba kafin ta bayyana a Wuhan, China a watan Disamba na 2019.

### **MENE NE AIKIN MUTANE DA MUTANE DA COVID-19?**

Mafi alamun bayyanar cututtuka sune zazzabi, gajiya da bushe tari. A cikin mafi yawan lokuta, kamuwa da cuta na iya haifar da ciwon huhu, matsanancin ciwo na rashin lafiya har ma da mutuwa.

### **SHIN BAYANIN KYAUTA KO KYAUTA A CIKIN CIKIN-19?**

Babu takamaiman alurar riga kafi ko magungunan rigakafi tukuna don hana ko bi da COVID-2019. Koyaya, waɗanda abin ya shafa ya kamata su sami jiyayya ta dace don magance alamun, yayin da waɗanda ke fama da mummunan cuta ya kamata a asibiti. Yawancin marasa lafiya suna murmurewa tare da kulawa mai taimako. Ana iya nazarin magungunan da za a iya amfani da su da kuma takamaiman magani.

### **WANENE KE CIKIN HADARIN HA'BAKA CUTAR CUTAR TA?**

Yayinda ake nazarin tasirin COVID-19 akan mutane har yanzu, waɗanda suke da alama sun kamu da mummunan cuta fiye da yadda wasu keyi: tsofaffi da waɗanda ke da yanayin da suka rigaya, kamar hawan jini, cututtukan zuciyar, cututtukan huhu, cancer ko ciwon sukari.

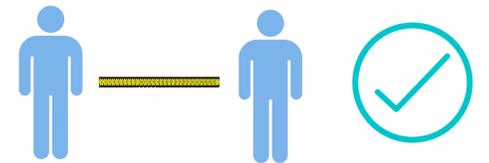
## MENE NE ZAN YI KYAUTA DON KYAUTATA NA KASAR DA TAFIYA?

KUNA IYA RAGE HADARIN KAMUWA DA CUTAR KO YADA COVID-19 TA HANYAR DAUKAR SIMPLEAN TSARAN MATAKAN KARIYA:



- Wanke hannuwanka sau da yawa tare da sabulu da ruwa ko kuma hanyoyin magance giya don cire kwayar cuta daga hannunka.

- Tsaya a kalla kafa uku daga wasu mutane. Kwayar cutar ta kunshi cikin ruwan kwayoyin ruwa kuma ana iya watsa ta ta hanyar kusancin numfashi, musamman idan sun yi tari, bugu ko kuma da zazzabi.



- Guji taɓa idanunku, hanci da bakinku da hannuwanku azaman hannayenku, ta taɓa abubuwa da yawa, na iya tattara kwayoyin kuma, da zarar gurɓataccen abu, na iya tura kwayar cutar zuwa idanunku, hanci da bakinku. Daga nan, kwayar cutar tana canzawa zuwa jikin ku kuma yana iya cutar da ku.

- Bi ingantaccen tsabtataccen numfashi, i.e. rufe bakinka da hanci tare da kayan zubar hannun ko, a cikin rashi, tare da gwiwar hannu: ruwan sauro yada cutar kuma, ta bin ingantaccen tsabtace numfashi, kare mutane kusa da ku game da kwayoyin cuta kamar mura, mura da COVID-19.



- Guji musayar hanu da hurawa, saboda dalilan da aka ambata. Kasance a gida gwargwadon iko, bin dokokin da hukumomi suka bayar. Idan kana da zazzabi, tari, ko wahalar numfashi, kira likitan dangi wanda zai iya tura ka zuwa aikin kiwon lafiyar da ya dace. Wannan zai kare ka da kyau da kuma iyakance yaduwar kwayoyin cuta da sauran kamuwa da cuta.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## PIDGIN

### **WETIN BI CORONAVIRUS**

Coronavirus na big family of yamayama sickness wen e bi say e fit cost sickness for anima or infection for person wen e fit bi say e fit arenge comon col for plenti diziz.

### **WETIN BI COVID-19?**

COVID-19 na e bi infection diziz wen e cos di yamayama coronavirus wen dey jost discova so. ("CO" I sand for Corona; "VI" for Virus; 19 na di year wen di sickness show). Dis new virus and dis diziz, no bodi don no am bifor onti e stat for obodo oyinbo for WUHAN, CHANA side in december 2019.

### **WETIN BI DI YAMAYAMA SICKNES OF DIS COVID-19**

Di comon sickenss of dis COVID-19, na em bi dis. Fiva, taya, and dry cof. In plenty cases, di infection fit cos pneumonia and pain wen persin no fit brit e fit kill persin.

### **E GET ANY EJECTION, MEDISIN FOR TRETMENT FOR DI COVID -19**

E neva dey for na , no ejection, no medisin to prevent or to trit COVID-19. Bot any persin wen e don get di sickness, make e go take tritment for pai killer. Pipo wen e dey sick well well for dis Virus, make dem go stay hospita for tritment. For plenty pipo wen e don well, tanks to soport di pipo wen e take care. Posable ejection and some specific medisin for tritment na im dem dey fain na.

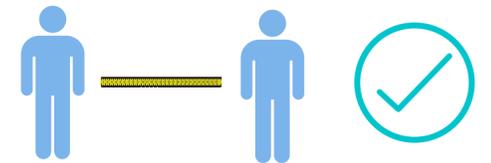
### **WHO DEY RISK TO DEVELOP PLENTI SIKNESS PASS?**

Why wi still dey learn as dis COVID 2019 tey dey affect pipo. Persin wen e don old well well, and persin wen e dey sick befor, and e get (sickness wen e dey make blood dey high well well, heart diziz and persin wen e no dey sabi breath well before or e get cancer, diabetes) e fit come dey develop big big sickness wen e plenty every time wen e pass di one wen e get befor.

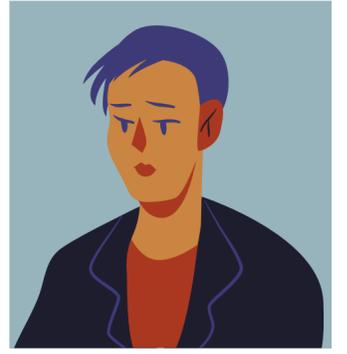
## WATIN I FIT DO TO PROTECT MAI SEF AND TO STOP YAMAYAMA SICKNESS MAKE E NO GO WAKA MIT ANODA PERSIN.

YOU FIT LESS THE SCHANCE WEN YOU FIT TAKE KARRI THE YAMAMA SICKNES WEN DEN DEY KOL COVID-19 BY TAKIN SOME PREVENTION.

- Make you dey clean ya hand well well wit ogogoro wen dem take dey clean and wit soap and wata. Becos e can kill all the yamayam Virus wen e fit Karri enter ya hand.
- Make you may shor say you keep betta schance for minimon of 1 mita (3 feet) from pipo dis yamayama Virus dey inside spit for mouth too. If e comot enter you if the persin wen e get am dey cof, dey sneeze or dey brow cata, if e dey breat near you or even for fiva too.
- Make you stop to dey touch ya eye, mouth and nose. Becos, hand too dey touch touch plenti tins wen e dey see and e fit from there karri di yamayama virus. You fit from there put am for ya eye, nose or mouth. From there, di yamayama virus fit enter ya bodi. And you fit get sik.
- Make you make shor say you and di pipo wen e dey near you folo dey betta place wen e clean well well. Make una fit breath well. Wetin wi tey dis one mean bi say, you dey cova ya mouth and nose wit ya elbow hand or tissue pepa. any time wen you tey cof and sneeze/brow cata finish, make you trowey di tissue fast fast. As you folo betta clean place for breathin, you help protect di pipo wen e dey near you from di yamayama sickness like col, flu and COVID-19.
- Make you no dey give persin hand to shake and no dey own persin join ya bodi like embrez. Becos of wetin wi dey yam you since. No dey comont for house as di govment talk. If you get five, cough and u no dey sabi breath well, make you contact doctor fast fast befor e go wost. Dis wi make ya doctor to give you betta place wen e get betta medisin wen dem go tey take of you. E go stil protect you and help you make you no share di plenty yamayama diziz and yamayama Virus.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## BAMBARA

### **TOGOMALAW KA KUNNAFONI COVID-19 TJARNI KOLA MUNDEYE CORONAVIRUS YE?**

Coronavirusu w yε virus jεkulu dεyε minun bεsε ka bana la sε bakanw walma hadamadew ma. Coronavirusiw tchaman dɔnεn dɔn uka ηinhakini degun banaw fε, inafu mura ani banasuguya werew.

### **MUNDEYE COVID-19 YE**

COVID-19 yε coronavirus ka banayεlema ta bana yε min bɔlεndo sisan (“CO” obε corona dε kɔfɔ; “VI” obε virus kɔfɔ; “19” oyε a bɔra san mina). Ni virus banna dɔnεε kunte ka kɔɔ fɔ decembre kalɔ tεmεnεn na san 2019, a yεra cini dugu dɔla min tɔghɔ yε Wuhan.

### **COVID-19 SIMPTOMUW YE DJOUMENW YE?**

Kaa lɔn ka fɔ sumaya, sεgεn, sɔgɔsɔgɔ jalan bε COVID-19 tamciεn jira. Kuma tchamaana, a bε pneumɔni la sε banan yi tigi la mɔgɔ ma, min bε sε ka i ηinakhini siraw da tugun fɔ ka ta se sayama

### **YALIMA PIQIRI, FURAKISSE, WALIMA FERRE WEREW BE COVID-19 LA WA?**

Fɔy ma soro fɔkɔ, an bε dɔn mi na kɔ bi, piqiri walma fura diɔndiɔn ma sɔɔ COVID-19 bana yin na. O na tawɔ ta, banay tigi la mɔgɔ ka kan ka furakε tjɔgɔ djɔndjɔn sɔɔ banani kɔkɔ ma, bana jugu bε mɔgɔh mɔgɔ la, o tigi la ma kakan ka taga dɔxhɔɔrɔssɔ ka furakε. Bana ni tigi la mɔgɔw tjama kεnεyara ka sababu kε dεmεn sira minw bε ala. Fura djɔndjɔn min bε bana yin na, halissa o be ka ηajiniin fɔkɔ.

### **BANA NI BESE KA JUGUYA MOGO JUME MA?**

Ka banani ηajini kɔ tɔ sεn na, mɔgɔ kɔkɔbaw ani bana damadɔw bε mɔgɔ minw na inafɔ (dussukun dimi tigi lamaw cancer, jεli kalaya bana, sɔnkun dimi walima diabεti) olu tigi la mɔgɔ ka ηangata ka bɔn kɔkɔbε.

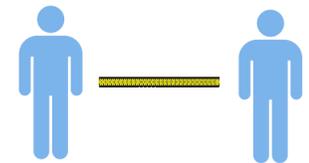
## NE BE SE KA MUN KE YASSA KAN NERE KISSI ANY KA BANA NI TJARNI LAJO?

YASSA KASSE KA I YERE KISSI ANI KA FERÉ KE COVID-19 BANA NI JOLI LA AN BESE KA TA BOLD DAMADOW SABATI, INAFD:



- Ka i tɛgɛ kɔ ka jɛ ni safunɛ yɛ sanga ani wagati walima ka i tɛgɛ jɔsi ni alɔhɔl yɛ jɔsi kɔ numana, nin fɛrɛ nunun bɛsɛ ka virus bana faga kabɔ i tɛgɛ là.

- An ka an sɔkɔ tɔgɔn na kassɛ mɛtiri kɛlɛ ja tɛ la (sɛn na 3 jatɛ). Virus nin bɛ sɔkɔ daji muru muru minw bɛ bɔla mɔgɔ tison baga tɔla, walima sɔgɔ sɔgɔ bagan tɔ, walima sumaya bagantɔ là. mɔgɔ bɛsɛ ka a la sɔkɔ ni fiɲɛ saman sira yɛ ni aya sɔkɔ ini bana ni tigi la mɔgɔ ka surun tɔgɔn na.



- An kana an tɛgɛ maga ɲɛ, nun walima daa la, kaa sababu kɛ bɔkɔ bɛ maga fɛn tjama na ani yɔkɔ tjama na. Nii bɔkɔ maga yɔkɔla virus daa lɛn bɛ yɔkɔ min, ka sɔkɔ ka i tɛgɛ kɛ ki i ɲa jossi walima i daa walima i nun, a bɛsɛ ka dɔn nin sira nunu fɛ ka i fari tɔ bɛɛ la sɔkɔ

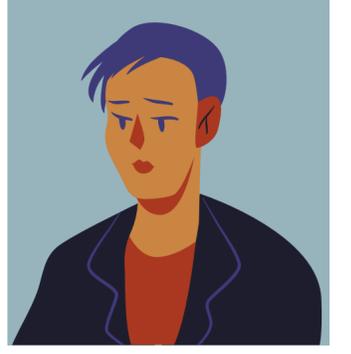
- Anka jija tɔgɔ bɛla ka ninnakhini fɛrɛ numanw ladamu. Nii bɛ tisso walima ka sɔgɔsɔgɔ, i ki jija kaa kɛ mussuar kɔnɔ ka sɔkɔ ka ala fili yɔkɔ kɛrɛnkɛrɛn nɛ na. Mun kama? Daji murumuru nunu bɛ virus ni tjarin. Ninakhini fere numanw matarafali be i tanga virusuw ma inafɔ mura, kun maabin ani COVID-19



- Bɔkɔ di tɔgɔn ma ani ɲogon ambarassɛli, anbɛsɛ ka an sɔkɔ o walɛ nunun na ni wagati kono, kaa sababu kɛi yɛrɛ tanga ina fɔ a fɔraa tɔgɔ minna sanfɛ sɛbɛnw na. Ka tɔ sɔ kɔnɔ o yɛ tanga tɔgɔ numan yɛ, ni anga famaw yɛ walɛya min jira anga tugun o la. Ni farigan, sɔgɔsɔgɔ walima ɲinnakhini dɛgun bɛ ila, i ka dɔghɔtɔkɔw sɛgɛrɛ jɔna walima ka wɛlɛ li kɛ yassa i bɛɛ la tanga li sɔkɔ tɛliyala, a bɛ i kissi ani ka bana nin tjarini na jɔ.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## URDU

کورونا وائرس کیا ہے؟

کورونا وائرس کی بہت ساری اقسام ہیں جو انسانوں اور جانوروں میں بیماریوں کا باعث بنتے ہیں۔ انسانوں میں پہلے ہی بہت سارے کورونا وائرس دریافت ہو چکے ہیں جہاں وائرس کی متعدد بیماریوں جیسے نزلہ اور بہت سی دوسری موذی امراض کا باعث بنتے ہیں۔

Covid-2019 کیا ہے؟

Covid-2019 ایک متعدی بیماری ہے جو حالیہ کورونا وائرس میں دریافت ہوئی۔ ("CO" کا لفظ کورونا، "VI" وائرس اور "19" سال 2019 کے لیے استعمال ہوا ہے)۔ ووبان (Wuh an) چائنے میں یہ وبا پھیلنے سے پہلے اس وائرس کے بارے میں دسمبر 2019 تک کوئی خاص معلومات موجود نہیں تھی۔

کورونا وائرس۔ 19 کی علامات کیا ہیں؟

اس وائرس کی عمومی علامات میں بخار، تھکن اور خشک کھانسی شامل ہیں۔ شدید علالت کی صورت میں یہ متعدی مرض نمونیا اور آپکی نظامِ تنفس میں دشواری پیدا کرتی ہے جو موت کا سبب بھی بن سکتی ہے۔

کیا کورونا وائرس۔ 19 کی کوئی ویکسین، دوائی یا علاج موجود ہے؟

ابھی یا آج تک نہیں ہے۔ اس موذی مرض کے علاج کے لیے کوئی ویکسین یا اینٹی وائرل دوائی ابھی تک دریافت نہیں کی جا سکی ہے۔ بہر حال جو لوگ اس سے متاثر ہوتے ہیں ان کو نگہداشت کی ضرورت ہوتی ہے۔ شدید علالت کی صورت میں ہسپتال میں داخل کیا جاتا ہے۔ ڈاکٹروں کی طبی امداد ملنے سے بہت سارے مریض صحتیاب بھی ہو جاتے ہیں۔ ممکنہ ویکسین اور دوائی کی دریافت کے حصول کے لیے تجربات جاری ہیں۔

وہ کون سے لوگ ہیں جو اس سے شدید متاثر ہو سکتے ہیں؟

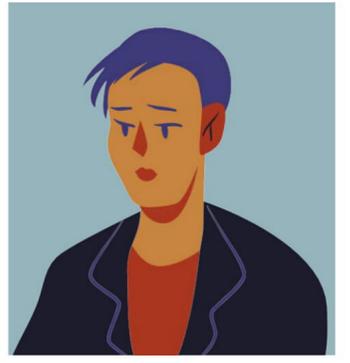
اگرچہ ہم ابھی تک یہ جاننے کی کوشش کر رہے ہیں کہ کورونا۔ 19 سے کون کون سے لوگ زیادہ متاثر ہو سکتے ہیں۔ ابھی تک یہ عمر رسیدہ اور ایسے لوگوں کو متاثر کر رہا ہے جو پہلے سے کسی مرض میں مبتلا ہیں۔ (مثلاً ہائی بلڈ پریشر، دل کی مرض، پھیپھڑوں کے مریض، کینسر اور ذیابیطس کے مریض)۔ ایسی امراض والے مریضوں کو دوسروں کی نسبت زیادہ شدت سے متاثر کر رہا ہے۔

## اس بیماری سے بچاؤ اور پھیلاؤ کی روک تھام کے لئے ہم کون سی احتیاطی تدابیر اختیار کر سکتے ہیں؟

آپ خود کو متاثر ہونے سے بچانے اور کم از کم اس کے پھیلاؤ کے روک تھام کے لئے درج ذیل احتیاطی تدابیر اختیار کر سکتے ہیں۔  
اپنے ہاتھوں کو باقاعدہ سے الکوحل کی ملاوٹ سے بنی ہوئی اشیاء یا صابن اور پانی سے اچھی طرح صاف کریں کیونکہ ایسا کرنے سے آپ ان جراثیم کو مار سکتے ہیں۔  
لوگوں سے کم از کم ایک میٹر (۳ فٹ) کے فاصلے پر رہیں۔ وائرس انسان کی تھوک/لہاب کے اندر موجود ہو سکتے ہیں اور اسکے نزدیک سانس لینے سے دوسروں میں منتقل ہو سکتے ہیں خاص طور پر جب کسی کو کھانسی اور چھینک آئے یا بخار ہو۔  
اپنے ہاتھوں سے ناک، منہ اور آنکھوں کو مت چھوئیں کیونکہ ہاتھ کسی جگہ لگنے سے جراثیم آلودہ ہو سکتے ہیں۔ جب وائرس آلودہ ہاتھ آنکھ، منہ یا ناک کو چھوئیں گے تو وہاں سے وہ جراثیم آپ کے جسم میں داخل ہو کر آپ کو بیمار کر سکتے ہیں۔  
اس امر کو یقینی بنایا جائے کہ آپ اور آپ کے اردگرد لوگ محفوظ طریقے سے سانس لے رہے ہوں۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ جب آپ کو کھانسی یا چھینک آئے تو آپ اپنے منہ کو اپنی کہنی یا ٹشوپیپر سے ڈھانپ لیں اور اس پیپر کو فوراً پھینک دیں۔ ایسا کیوں؟ کیونکہ ان کے قطرے وائرس پھیلانے کا باعث بنتے ہیں۔ احتیاط کرنے سے آپ اپنے پاس موجود دوسروں کو وائرس کے حملوں سے بچا سکتے ہیں جیسا کہ نزلہ، زکام یا کورونا وائرس-۲۰۱۹۔  
ان وجوہات کی بنیاد پر جو اوپر بیان ہو چکی ہیں ایک دوسرے سے ہاتھ ملانے اور گلے ملنے سے پرہیز کریں۔ جتنا ممکن ہو سکے زیادہ سے زیادہ گھر کے اندر رہیں اور انتظامیہ کی طرف سے جاری کردہ قواعد و ضوابط کی پاسداری کریں۔ اگر آپ کو بخار، کھانسی اور سانس لینے میں دشواری ہو رہی ہے تو فوری طور پر طبی امداد حاصل کریں۔ اس طرح امدادی ٹیم آپ کو براہ راست علاج کے لئے مخصوص جگہ پر لے جائے گی جس سے آپ کو طبی امداد بھی مل جائے گی اور آپ کے قریب رہنے والے لوگ بھی اس وائرس سے متاثر نہیں ہوں گے۔



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## ARABIC

### انتبه، معلومات تهم صحتك

#### ما هو فيروس كورونا؟

فيروس كورونا هو فصيلة كبيرة من الفيروسات التي تسبب المرض للحيوان والإنسان، ومن المعروف أن عدداً من فيروسات كورونا تسبب للبشر حالات عدوى الجهاز التنفسي التي تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض التنفسية الخطيرة.

#### ما هو مرض كوفيد-19؟

مرض كوفيد-19 هو مرض شديد العدوى، يسببه فيروس كورونا المُستجد ( ومصطلح كوفيد-19 يعني الاتي: (كو)اختصار كورونا، (في) اختصار فيروس، (د) اختصار ديزيس ومعناها مرض بالإنجليزية و 19 هي السنة التي ظهر فيها المرض)، ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس وهذا المرض المستجدين قبل ظهورهم في مدينة يوهان الصينية في ديسمبر 2019.

#### ماهي الأعراض التي تظهر علي الشخص المصاب بكوفيد 19؟

تتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد-19 في الإرتفاع الشديد في درجة الحرارة والشعور بالإرهاق والسعال الجاف، وفي الحالات الأشد قد يصاب المريض بالتهاب رئوي وصعوبة في التنفس قد تؤدي في بعض الحالات الى الوفاة.

#### هل هناك لقاح أو دواء أو علاج لمرض كوفيد-2019؟

لا يوجد حتى يومنا هذا لقاح أو دواء محدد مضاد للفيروسات للوقاية من مرض كوفيد-19 أو علاجه، ولذلك ينبغي علاج جميع المصابين بالفيروس حسب الاعراض التي تظهر على كلا منهم على وجه السرعة، أما المصابين الذين يعانون من أمراض مزمنة مسبقاً فلا بد من نقلهم للمستشفيات المتخصصة لاتخاذ الاجراءات اللازمة لهم، وهناك حالات يتم شفائها من المرض بعد تلقيها الرعاية الطبية المناسبة. ويسعى العلماء حالياً في البحث عن لقاح ضد هذا الفيروس المستجد.

#### من هو الشخص المعرض للإصابة بمرض خطير؟

وحتى الان مازال البحث جارياً لاكتشاف لقاح لفيروس كورونا المستجد(كوفيد 19)، فنجد أن أكثر الناس تعرضاً للخطر هم كبار السن والأشخاص الذين يعانون من امراض مزمنة، مثل ارتفاع ضغط الدم والذين يعانون من أمراض الرئتين والقلب ومرضى السرطان والسكر.

## ماذا يمكنني فعله لحماية نفسي ومنع إنتشار العدوى؟

• إتخاذ بعض الخطوات لتقليل خطر الإصابة به والوقاية منه بإتباع الاحتياطات التالية:



• غسل اليدين بصفه متكرره بالماء والصابون أو بمحلول كحولي لإزالة الفيروس من اليدين.



• المحافظة على مسافة الأمان وتكون على الأقل مسافة متر بين الأشخاص حيث ان الفيروس يمكن ان ينتقل عن طريق الكحة او العطس أو التنفس من خلال المسافات القريبة.



• تجنب لمس العينين أو الفم أو الأنف باليدين حيث أن الايادي تلمس أسطح عديدة من المحتمل أن تكون ملوثة بالفيروس وبالتالي ينتقل الى الجسم من خلال الفم او الأنف أو العينين .

• استخدام المناديل الورقيه لتغطية الأنف والفم عند العطس أو السعال وإذا لم تجد استخدم مرفق الذراع (زاوية الكوع) حتى تحمي من حولك من انتقال العدوى اليهم.



• تجنب المصافحة والمعانقة ، للأسباب التي سبق ذكرها

• التزم بيتك في حالة الشعور بالتعب أو وجود سعال أو ارتفاع في درجة الحرارة أو الشعور بصعوبة في التنفس وعليك بالإتصال بالطبيب لإعطائك التعليمات المناسبة، وبهذا الشكل ستكون في أمان وسوف تساهم في عدم إنتشار الفيروس أو العدوى.

All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)

**IOM Coordination Office for the Mediterranean**

**[www.italy.iom.int](http://www.italy.iom.int)**



چى بىكەم بۇ خۇپاراستىن و رىگىرىكىردن له تەشەنەكردىنى ئەم نەخۇشىيە؟

به چەند رىكارىكى خۇپاراستىنى سادە نەتوانىت نەگەرى توشبونت يان نەگەرى بلاوكردنهوهى قايرۆسهكه كه مېكه يتهوه:

• به شىوه يكى باش و بهردهوام دهستهكانت پاكبكهروهه به ماددهى ئەلكوحول يان به سابون و ئاو بىانشۆ، چونكه بهم شىوهيه قايرۆسهكان دهكوژىت كه ئەكرىت له سەر دهستتبن.

• مهودايكى پارىزراو بهئلهوه له نىوان خوتو خەلكدا، بهلاى كه مهوه ۱ متر (۳ پى). قايرۆسهكه لهناو دلۆپه بچوكهكانى لىكدا بونى ههيه، و ئەكرىت له رىي ههناسهدانهوه له مهودايكى نزيكهوه بگويزرئتهوه، بهتاييهتى له كاتى كۆخه يان پزمين يان كهسئىك تاي ههبيت.

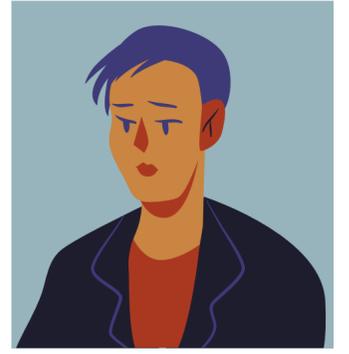
• تا ئەتوانىت دهست له چاوو لوتو دهت مهده، چونكه دهستت بهرى روى شتهكان دهكوژىت كه دهكرىت قايرۆسهكه له سەر ئەو شتانه نشئبئتهوه و توش به دهستت ههليان بگرئتهوه. دهست كه پيسبو ئەكرىت قايرۆسهكه بگويزرئتهوه بۆ چاوو لوتت يان بۆ دهت، و لهويوه قايرۆسهكه دهتوانىت خوى بگويزرئتهوه بۆ ناو جهستهت ودواتر نەخۇشت بكات.

• دلنبايه كه خوتو ئەو كهسانهى دهووروبهت رىكارهكانى پاكو تهميزىي كوئهندهامهكانى ههناسه دهگر نهبەر. واتا، لهكاتى كۆخدا يان پزمين به ئەنئيشكت يان به دهسەر دهمو لوتت بپوشه. دواتر يهكسهرى دهسركه فرئده. بۆ چى؟ چونكه دلۆپه بچوكهكان قايرۆسهكه بلاودهكهنهوه. پابهندبوونت به رىكارهكانى پاكو تهميزىي كوئهندهامهكانى ههناسه، خەلك دهپارىزى له قايرۆسهكانى سەرما و ههلامهت و كوژئيد-۱۹.

• باوشو تهوقه لهگهئ كهسا مهكه، لهبەر ئەو هويانهى كه پئشتر ئاماژهمان پئكرد. تا ئەتوانىت له مالهوه بمئنهوه پابهندبه به رينمايىكان كه له لايهنى دهسهلاتدارانهوه جهختى لى كراوه. ئەگەر تاولهزت لئيه يان كۆخهت ههيه يان به زحمهت ههناسه ئەكئشئيت، به زووترين كات پهبهندى بكه و داواى يارمهتى پزىشكى بكه. ئەمه ئاسانكارىه بۆ كارمهندانى تهنروستى بۆ ئەوهى به خىرايى و به ئاراستهپكى دروست خزمهتت پى بگهينن و بتئيرن بۆ نەخۇشخانهى تاييهت بهو نەخۇشيهوه. بهم شىوهيه خوت دهپارىزى و رىگىرى دهكهيت له تەشەنەكردىنى قايرۆسهكه و پەتاكانيتر.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## PACHTOU

### د کورونا وایرس څه شی دی؟

د کورونا وایرس د وایرسونو یوه لویه کورنی ده له کومو نه چې په څارویو او انسانانو کې ناروغی رامینځ ته شي. په انسانانو کې، دا وایرس تر ډیره د ساه بندۍ یا تنفسي ناروغیو نه تر عام ریزش او نورو ډیرو سختو ناروغیو لامل ګرځي.

### کوید-۱۹ څه شی دی؟

کوید-۱۹ یو ساري ناروغي ده چې د کورونا وایرس له لارې رامینځته شوي ده، ("CO" کورونا، "VI" وایرس، "D" ناروغي او "19" یعنې دا په ۲۰۱۹م کال کې رانکاره شو). دا وایرس او ناروغي مخکې له دې چې په چین د اوهان ښار کې د ډیسمبر په میاشت ۲۰۱۹ کې رامینځ ته شي چا نه پیژندله.

### پر کوید-۱۹ اخته کس نښې نښانې څه شي دي؟

عامې نښې یې تبه، سترتیا او وچ توخی دي. پر سختو حالاتو کې دا وایرس کولی شي شش یا سږي التهابي کړي او سالنډي رامینځ ته کړي او حتی د مرګ لامل شي.

### ایا د کوید-۱۹ لپاره تداوي یا واکسین شته؟

تر اوسه د دې وایرس لپاره کوم ځانګړي واکسین یا درمل نشته چې د دې کوید-۱۹ درملنه یا مخنیوی پرې وشي. لکن، کوم کسان چې پر دې وایرس اخته کيږي د هغوي لپاره ځانګړي پاملرنه ضروري ده. لکه هغه کسان چې له مخکې نه په خطرناک مرض اخته وي باید روغتون کې بستر شي. ډیری ناروغان د ځانګړي درملني او پاملرنې له لارې بیرته ښه کيږي. د دې وایرس د مخنیوي او تداوي لپاره د واکسین او ځانګړي درملو پر جوړولو څیړنې روانې دي.

### کوم کسانو ته د دې وایرس خطر ډیر دي؟

تر دا مهاله کوشش روان دی چې معلومه شي چې کوم کسانو ته دا وایرس خطرناک ثابتيږي، لکن کوم کسان چې تر دې مهاله ورته ډیر خطر دی او پرې اخته شوي دي هغه دي: چې عمر یې ډیر دی او یا هغه کسان چې له مخکې نه پر کومه خطرناکه ناروغی، لکه د وینې فشار، د زړه ناروغی، د سږو ناروغی، سرطان او یا هم د شکر په ناروغی اخته وي دوي له دې وایرس تر نورو ژر اغېزمنې شي.

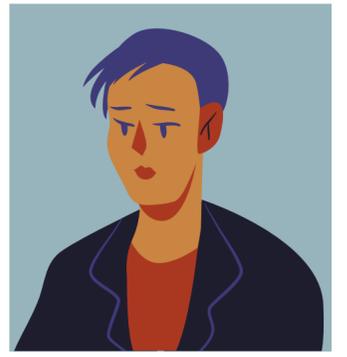
## ځنگه کولای شم چې د دې مرض نه هم ځان وساتم او هم نورو ته سرایت ونکړای شي؟

تاسې کولای شئ د لاندې احتیاطي تدابیرو له لارې د کوید-۱۹ ناروغۍ نه هم خپل ځان وساتئ او هم د دې د خپریدو مخنیوی وکړئ:

- باید په پرلپسې توګه لاسونه پر الکولي موادو او یا صابون باندې وینځل شي، ځکه پدې سره ستاسې پر لاسونو چې وایرس وي له مینځه ځي او وژل کیږي.
- له نورو نه لږ تر لږه باید یو میټر (۳ فټه) واټن ونیسئ. دا وایرس په لارو کېني موجود وي او د ساه اخیستلو پر مهال نورو ته انتقالیدلای شي، په ځانګړې توګه د توخي، پرنجې او تې لړلو پر وخت کېني.
- خپلو سترګو، پوزې او خولې ته لاسونه مه وړئ، ځکه چې تاسې په لاسونو سره ډیرې شيان لمس کوی، دې کار سره کیدای شي ستاسې لاسونه وایرس ځان سره ولري او لدې لارې تاسې وایرس ستاسې سترګو، پوزې او خولې ته انتقال کړئ. همدا ده، چې وایرس ستاسې بدن ته انتقالیږي او تاسې پرې اخته او ناروغه کیږئ.
- ځان ډاډه کړئ چې تاسې او شاوخوا کسان مو د توخي یا پرنجې پر وخت وځایوي تدابیر تعقیبوی. پر دې معنی چې د پرنجې یا توخي پر وخت خپله خوله او پوزه په لاسپاک کاغذ پټوی او ورسته له استعمال نه یې غورځوی او، که هغه نه وي نو ځنګل ورته نیسئ: ځکه، پر دې وخت کېني د توخي یا پرنجې داري وایرس خپروي نو، پر دې وځایه سره تاسې کولی شئ خپل خوا کېني کسان له مختلفو وایرسونو لکه زکام، ریزش او کوید-۱۹ څخه وژغورئ.
- همداسې یو بل سره د لاس او غاړه ورکولو نه ځان وژغورئ، چې د پورته ذکر شوي خطر نه ځان ساتنه وشي. کوشش وکړئ په کور کېني پاتې شئ، او د چارواکو لخوا ورکړل شوي قانوني کړنې تعقیب کړئ. کچیرته تاسې تبه لرئ، توخیرئ او یا په ساه اخیستلو کېني مشکل لرئ، مخکېني له مخکېني له ډاکټر سره اړیکه ونیسئ. لدې لارې هغوي تاسې ته د روغتیايي مرکز یا روغتون ته د د تدایو لپاره د تللو لارښوونه کوي. دا کار هم تاسې ژغوري او هم د وایرس د خپریدو په مخنیوي کېني مرسته کوي.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## ESAN - ISHAN

### **BAKIROTA CORONAVIRUS?**

Coronavirus, emhiamhen no wegbe kakabor oleno, omuen idiuwa nobun. Odin sabor siemhiamhen bhegbe nose elanbhen bhiegbe nosoria. Oni Coronavirus no kakabo bun no, ole aseyelen bhi emhiamhen no sionini natiole ogozizi bhi emhiamhen nobun kakabor. Ebhegbenosoria, odin sabor kakabor siemhiamhen naresabore wenhien bhiamhiamhen norionini fioria. Debah emhiamhen nobun.

### **BEBHOKIENI COVID-19**

Emhiamhen nodanzegbe dokere natiole Coronavirus ("CV" olekhi CORONA; "VI" olekhi VIRUS; "19" ole ukpe ne ene mhamhien zegbe dokere. Abhanse kalen ene mhamhien khe

### **BOBHORE ZEGBE DOKEREYE, ENEMHAMHEN NATIOLE COVID-19?**

Nokeh mama ghen segbe bhene emhiamhen natiole COVID-19, oleonakhin; five, egbe no mhamhien, ohuen no kaka, ode no resunu egheso, osabore sio ogozizi nonini rekakabor refioria. Ase mi agbede nare Ikunmu, Ebare gbelo ghegbe ne ene COVID-19 la segbe, ade olasegbe, abe mhie a bare himegbe? Ene mhamhien no bhare na ese mhon ikunmu bhi agbede na rhe na la mhien ene mhamhien bhan segbe. Okpa ino, onoi bhon ene mhamhien, okia khian asibito egia la himhe egbe. Bhan kuenbhen ene himon oria, bhi ene guali ikunmu khian bhi agbede ne guegue na re himhe egbe.

### **ELAH BHOR ENE MHAMHEN KEH GUO LE EGBE NO OFEN LA MUN KAKABOR?**

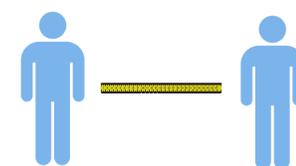
Bekize ni bhan lah lue ene mhamhien natiole COVID-2019 ono keh muen ebho ne whanre ne kakabor domah, ne bhon emhiamhen uwegbe, nu udu mhamhien, emhiamhen ne eboh toile cancer, emhiamhen eba fea, bhi na arhan la kakabor leh bhe egbe, bhi ebho ne ke khomhon ekherebhe.

### **BI ME KHIAN LUYE NA LA MHIEN ME BHAN MUE ENE EMHAMHEN NA NI ME ADEBHA ALE A GHAN ENE MHAMHEN KHIAN?**

Ebi me khianlu ni me bhan khian la agha ene emhiamhen na noria, oleo na khin.

## BI ME KHIAN LUYE NA LA MHIEN ME BHAN MUE ENE EMHIAMHEN NA NI ME ADEBHA ALE A GHAN ENE MHIAMHEN KHIAN?

- Ebi me khianlu ni me bhan khian la agha ene emhiamhen na noria, oleo na khin. Me kakabor akpobor kuan egherebhe bhi ayon na tirole ekankan, amen bhi ebakhor no kuan. Ona okpa khian sabor gbe ene mhiamhen bhor egiegie.
- Re ibata okpa (obhan 3) ne ebho rebhe. Rambhudewe ene emhiamhen na, asabor muno oria bhe esen no va bhu unure, bhi ohuen natolo, ihien natin, uwenhienmhin na wenhien yaegbe ba la kakabor sikegbe, bhi emhiamhen na tirole i fiva.
- Ayearobor su unu, ihue, elo, ranmude we, obo naresuebhin rebhe, asabor rosue egie ene emhiamhen ye. We la rosue elo, weilaroseulo, ene mhiamhen kila sue elo, odin sue egbererebhe. Oakinse egbefo emhiamhen kiva.
- Giamhen wegheghe nia uwe bhi ebhe ne sikeuwe mudia bhe egiebhen nibha la sabor awenhienose. Ebaronatania oleonakhin, nuwe re erho obor akokuno bhe ebarekhienkhien obhobho no kuanlen nuwe roaguo unu buwe khan tolo ohuen, atin ihien, we atin ihien tolo huen fo, ebuwe re gue ihue bhi unu, we refia egie egie. wela lue enarebhe natamawe, oluwe hinmhen ebho ne sike we neamue ene mhiamhen na tirole oguzizi bhi bhi emhiamhen nekeh bhi COVID-19
- Ayea suoriabor ayea amuoria dede, aseya dokere bhuh ne bho ne gberogheoria ne riukpo gbenoria bhegiayena ranbhude ene mhiamhena. Wela akhonmhon, wetolo ohuen, we bhon fiva, udu giuwe re wenhien nose, tiatie ene gbelogheoria bhu uwa asibito egiegie ne do gbeloghewe. Ne miala ghen giagie giode nodia nuwe eguwe khian lagbeloghegbe egiegie nuwe mala bhe mue ene mhiamhen noria bhebe.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## SONINKE

### **CORONAVIRUS NI MANI YA YE?**

Coronavirusu nu ni virus gabe kafo ya yi hi be nu ga jangiro kiñe dini naburu ñga manxa hadamaremu. Coronavirus nu ku tu yi in te ni ti iga hanke kile n'cigindini a do jangiro tana nu xoy mura manxha jangiro bure tananu.

### **COVID-19 NI MANI YA YE?**

COVID-19 ni coronavirus ke jangiro kurunba bogun te ya ye hi be go watte bure kiñe dini sere ñga. ("CO" ken ñgure ni corona ya ye; "VI" ke ni virus ya ye; "19" ke ni a ga bogu sine bey). Ke virus kurunba bogunte tu yi in te mañni naa xaaso, ma 2019 desembre danginte ke a ni i gada a ñgari chine debe yo go di hi be toxo ñgani Wuhan.

### **KAN MISSALE NU NA COVID-19 KE KO YI NI?**

Missale tuuyi in te benu ga COVID-19 ni tawaye, tanpiye, a do texuye kawante. Ta nu ya anda buro moxo siri, a rawa y ina pnemoni, manxa na hanke kutu an ñga, manxa ana kara do a sababu ya.

### **YALIMA YITI HUNCE, PIKIRI, MANXA JARENDI MOXO WA COVID-19 KE YA BA?**

Ayii, naa tu nanti yite nta jangiro ke yi hilani, hi be raga COVID-19 ke gemu ndini manxa na jara. Ken di i diga tassu, a gana soro benu kita, ikamanu xawana jara ndi moxo si re kita. Jangiro bure ñga soro benu ya nxawa na diga doxotoronka ñga. Jangiro bure ke kaman gabe su di yime kita na sababu jarandi moxonu yagonu ya ye hi be go jangirante ke demana ni yime kita. Ma lenki kota ke yi jangiro ke yituu ñga kama na muri.

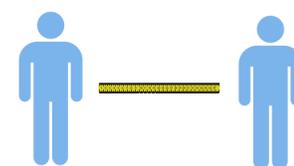
### **KE JANGIRO BURE NI TI KAN SERE DANBE YI?**

Naa toxo COVID-19 feranu ñga kama na muri, jangiro ke ñanngo ti sere be nu yi kuni, sere xaase a do watte ga sorobenuya nan xaaso missale di(tawaye, sondome biyi ye, butti in biye, cancer manxa jabeti gan soro be nu yi) ke watte ñanngo kun kamanu yi nan xoto soro kuttu nga.

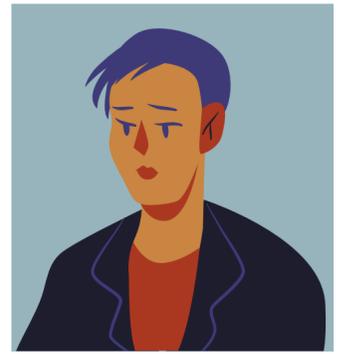
## NKE RANA MANI NYANA NIN DU KISSI A DO NA KE WATTE SIGINDI?

NA DU KISSI KE COVID-19 YA A DO NA KE JANGIRO BURE SIGINDI, OSSU RAWAYII NA O MOXO TU HI DATANTO TOYA, MISSALEDI:

- An na nkitu ñanxi moxo siri nii xurandi ti sabune ñga a do ji in xule, manxa ana an kitu sussa ti alcol ñga, ke wa ña na sababu ya virus ke ga kala baka an kitu ñga.
- Ona bera lo odo me naxa nankiñe ma metiri bane yi (tan paaxo 3 meya). Virus ke wo kite ne laxaanji missu n'di, ado an gana hanke futu jangirante ke tinte ye n'di, i kamanu daa texu, manxa naa tisso an kara ñga bureni moxosiri.
- Maxa kati an ñaxe, nuxune, manxa laxe, na sababu seren kite ñgo kati ni hondanbe su ya, kendi virus ke raway naa an kite ke raga. An da kite ke raga tani an gana katu ndi a ñaxe, manxa nuxune, manxa laxe ñga tani awa anxa ragana, naa lo an pate ndi na an jangirandi.
- Aana an dudo xoto an do soro benu gan tinta meya, axana hanke kita, kita moxosire yi. Ke wure ni an gana yi teexu nu manxa tiisso no, anna ho yo go bihindi a laxe manxa an nuxu ne nña, ma yirame xule manxa an doroke kite, moxo bedi hanke bega baka a laxe nda nuxune di ado laxanji namaxa kiñe sere tana yi. Ossu n'da ku moxo nu raga ni tanga, orawa yi na o du kissi virus nu yogonu yi xo: mura, tisonde ado COVID-19.
- Na kite kinin me ya ado nan toxo meraga na, ora wa yi na kun laxe wara o du tangade maxa. On toxo ka noxo ndi gana yi ora gayi. Ona hankama nu saria laga ni bato. An danyi tawaye, teexuye, manxa hanke kita ye xonte gana yi an danña, ana doxotoro nu n'xiri jewo nñe di. Ken rawa yi ñana sababu ya an jara de kamanu ragaa an demana na jarandi moxo sire tanga an da nñani. A rawa yi ñana sababu xayi na an kissi ado na virus ke xa sigindi, ado jangiro tananu benu ga yile ne do sorun do menaxa.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## RUSSIAN

### **ЧТО ТАКОЕ КОРОНАВИРУС?**

Коронавирусы – это обширное семейство вирусов, которые могут вызывать болезни как у животных, так и у людей. Известно, что у последних некоторые коронавирусы вызывают респираторные инфекции – от простуды до более тяжелых заболеваний.

### **ЧТО ТАКОЕ COVID -19?**

COVID-19 – это инфекционное заболевание, вызванное новым коронавирусом (аббревиатура «CO» означает корону; «VI» – вирус; «19» – год, в котором он появился). Этот новый вирус и заболевание, вызванное им, были неизвестны до начала вспышки инфекции в Ухане, Китай, в декабре 2019 г.

### **КАКОВЫ СИМПТОМЫ COVID-19?**

Наиболее распространенными симптомами COVID-19 являются лихорадка, усталость и сухой кашель. В более тяжелых случаях инфекция может вызвать пневмонию, тяжелый острый респираторный синдром (ТОРС) и даже смерть.

### **ЕСТЬ ЛИ ВАКЦИНА, ЛЕКАРСТВО ИЛИ ЛЕЧЕНИЕ ОТ COVID -19?**

Еще нет. На сегодняшний день не существует вакцин и специальных противовирусных препаратов для профилактики или лечения COVID-2019. Тем не менее, все пострадавшие от вируса должны получать необходимую помощь для облегчения симптомов. Люди же с серьезной формой течения заболевания должны подлежать госпитализации. Большинство пациентов выздоравливают благодаря своевременно оказываемой помощи. На данный момент идет активная разработка вакцины и особых методов лечения.

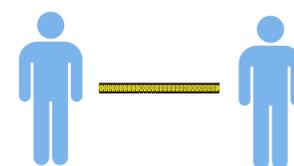
### **КТО В ЗОНЕ РИСКА РАЗВИТИЯ ТЯЖЕЛОЙ БОЛЕЗНИ?**

В то время как вопрос влияния COVID-2019 на людей активно изучается, тяжёлая форма течения болезни с большей вероятностью развивается у пожилых людей или у людей с уже имеющимися заболеваниями (такими как высокое кровяное давление, болезни сердца, заболевания легких, рак или диабет), чем у других.

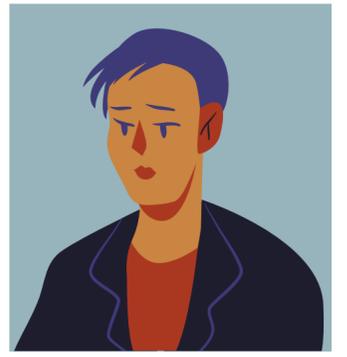
## ЧТО Я МОГУ ПРЕДПРИНЯТЬ, ЧТОБЫ ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И ПРЕДОТВРАТИТЬ РАСПРОСТРАНЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

ВЫ МОЖЕТЕ СНИЗИТЬ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ ИЛИ РАСПРОСТРАНЕНИЯ COVID-19, СОБЛЮДАЯ ЭТИ ПРОСТЫЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ:

- РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ И ВОДОЙ ИЛИ СПИРТСОДЕРЖАЩИМИ РАСТВОРАМИ ДЛЯ УНИЧТОЖЕНИЯ ВИРУСА НА ВАШИХ РУКАХ.
- СОБЛЮДАЙТЕ БЕЗОПАСНОЕ РАССТОЯНИЕ НЕ МЕНЕЕ ОДНОГО МЕТРА ОТ ЛЮДЕЙ. ВИРУС СОДЕРЖИТСЯ В МЕЛКИХ КАПЛЯХ СЛЮНЫ И ЕСТЬ РИСК ИХ ВДЫХАНИЯ ПРИ БЛИЗКОМ НАХОЖДЕНИИ С КАШЛЯЮЩИМИ, ЧИХАЮЩИМИ ИЛИ ЛЮДЬМИ С ЛИХОРАДКОЙ.
- СТАРАЙТЕСЬ НЕ ПРИКАСАТЬСЯ РУКАМИ К ГЛАЗАМ, НОСУ И РТУ. РУКИ КАСАЮТСЯ МНОГИХ ПОВЕРХНОСТЕЙ И С РУК ВИРУС МОЖЕТ С ЛЕГКОСТЬЮ ПОПАСТЬ В ГЛАЗА, НОС И РОТ, А ОКАЗАВШИСЬ ТАМ МОЖЕТ ПРОНИКНУТЬ В ОРГАНИЗМ И В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ ВЫЗВАТЬ У ВАС ЗАБОЛЕВАНИЕ.
- ПРИДЕРЖИВАЙТЕСЬ ПРАВИЛ ГИГИЕНЫ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ. ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ И НОС ОДНОРАЗОВЫМИ САЛФЕТКАМИ ИЛИ, В СЛУЧАЕ ИХ ОТСУТСТВИЯ, СГИБОМ ЛОКТЯ. ИСПОЛЬЗОВАННУЮ САЛФЕТКУ НЕОБХОДИМО СРАЗУ ЖЕ ВЫБРОСИТЬ. ТАК КАК НЕПОСРЕДСТВЕННЫМИ РАСПРОСТРАНИТЕЛЯМИ ВИРУСА МОГУТ ЯВЛЯТЬСЯ МЕЛКИЕ КАПЛИ СЛЮНЫ, СОБЛЮДЕНИЕ ПРАВИЛ ГИГИЕНЫ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ, ПОМОЖЕТ ЗАЩИТИТЬ ЛЮДЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ РЯДОМ С ВАМИ, ОТ ТАКИХ ВИРУСНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, КАК ПРОСТУДА, ОРВИ И COVID-19.
- ИЗБЕГАЙТЕ РУКОПОЖАТИЙ И ОБЪЯТИЙ ПО ПРИЧИНАМ, УЖЕ УПОМЯНУТЫМ.
- ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА КАК МОЖНО ДОЛЬШЕ, В СООТВЕТСТВИИ С УКАЗАНИЯМИ ВЛАСТЕЙ. ЕСЛИ У ВАС ЖАР, КАШЕЛЬ И ЗАТРУДНЕННОЕ ДЫХАНИЕ, ПОЗВОНИТЕ СВОЕМУ СЕМЕЙНОМУ ВРАЧУ, КОТОРЫЙ СМОЖЕТ НАПРАВИТЬ ВАС В ПОДХОДЯЩУЮ ВАМ МЕДИЦИНСКУЮ СЛУЖБУ. ТАКИМ ОБРАЗОМ, ВЫ ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ И ОГРАНИЧИТЕ РАСПРОСТРАНЕНИЕ ВИРУСОВ И ДРУГИХ ИНФЕКЦИЙ.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## YORUBA

### **KINI CORONAVIRUSI**

Coronavirusi jẹ ẹbi nla ti awọn ọlọje eyiti o le fa aisan ninu awọn ẹranko tabi eniyan. Ninu eniyan, ọpọlọpọ coronaviruses ni a mọ lati fa awọn akoran ti atẹgun ti o wa lati otutu si awọn arun ti o nira sii.

### **KINI COVID-19?**

COVID-19 ni arun ajakale-arun ti o ṣeṣe nipase coronavirusi ti a ti ṣawari laipe (“CO” dúró fun corona; “VI” fun ọlọje; “19” ni ọdun eyiti o farahan). Kokoro tuntun ati aisan yii jẹ aimọ ṣaaju ki ibesile na bẹrẹ ni Wuhan, China, ni Oṣu kejila ọdun 2019.

### **KINI NI IBI TI COVID-19?**

Awọn ami aisan ti o wọpọ ti COVID-19 jẹ iba, rirẹ, ati lkoaláidúró gbẹ. Ni awọn iṣeṣe diẹ sii, ikolu le fa ẹdọforo, ibajẹ eegun nla ti o lagbara ati pe o ṣee ṣe iku.

### **Njẹ IBI wa, oogun ati itọju fun awọ COVID-19?**

Rara. Titi di akoko yii, ko si ajesara ati pe ko si oogun ajẹsara kan pato lati ṣe idiwo tabi toju COVID-2019. Sibesibẹ, awọn ti o fowo yẹ ki o gba itọju lati mu awọn aami aisan kuro. Awọn eniyan ti o ni aisan lile yẹ ki o wa ni ile-iwosan. Ọpọlọpọ awọn alaisan bọsipọ ọpẹ si itọju atilẹyin. Awọn ajesara ti o ṣeeṣe ati diẹ ninu awọn itọju oogun pato ni o wa labẹ iwadii.

### **Tani NI Ewu TI Idagbasoke IDAGBASOKE?**

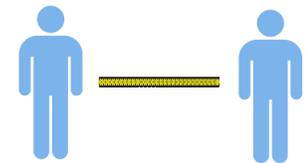
Lakoko ti a tun n kọ ẹkọ nipa bii COVID-2019 ṣe ni ipa lori awọn eniyan, awọn agbalagba ati awọn eniyan ti o ni awọn ipo iṣoogun ti iṣaaju (bii titẹ ẹjẹ giga, aisan okan, arun ẹdọfóró, akàn tabi àtọgbẹ) han lati dagbasoke aisan to nira nigbagbogbo ju awọn miiran lọ.

## O LE DINKU AWỌN AYE RẸ TI ARUN TABI TAN COVID-19 NIPA GBIGBE DIẸ NINU AWỌN IŞORA TI O RỌRUN



• O le dinku awọn aye rẹ ti arun tabi tan COVID-19 nipa gbigbe diẹ ninu awọn işora ti o rọrun

• Jeki aaye to wa lailewu ti o kere ju mita kan (ẹsẹ meta) lati ọdọ eniyan. Kokoro naa wa ninu awọn isọnu işan ati pe a le gbejade nipasẹ mimi ni ibiti o sunmọ, pataki nigbati wọn ba lkọ aláìdúró, yọ tabi tabi iba.



• Jeki aaye to wa lailewu ti o kere ju mita kan (ẹsẹ meta) lati ọdọ eniyan. Kokoro naa wa ninu awọn isọnu işan ati pe a le gbejade nipasẹ mimi ni ibiti o sunmọ, pataki nigbati wọn ba lkọ aláìdúró, yọ tabi tabi iba.

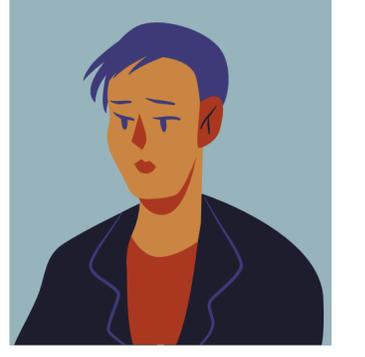
• Rii daju pe iwọ, ati awọn eniyan ti o wa ni ayika rẹ, tẹle itọju eegun ti o dara. Eyi tumọ si bo ẹnu rẹ ati imu rẹ pẹlu igbọnwọ rẹ tabi eegun nigba ti o ba fa lkọra tabi hindhu. Lẹhinna sọ disiki ti o ti lo lẹşekẹşẹ. Kilode? Awọn aami itankale kokoro. Nipa titẹle itọju eemi ti o dara o daabobo awọn eniyan ti o wa nitosi rẹ lati awọn ọlọjẹ bii otutu, aisan ati COVID-19.



• Rii daju pe iwọ, ati awọn eniyan ti o wa ni ayika rẹ, tẹle itọju eegun ti o dara. Eyi tumọ si bo ẹnu rẹ ati imu rẹ pẹlu igbọnwọ rẹ tabi eegun nigba ti o ba fa lkọra tabi hindhu. Lẹhinna sọ disiki ti o ti lo lẹşekẹşẹ. Kilode? Awọn aami itankale kokoro. Nipa titẹle itọju eemi ti o dara o daabobo awọn eniyan ti o wa nitosi rẹ lati awọn ọlọjẹ bii otutu, aisan ati COVID-19.

All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)





## BENGALI

করোনাভাইরাস কী?

করোনাভাইরাস এই ভাইরাসগুলির একটি বৃহত পরিবার যা মানুষের বা প্রাণীদের অসুস্থতার কারণ হতে পারে, মানুষের মধ্য করোনাভাইরাস শ্বাসযন্ত্রের সংক্রমণের কারণ হিসাবে পরিচিত, সাধারণ ঠান্ডা থেকে শুরু করে আরও মারাত্মক রোগ পর্যন্ত,

কোভিড -১৯ কি?

কোভিড -১৯ হল সর্বাধিক সন্ধান পাওয়া করোনাভাইরাস দ্বারা সংক্রামক রোগ ("co" করোনা; "vi" ভাইরাস "১৯" বছর এটি প্রদর্শিত হয়েছে) এই নতুন ভাইরাসটি বা রোগটি ডিসেম্বর ২০১৯ এ চীনের উহান শহরে প্রাদুর্ভাব শুরু হওয়ার আগে এটি আজানা ছিল,

কোভিড -১৯ এর লক্ষণগুলি কী কী?

কোভিড -১৯ এর সাধারণ লক্ষণগুলি হল জ্বর, ক্লান্তি এবং শুকনো কাশি গুরুতর ক্ষেত্রে, এটি নিউমোনিয়া , গুরুতর শ্বাসযন্ত্র এবং হতে পারে মৃত্যু,

কোভিড -১৯ এর জন্য কোনও ভ্যাকসিন, ঔষধ বা চিকিৎসা আছে কি?

এখনো না, আজ পর্যন্ত, কোভিড -১৯ প্রতিরোধের জন্য কোনও ভ্যাকসিন এবং নির্দিষ্ট অ্যান্টিভাইরাল ঔষধ নেই, তবে, ক্ষতিগ্রস্থদের লক্ষণগুলি থেকে মুক্তি দেওয়ার জন্য বিশেষ যত্ন নেয়া প্রয়োজন, বেশীরভাগ গুরুতর অসুস্থ ব্যক্তিদের হাসপাতালে ভর্তি করে বিশেষ যত্নের মাধ্যমে সুস্থ করা হয়েছে, সম্ভাব্য ভ্যাকসিন এবং কিছু নির্দিষ্ট ঔষধের তৈরির চেষ্টায় রয়েছে,

কারা বেশী এই রোগের ঝুঁকিতে রয়েছে?

এখনও গবেষণা চলছে কি ভাবে কোভিড -১৯ মানুষের উপর প্রভাব ফেলে, তবে ব্যক্তি এবং যারা কঠিন রোগের সাথে জড়িত (যেমন উচ্চ রক্তচাপ, হাটের রোগ, ফুসফুসের রোগ, ক্যান্সার বা (ডায়াবেটিস) গুরুতর অসুস্থতা প্রায় বেশী দেখা দেয় অন্যদের তুলনায়,

নিজেকে রক্ষা করতে এবং রোগের বিস্তার প্রতিরোধ করতে আমি কী করতে পারি?

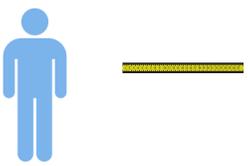
• নিয়মিত আপনার হাত সাবান এবং পানি বা এলকোহল দিয়ে ধুয়ে ফেলুন, কারণ নিয়মিত হাত পরিষ্কার এই ভাইরাসগুলি হত্যা করে,

• মানুষ থেকে কমপক্ষে 1 মিটার (3 ফুট) একটি নিরাপদ দূরত্ব রাখুন। ভাইরাসটি লাল ফোঁটায় থাকে এবং ঘনিষ্ঠ পরিসরে শ্বাস-প্রশ্বাসের মাধ্যমে সংক্রামিত হতে পারে, বিশেষত যখন তারা কাশি, হাঁচি দেয় বা জ্বর হয়।

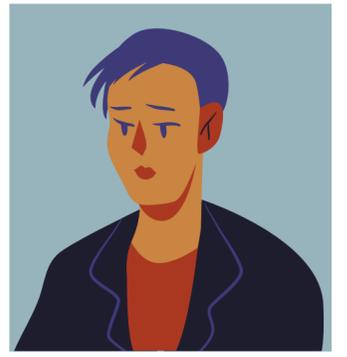
• হাত মিলানো বা কোলাকোলি করা থেকে বিরত থাকুন, উপরে উল্লেখিত কারণে, যত বেশী সম্ভব বাসায় থাকুন, যেমনটা বিশেষজ্ঞরা নির্দেশ দিচ্ছে, যদি আপনার জ্বর, কাশি এবং শ্বাস নিতে অসুবিধা হয় তবে আপনার পারিবারিক ডাক্তার এর সাথে যোগাযোগ করুন তিনি আপনাকে প্রয়োজনীয় স্বাস্থ্যসম্মত পরামর্শ দিবেন, এটি আপনাকে কঠিন রোগ থেকে রক্ষা বা ভাইরাস বিস্তার রোধ করতে সহায়তা করবে,

• চোখ, নাক এবং মুখ স্পর্শ করা এড়িয়ে চলুন, কারণ হাতগুলি স্পর্শ করে এবং ভাইরাস বাছাই করে। পৃষ্ঠগুলি একবার বহু দূষিত হয়ে গেলে, হাতগুলি আপনার চোখ, নাক বা মুখে ভাইরাস স্থানান্তর করতে পারে। সেখান থেকে ভাইরাসটি আপনার দেহে প্রবেশ করতে পারে এবং আপনাকে অসুস্থ করতে পারে

• নিশ্চিত করুন যে আপনি এবং আপনার চারপাশের লোকেরা ভাল শ্বাস-প্রশ্বাসের হাইজিন অনুসরণ করেন। এর অর্থ আপনার যখন কাশি বা হাঁচি হয় তখন আপনার বাঁকানো কনুই বা টিস্যু দিয়ে আপনার মুখ এবং নাকটি ঠেকে কে রাখুন। তারপরে অবিলম্বে ব্যবহৃত টিস্যুগুলি নিষ্পত্তি করুন। কেন? ফোঁটা ভাইরাস ছড়ায়। ভাল শ্বাস প্রশ্বাসের হাইজিন অনুসরণ করে আপনি আপনার চারপাশের লোকজনকে যেমন ঠান্ডা, ফ্লু এবং কোভিড -19 এর ভাইরাস থেকে রক্ষা করেন।



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## **MANDINKA**

### **MUNUMU CORONAVIRUS TI**

CORONAVIRUS MU JANKARO FAMILY BAA LETI MINKA DAAFENGOL WALA HADAMADINGOL SASA. HADAMADINGOLTO, CORONAVIRUS SA NIGIO KOLEYANDIMA HANIFO SUMAYA KURANGO KATA KURAN JAMA.

### **MUNUMU COVID-19 TI?**

COVID-19 MU SAWUNDI KURANGO MINYALONKO AKA SABU NYING CORONAVIRUS MING FINTITA KUTAKE. (“CO” WOLOM CORONANATI “VI” WOLOM VIRUS TI; “19” WOLOM SANGOTI A FINTITA MINA).MOL MAN NGIN JANKAR KUTO ANIN NGIN SASA LONU FO A FINTI WATO SATE TO IKAFO MINYE WUHAN, CHINA DECEMBER 2019 KONO.

### **MUNUMU COVID-19 LA TAMANSERO TI?**

COVID-19 LA TAMANSERO WOLOM BALA KANDO, BALABATA, WALA TOTO. WATI JAMA AKA, SAS KOKO SASA FANA KELE, NIGI KOLEYA JAMA HANIFO KEA FA.

### **COVID -19 DUNG FO ASA JARA NO WALA BORO BALALE DUN?**

AMANG SOTO FOLO DE. FOR BI, JARAAL MAN SOTO ANING BORO FANANG MAN SOTOLA MINYALONKO ASA COVID-19 JARAA NO. MINUL YA SASA NGIN SOTO SOLATA MAKOIROLA. MOLU MIN YE SASA JAWOL SOTO NYANTAKA LANDI LOPITANOTO. MO JAMA KA KENDEYA ALA NING MAKOIROL IKA MIN SOTO LOPITANOL TO. IBA GIBERO KEKAN A JARAL KUWO LALE ANA BORO FANA.

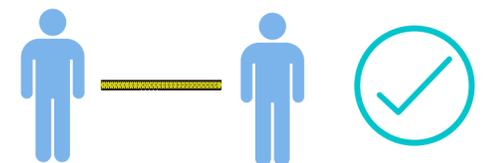
### **JUMALE SA NGIN SASA SOTONO TARIN?**

MBA NGIN KARANGO MINA PUR KA LON COVID-19 SA MOL BATANDI NYAMIN, AJETAKO KEBAL ANIN MOLU MINYALONKO YE SASA KOTOL SOTO MINKA MUNTAKO (YELE SELE SASA, JUSU SASA, KONO KONO SASA, CANCER, WALA JEBETO ) WOLEBA KOLEYA SOTOLA KA TAMBI DOOL TI.

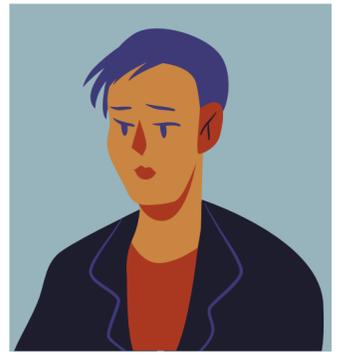
## NSA MUNE KENO PUR KAN FANGO MAKOI ANING KAN FANGO TANKA JANKARO NGIN LA?

ISEA FANGO TANKANO NGIN COVID-19 LALE NI I BULATA NGIN TANKARANG LUWALU NOMA;

- WATO WATI YEA BULO KU NIN SAFUNO LA ANIN JEYOO, WOMU KULETI MINYALONKO AKA NGIN JANKARO FALE.
- WATO WATI A KATA ATLEST IKA (SIN TAMA SABA) 1METER BULA INING MOLU TEAMA. NGIN JANKARO KATARA DAGIOLETO ADUN ASA MO SAWUNDI NO NING IKATATALA BAKE NA TOTOTA, WALA A TISOTA, WALA NAYE BALA KANDI SASA SOTO.
- KANA SONG KEA I BULO MA I NGIA, I NGUNGO ANIN I DA LA, BULO KA MA DULA JAMALLA ADUNG NGIN JANKARO SA TARANO I BULO BALALE. NING JANKARO BEA BULO BALA, JANKARO NGIN SA DUN NO I BALO KONO NGIN I BULO MATEA I NGIALA, I DA LA WALA I NGUNGO LA. NINGWO BOTALA ASINEA SASA.
- AKATA IFANGO, ANING MOLUMIN BEA BALA, ALBU NIGI LUWA SENEMA NOKANG. WOLOMU I NONGON KUNGO LA I NUNGO NING I DA KAN NIBA TOTO LA WALA TISOO LA WALA MUSUWARO. MUSUWAROL NGIN FAY NI PARETA. MUNATINA? JANKAROL SA TARANO ABALALE. NI NGANA NIGIO SENEYANDI I SEA FANGO ANIN MOLU MING BEA BALA TANKANO JANKARO LALE MINBOKO SUMAYA SASA, ANIN COVID-19.
- IIFOGNO KA BULO DI MOLU LA WALA KEA MINING NGIOLA, KOM NGA MINFO KOMANTOLA, AKATA YE TU SUWOO KONO WATOO BEA, AL BULA ALFALU LA KUMO NOKANG. NING YE BALAKANDI SASA, TOTO WALA NIGI KOLEYA SOTO, MAKOIRO NGINI JARAL LALU BULU ADUN AKE A WATOLA. NGIN BA KELALE ILA JARAL LA BA LONALE ABEA DEAMALA NYAMIN. ABE DEAMALALE ADUN ABE TANKALE PUR YE MO DOLU SAWUNDI.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## SOMALI

### **WA MAXAY KORONAFAYRUS-KU?**

Koronafayras-yadu waa koox fayrasyo ah oo xanuun u keena bani-aadamka iyo xayawaanka. Dadka oo xanuunkan ku dhaco wuxuu u keenaa caabuqyo neef-mareenka sida hargabka caadiga ah iyo cuduro kale oo halis ah.

### **WA MAXAY COVID-19?**

COVID-19 waa xanuunka dadku isku gudbin karaan oo ka tirsan fayraska cusub koronafayras ("CO" waxay ka dhigan tahay corona, "VI" waa fayras, "D" waa xanuun iyo "19" sanadkii u la ogaaday). Fayraskan cusub iyo xanuunkan oo hore aqoon loo lahayn waxay ku soo ifbaxeen magaalada Wuhan ee wadanka Shiinaha bishii laba iyo tobnaad ee sanadkii 2019.

### **WAA MAXAY ASTAAMAHA QOFKA UU HAYO COVID-19?**

Tastaamaha ugu waaweyn waxaa ka mid ah qandho, daal iyo qufac. Kiisaska ugu halista badan, infekshanku wuxuu sababi karaa oof-wareenka, xanuunka neefsashada ee aad ka u daran iyo ilaa dhimashada.

### **ICOID-19KU MUU LEEYAHAY TALAAL AMA DAAWO?**

Ilaa iyo hadaa lama helin talaal rasmi ah ama daawooyin lidka-fayraska si looga hortago xanuunka COVID-19-ka. Hasayeeshee, dadka uu xanuunku ku dhacay waxaa laga daweyn karaa astaamaha xanuunka, kuwa xooga u jiran waa in isbitaalka la dhigo. Bukaanka badankood waxay ka helaan daryeel caafimaad iyo tageero. Waxaa la baadhayaa daawooyin looga reysan karo.

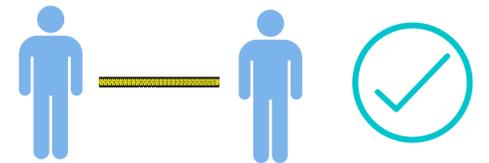
### **WAA CIDEE DADKA UGU NUGUL XANUUNKAN?**

Si kasto wali la baranayo siyaabaha faafintaanka COVID-19ku, waxaa la sheegay in ay khatar ku jiraan dadka wayeelka ah iyo dadyawga la nool xanuunada dabo-dheeraada, sida dhiig karka, sambab xanuun, wadna xanuun, kansarka iyo macaanka.

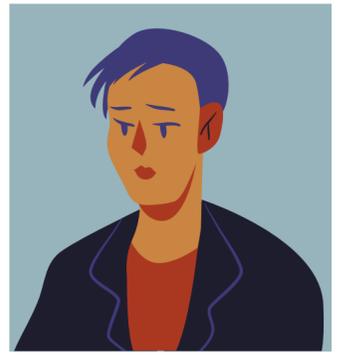
## SIDEE AYAAN ISKAGA DIFAACI KARAA CUDURKAN IYO DADKA KALANA UGA ILAALIN KARAA?

**Waxaa jira talaabooyin la qaadi karo oo markaa ku caawinaysa inaad ka hortagto faafitaanka COVID-19ka:**

- ku dhaq gacmahaaga had iyo jeer saabuun iyo biyo ama aalkohoosha gacmaha nadiifisa si aad uga dishid fayraska gamahaaga.
- AHa u dhawaan dadka, waa inaad 1 mitir inii dhaxeeyo. Fayrasku wuxuu ku jiraa dhibcaha ee yaryar ee candhuufta, waxaana laga kala qaadi kara neefta marka la isku dhow yahay iyo walibana marku qofka jiran qufacayo ama hindishoonayo iyo markay qandho leeyihiin.
- Ha is taaban indhaha, sanku iyo afka waayo waxaa dhici kara inay gacmahaagu ay sidaan xanuunka oo ay u tabin karaan indhaha, afka iyo sanku kadibna jirko dhan..
- Marwalba waxaad hubisaa in adiga iyo dadka ku dhaw ay si sax ah u raacaan hannaanka saxda ah ee lagu xaqiijiyo nadaafadda neef mareenada. Waxaa muhiim ah in qofka uu daboolo afka iyo sanku. Marwalba oo aad hindishotid waxaad ku dedaashaa in ad isticmaasho marin ama xaanshi nadiif ah. Tani waxay adiga iyo dadka kale ee kugu ag hareereysan idiin ku caawineysaa in uusan xanuunada sida hargabka iyo fayraska COVID-19ku faafin oo aan la qaadsiinin dadka kale.
- Iska ilaali is-gacan-qaadka iyo dhunkashada. Guriga joog hadii aad jirantihid. Hadii aad leedahay qandho, qufac ama neefsashadu ay kugu adagtahay, wac xafiiska dhakhtarkaaga, isaga ayaa ku sheeqi halkaad tegi kartid. Sidaa ayaad isku ilaalin kartaa oo uga ilaalin karta dadka faafinta xanuunkan iyo kuwa kalaba



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## FULA

### **KO HONDUNG WONI CORONAVIRUS**

CORONAVIRUS KO NYAAW MAWENDO JONAI DUNG NAAWNAAREH EH KULLEH WALA YIMBEH. EH NEDDO, NYAWW CORONAVIRUS ONG HINNO WAAWY JONNUDEH NAAWNA FOFAA NGO WANNO DURMA ENG WALA NAWNAA JEH MAWDEH.

### **KO HUNDUNG WONI COVID-19?**

COVID-19 WONI KO JONIRR TA NYAAW CORONAVIRUS YALTU NDO KO MBOYAALY. OHHH NYAAW CORONAVIRUS ANDA NOOKA HAA NDUNG YALTY EH NDERR WUHAN, SAAREH WONDEH CHINA, EH NDERR DECEMBER, 2019.

### **KO HUNDUNG WONI MANDARGAAGI HOLLAI NDI COVID-19?**

KO BURI HEEWUDEH EH MANDARGAAGI COVID-19 WONI MBANDU WULNDU, TAMPEREH EH NDOIRU YORNDU. C NYAWW ONG MAWNII, HE NDA WAAWY HEMBUDEH PNEUMONIA WALA NAWWNAAJEH FOFAANGO MAWDEH WALA SAH MAIDEH.

### **PIKIRRU WALA LEKEEH LEH NOO WOODI FEE NDEEH NAWNAAREH?**

ALAA. PIKIRRU WALA LEEKKY FEE NDEH NAWNAAREH COVID-19 HEEBAAKY TAWO. KONONONG, HEBUBEEH NYAAW ONG FOTU HEBBUDEH BALLO NYAWNDU NGOL MANDARRGAAJI NDING. MO NAWNA ONG TAMPINY FOTU WALLINEEDEH NYAWDEH KA LABUTAANEH. HEWWUMBEH EH NAWWNUBEH BENG JAASAI C MBEH YAAWAMA WALLEHDEH. PIKURUUJI EH LEEKKEH LEH FEE OHH NYAW NYO NDABEH DEH FEWWNDO NDOO.

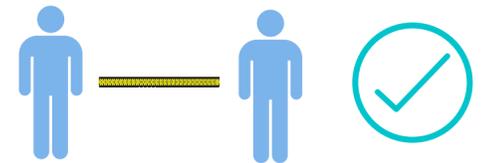
### **KO HOMBO NDEEH NAAWNAAREH WAANI TAMPINDEH?**

HAAJONI YIMBEH NOO JANGU DEHH FEE OHH NYAW KONO HOLLINEH NYAW ONG NOO MBURI TAMPINDEH MAWDO MU DUUBY MUNG TOOWY, WALA HEBBUDU NAWNAAREH WONDEH GOOO WANO MO JIJANG MUNG NJAWY, NYAW MBERDEH, NYAW JOPPEH, CANCER WALA NYAW SUKARR.

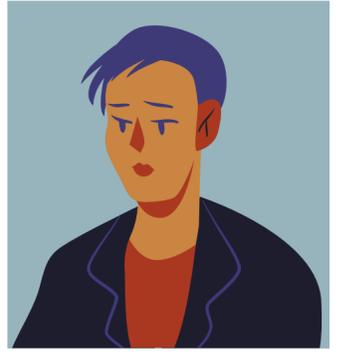
## KO HONNO MI DANDIRR TA HORREH ANG EH OR NYAAW TEH KADI MI WALA DUITUGOL NO NDUG WONI EH SAAKIREEDEH?

HIYAA WAAWY DANDU HOREH MAA WALA SAAKU GOL NYAAAW COVID-19 C AH JOKYYY YAMIROOOGY YOMBUDI.

- LOOTEEH JUUDEH MONG EH HAND-RUB JOGIDOO ALCOHOL WALA LOTTIRONG JUUDEH MONG NDIYANG EH SABBUNDEH MBAIRY DUNG WALAI EH WARUGOL NYAWUUGI WONUDI EH JUUDEH.
- ACHHEEH WANO METERR GOOTO HAKUNDEH MONG EH YIMBEH. NYAAWU ONG KO EH TO MBEH TUUTAA WONI TEH HIYA WAAWY RAABUDEH GODDOH SI AH FOOFYY HARAH YONG MBATO NDIRY SAKA C OHH DOJGY, OHH EEELLY WALA HIMO HEBBY MBANDU WULNDU.
- WOTA MEEMU GITTEH MAA, KINNEH MAA WALA HUNNDUKO MAA MBAIRY JUUDEH MEEMAI KA HEEWY TEH HINNO WAAWY NJETORDEH NYAAAW ONG. C JUNGO NGOL HEEBYY NYAW ONG HINNO WAAWY RAABUDEH GITTEH NDEG, KINNEH NDENG WALA HUNDU KOKONG TEH HINNOO WAAWY NAATU NDEH MBANDU ONTYGY HAAA ONAAWNA.
- KOYO ONTIGY WAAKILO JOKA LAAABAL NGANL BEH YAMIRI NGAL. NDUNG WONI BUUMU GOL HUNDUKO WALA KINALNGAL C YA DOJUDEH WALA HIYA EELUDEH, WALA HEELAA SOMBUDU JONGONGON WALA NJETAA TISSUE PAPER C YAA EEELUDEH WALA DOJUDEH. C AH PARI BUGO NDAA TISSUE PAPER ONG KA MBAALEETY. NDUNG NONG KO FEE HONDUNG? KO TOPMBEH SAAKATA NYAW ONG. C ONTIGY JOKII NGAL LAAMBAL YAAMIRAA NGAL, HINNOO WAAWU MAA DAANDUDEH NYAAWU GII WANO DURMA EH COVID-19.
- ACHEEH NJONI NDIRR NGOL JUUDEH WALA FILO NDIRO FEE NDII KONNGULI HAALADI MBAAWO. WOONEEH KA CHUU NDI MONG TEH JOKONG YAAMIROO GII HOOREEH MBEMBENG. C AH HEEBI MBANDU WULDU, HIYAA NDOJUDEH, WALA FOOFAANGO NO SATTIRR MAA, DABU BALLALWALA NODDA BALLO KO YAAWY. NDUNG WALAI GOLAI MBEH KA LABUTAANEH WALLAMAA TINDI NAMAA KA YAHAATA KO YAAWY. DUNG KADI WALLEHTEH NO AYNIRAA HORREHMAA EH KADI WAALA NO SAAKUGOL NYAAWONG EH NYAWUUGY GODNDY NO NDUITORO.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## TIGRINYA

### ኮሮና ቫይረስ እንታይ እዩ?

-ኮሮና ቫይረስ አካል ናይ ሰፊሕ ቤተሰብ ቫይረስ ኮይኑ ንእንሰሳን ውዲ ሰብን ሕማም የስዕብ፣አብዚ እዋን ኮሮና ቫይረስ ረኽሲ ስርዓተ ምስተንፋስ የጥቅዕ ካብ ንቡር ሳዓል ከሳብ ሓደገኛ ሕማም የስብዕ።

### ኮቪድ-19(COVID-19) እንታይ እዩ?

ኮቪድ-19 ተማሓለፊ ሕማም ኮይኒ ሳዕቤን ናይዚ ሓደሽ ኮሮና ቫይረስ እዩ (“ኮ”= ኮሮና፣” ቪ”=ቫይረስ፣ “ዲ”=ዲዛዝ(ሕማም)፣ “19”ዘተራእዮሉ ዓመተ ምህረት) ቅድሚ ኣብ ቻይና ኣብ ከተማ ዉሃን ኣብ ታሕሳስ 2019 ምርአዩ፣ እዚ ሓደሽ ኮሮና ቫይረስ ቅድም ፍሉጥ እይነበረን።

### በዚ ኮቪድ-19(COVID-19)ዘተጠቓዕ ሰብ ምልክታቱ እንታይ እዩ?

እቲ ንቡር ምልክት፣ ረስኒ፣ ድኻምን ደረቕ ሳዓልን፣ ኣብ ገለ ክፋል እቲ መልከፍቲ ከቢድ ናይ ኒሞንያ ረኽሲ ኽስዕብ ይኽእል፣ ሓደግኛ ናይ ስርዓተ ምስተንፋስ ጸገምን፣ ክሳብ ናይ ሞት ሓደጋ የጋጥም።

### መድሃንት ወይውን ክታብት ናይዚ ኮቪድ-19 (COVID-19) ኣሎዶ?

ክሳብ ሕጂ የለን፣ከሳብ’ዚ እዋን ዘኮነ ክታብት የኹን ጸረ ቫይረስ መድሃኒት ንመፍወሲ ኮቪድ-2019(covid-2019) የሎን፣ እዚ ኮይኒ ዝሓመም ሰብ ብመሰርት ምልክታት ጉቡእ ምክንኻን ከረክብ ይግባእ፣ እቶም ብጽኑዕ ዝሓምሙ ኣብ ሆስፒታል ክድቅሱ የግቦኦም፣ ዝበዘሉ ሕሙማት ብዘረኽብዎ ምክንኻንን ሓገዝን ይሓውዩ እዮም። ተኽእሎታት ክታብትን ፍሉይ ፈውሲ ንምርካብ መጽናዕቲ እናተኻየደ እዩ።

### ሓደገኛ ሕማም ከማዕቡሉ ዝኽሉ ሰባት መን እዮም?

እዚ ኮቪድ 1(COVID-19) ተጽዕኖኡ ኣብ ወዲ ሰብ ኣብ መጽናዕቲ እዩ ዘሎ፣ ኣረጋዉይንን ሕዲር ሕማም ዘለዎም ሰባት ከም ጽኑዚ ደም፣ ድኻም ልቢ፣ ናይ ሳንቡእ ሕማም፣መንሸር(ካንሰር)፣ሸኮርያ፣ ዝሎዎም ካብ ካልኣት ብዘያዳን ቀጻሊን ሓደገኛ ሕማም ዝማዕቡሉ ይመስሉ።

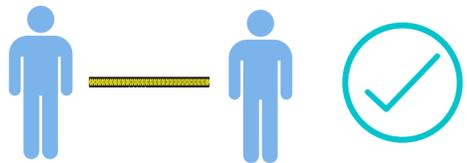
# ንነብሰይን ንኻልኣትን ካብ ምልባዕ ቅደመ ኩነት ክወስድ ብኸምይ ክከላኸል ይኽእል?

በዚ ኮቪድ-19(COVID-19)ንኸይትጥቃዕን ንኻሎኣት ካብ ምልባዕ ክትከላኸል ትኽእል ኢኻ፡ ገለ ካብቶም ክትወስድም ዝግባእ ቀሊል ጥንቃቕ ፡

- ብቀጻሊ የእዳውካ ብማይሳምናን ምሕጻብ ወይውን ከም ፍታሕ ናይ ኣልኮል መሰርት ዘሎዎ ንጥረነገር ጌርካ እቲ ቫይረስ ካብ የእዳውካ ኣጥፋእዮ።



- ካብ ሰባት ብወሕድ ሓድ ሜትሮ ናይ ድሕነት ርሕቀት ሓሉ፡ እቲ ቫይረስ ብመሰርት ሰርዓተ እስትንፋስ ካብ ንጣራት(ነጠብጣብ) ናይ ጥፍጥፍ ኣብ ቀርባ ርሕቀት ክመሓላልፍ ይኽእል፡ብፍላይ ምስ ዝሰዕሉ፡ ወይ ምዝሕንጥሱ ወይውን ረስኒ ምስ ዝህልዎም።



- ብየእዳውካ ዓይንኻ፡ኣፍንጫኻ፡ኣፍካ ኣይትሓዝ፡ ምክንያቱ ብየእዳው ንብዝሕ ነገራት ስለ ንተንክፍ ካብኡ ድማ ቫይረስ ክንሕዝን ንኽእል፡ ሓደ ግዚ ምስተበከልና ካብኡ ብኣፍናን፡ኣፍንጫን፡ዓይንና ብምትሕላፍ ናብ ኣካላት ብምእታው ክትሓምም ትኽእል።

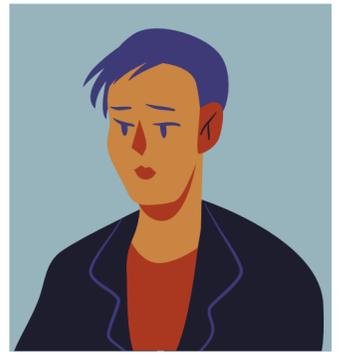
- እዚ ቫይረስ ብ ንጥርጣር(ነጠብጣብ) ናይ ጥፍጣፍ ስለ ዝማሓላልፍ ጽቡቕን ጽፈይን ሰርዓተ ምስትንፋስ ከትሕዝ፡ስለዚ ኣፍካን ኣፈንጫኻን ብሶፍቲ(መንዲል) ሸፍኖ እዚ ምስዘይህልወካ ብርኪ እድካ ብምዕጻፍ፡ ኣብ ጥቃኻ ንዘሎ ስብ ካብ ቫይረስን ካብ ሕማም ሳዓልን ካብ ኮቪድ 19(covid-19) ምክልኻል።



- በዚ ኣብ ላዕሊ ዝተጠቐሰ ምክንያት ብምግባር፡ ብኢድካን ሓቛፍካ ካብ ምስዓም ክትእገድ ኣልካ። ጽብቕ ምስ ዘይስማዓካን ካብ ገዛኻ ኣይትወጻእ ; እንተ ረስኒ፡ ሳዓልን ናይ ምስትንፋስ ጸገምን ሃልዩካ፡ናብ ዶክተርካ (ሓኪምካ)ደወል፡ንሱ ቅኑዕ ሓበጊታን ናይ ጥዕና ኣጋልጉሎትን ክትረኽበሉ እትኽእል መንገዲ ኣፍልጣ ስለዘሎዎ፡ በዚ መንገዲ ንብስኻ ከተወሕስን ለበዳ ቫይረስ ምግትኡን ከምተወሳኺ ናብ ካልኣት ሰባት ንኸይላባዕ ይሕግዝ።



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## AMHARIC

### ኮሮና ቪሩስ ምንድን ነው?

ኮሮና ቫይረስ በጣም ብዛት ያለው ቫይረስ ሲሆን በእንስሳና በሰው ላይ ከባድ የጤና ችግርን ያስከትላል። በሰው ላይ ኮሮና ቪሩስ ከተለመደው የጉንፋን በሽታ በተለየ ሁኔታ በጣም ከባድ በመተንፈሻ አካል ላይ ኢንፌክሽን ይፈጥራል።

### COVID-19 ምንድን ነው?

COVID-19 ማለት በቅርቡ የታወቀ ተላላፊ በሽታ ቫይረስ ነው። “CO” ኮሮናን ያመለክታል ፣ “VI” ማለት ቫይረሱን ሲሆን “19” ደግሞ የታየበት ዓመተ ምህረት ነው።ይህ ኮሮና ቪሩስ እስከ ታህሳስ መጨረሻ 2019 ድረስ በቻይና ውሐም በሚባል ከተማ አልታወቀም ነበር።

### COVID-19 ምልክቶች ምንድን ናቸው?

የኮሮና ቪሩስ የተለመዱት ምልክቶች ትኩሳት፣ድካም እና ደረቅ ሳል ናቸው።በተጨማሪ በሳንባ መተንፈሻ ላይ ኢንፌክሽን በመፍጠር እስከ ሞት ድረጃ ያደርሳል።

### ለኮሮና ቪሩስ COVID-19 ክትባት፣መድሐኒት ወይም ህክምና አለውን?

ኮሮና ቪሩስ እስከ አሁን ድረስ ምንም ዓይነት ክትባትም ሆነ መድሐኒት አልተገኘለትም፤ሆኖም ግን በበሽታው ለተጠቁት ሰዎች ህመሙን ለማስታገስ እንክብካቤ ይደረግላቸዋል።ከባድ ህመም ያለባቸው ሰዎች ሆስፒታል መተኛት አለባቸው።በዚህ በሽታ የተያዙ ሰዎች በሚደረግላቸው ህክምና የሚድኑም አሉ።ለዚህ በሽታ ክትባቱን ወይም መድሐኒቱን ለማግኘት በትጋት በመስራት ላይ ይገኛሉ።

### ለኮሮና ቪሩስ COVID-19 በቀላሉ ሊያጠቃ የሚችለው ማንን ነው?

ኮሮና ቪሩስ በቀላሉ ሊስፋፋና ሊያጠቃቸው የሚችለው ለሽማግሌዎችና አሮጊቶች እንዲሁም ከዚህ በፊት የጤና ችግር ላላባቸው ማለት እንደ ከፍተኛ የደም ግፊት ፣ የልብ በሽታ፣የሳንባ በሽታ፣የካንሰር በሽታና የስኳር በሽታ ያላቸውን ሰዎች በቀላሉ ይጠቃሉ።

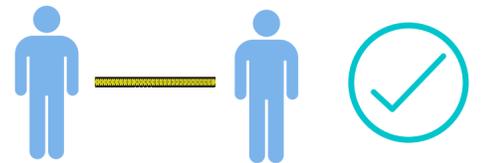
## እራሴን ለመከላከል እና የበሽታውን መስፋፋት ለማቆም ምን ማድረግ እችላለሁ?

አንዳንድ ቀላል የጥንቃቄ እርምጃዎችን በመውሰድ በCOVID-19 የመያዝና የመስፋፋት እድሉን መቀነስ ይቻላል።

- እጅን በደንብ አድርጎ በጥንቃቄ በአልኮል በተሰራ የቫይረስ መግደያ ጄል አድርጎ መቀጣት፤ እንዲሁም እጅን በደንብ አድርጎ በውሐና በሳሙና መታጠብ ያስፈልጋል ምክንያቱም በእጃችን ላይ ያለውን ቫይረስ ይገደልልናል።



- ከሰዎች ጋር ቢያንስ አንድ ሜትር ወይም 3 እርምጃ እርቀት ሊኖረን ይገባል። ቫይረሱ በምራቅ ነጠብጣቦች ውስጥ ይገኛል ፣ በቅርበት ትንፋሽ፣ በተለይ በሚያስሉ ፣ በሚያስነጥሱ እና ትኩሳት ባለባቸው ሰዎች ይተላለፋል።



- በተቻለ መጠን አይናችንን ፣ አፍንጫችንንና አፋችንን አለመንካት ምክንያቱም በእጃችን ብዙ ነገር ስለምንነካ ቫይረሱን በእጃችን ልናነሳው ስለምንችል። አንድ ጊዜ ከተበከለ እጃችን ቫይረሱን በቀላሉ ወደ አይናችን፣ አፍንጫችንንና አፋችንን በመግባት በሽታው ሰውነታችን ውስጥ በመግባት እንታመማለን።

- እርስዎ እና በአካባቢዎ ያሉ ሰዎች ጥሩውን የመተንፈሻ አካላት ንፅህና መከተላቸውን ያረጋግጡ ። ይህ ማለት በሚያስሉበትና በሚያስነጥሱበት ጊዜ አፍዎን እና አፍንጫዎን በቲሹ መሸፈን ወይም ክንዶ ላይ ማድረግ ማለት ነው ። ከዚያም የተጠቀሙበትን ቲሹ በቶሎ መጣል ። ለምን ? ጠብታዎች ቫይረሱን ያሰራጫሉ። ጥሩ የመተንፈሻ አካልን ንፅህና በመከተል በአካባቢዎ ያሉትን ሰዎች ፣ ከጉንፋን፣ ፍሉ እና ኮቪድ-19 ያሉ ቫይረሶች ይከላከላሉ።



- በተቻለህ መጠን በእጅ ሰላም ማለትንና መተቃቀፍን ተው፤ ምክንያቱም ከላይ በተገለፀው መሰረት፣ በተቻለህ መጠን ከቤታችን እንዳንወጣ፣ በባለስልጣኑ የሚወጡትን ህጎች መከተል። ትኩሳት፣ ሳል ወይም የመተንፈስ ችግር ካሎቦት ባስቸኳይ ወደ ሐኪም አስቀድሞ ስልክ መደወል። ይህ ለእርስዎ በአስቸኮይ ሚያስፈልጎትን ትክክለኛ ህክምና እንዲያገኙ ያደርጋል፤ ይህ ጥንቃቄ ለእርስዎ እና ወደ ሌላ ሰዎች ቫይረሱ እንዳይስፋፋ ይረዳል።



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## SPANISH

### **¿QUÉ ES UN CORONAVIRUS?**

Los coronavirus son una gran familia de virus conocidos por causar enfermedades tanto en los animales como en los seres humanos; en estos últimos, los coronavirus causan infecciones respiratorias que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves.

### **¿QUÉ ES COVID-19?**

COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el nuevo coronavirus ("CO": corona, "VI": virus, "D": enfermedad y "19": el año en que ocurrió). Este nuevo virus y enfermedad eran desconocidos antes de que apareciera en Wuhan, China, en diciembre de 2019.

### **¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE UNA PERSONA CON COVID-19?**

Los síntomas más comunes son fiebre, fatiga y tos seca. En los casos más graves, la infección puede causar neumonía, síndrome respiratorio agudo grave e incluso la muerte.

### **¿EXISTE UN TRATAMIENTO O UNA VACUNA PARA EL COVID-19?**

Todavía no, hasta la fecha no hay vacunas o medicamentos antivirales específicos para prevenir o tratar el COVID-2019. Sin embargo, los afectados deben recibir un tratamiento adecuado para el tratamiento de los síntomas, mientras que los que padecen una enfermedad grave deben ser hospitalizados. La mayoría de los pacientes se recuperan mediante cuidados de apoyo. Se están estudiando posibles vacunas y algunos tratamientos específicos.

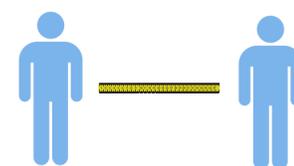
### **¿QUIÉN ESTÁ EN RIESGO DE DESARROLLAR UNA ENFERMEDAD GRAVE?**

Aunque todavía se está estudiando el impacto de COVID-19 en las personas, aquellos que parecen desarrollar una enfermedad grave con mayor frecuencia que los demás son: las personas mayores y las que tienen afecciones médicas preexistentes (como hipertensión, enfermedades cardíacas, enfermedades pulmonares, cáncer o diabetes).

## ¿QUÉ PUEDO HACER PARA PROTEGERME Y EVITAR LA PROPAGACIÓN DE LA INFECCIÓN?

Puedes reducir las posibilidades de infectarte o de propagar el COVID-19 tomando unas simples precauciones:

- Lávese las manos a menudo con agua y jabón o con soluciones a base de alcohol para eliminar el virus de sus manos.
- Manténgase al menos a un metro de distancia de otras personas. El virus está contenido en las gotitas de saliva y puede transmitirse por la respiración a corta distancia, en particular al toser o estornudar o al tener fiebre.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos porque las manos, al tocar muchas superficies, pueden acumular el virus y, una vez contaminadas, pueden transferirlo a los ojos, la nariz y la boca. Desde aquí, el virus se transfiere a tu cuerpo y puede enfermarte.
- Siga una buena higiene respiratoria, es decir, cúbrase la boca y la nariz con pañuelos desechables o, en su defecto, con el pliegue del codo: las gotitas propagan el virus y, siguiendo una buena higiene respiratoria, proteja a las personas que están a su lado de virus como los resfriados, la gripe y el COVID-19.
- Evita los apretones de manos y los abrazos, por las razones ya mencionadas.
- Permanezca en su casa lo más posible, siguiendo las reglas indicadas por las autoridades. Si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar, llame a su médico de cabecera, quien podrá remitirle al servicio de salud adecuado. De esta manera, estará mejor protegido y ayudará a limitar la propagación de virus y otras infecciones.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## ITALIAN

### **COSA È UN CORONAVIRUS?**

I Coronavirus sono una vasta famiglia di virus noti per causare malattie sia negli animali che negli esseri umani; in questi ultimi, i coronavirus causano infezioni respiratorie che vanno dal comune raffreddore a malattie più gravi.

### **COSA È IL COVID-19?**

COVID-19 è la malattia infettiva provocata dal nuovo coronavirus ("CO" sta per corona, "VI" per virus, "D" per disease e "19" l'anno in cui si è manifestata).

Questo nuovo virus e malattia erano sconosciuti prima che si manifestassero a Wuhan, in Cina nel Dicembre 2019.

### **QUALI SONO I SINTOMI DI UNA PERSONA CON COVID-19?**

I sintomi più comuni di sono febbre, stanchezza e tosse secca. Nei casi più gravi, l'infezione può causare polmonite, sindrome respiratoria acuta grave e persino la morte.

### **ESISTE UN TRATTAMENTO O UN VACCINO PER IL COVID-19?**

Non ancora, ad oggi non esistono vaccini né specifiche medicine antivirali per prevenire o trattare il COVID-2019. Tuttavia, le persone colpite dovrebbero ricevere cure adeguate per il trattamento dei sintomi, mentre quelle con una malattia seria dovrebbero essere ospedalizzate. La maggior parte dei pazienti recupera grazie ad un'assistenza di supporto. Si stanno studiando possibili vaccini ed alcuni specifici trattamenti.

### **CHI È A RISCHIO DI SVILUPPARE UNA GRAVE MALATTIA?**

Mentre si sta ancora studiando l'impatto del COVID-19 sulle persone, le persone anziane e quelle con condizioni mediche preesistenti, come ipertensione, cardiopatie, malattie dei polmoni, cancro o diabete, sembrano sviluppare una malattia grave più frequentemente degli altri.

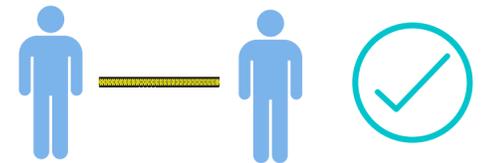
## COSA POSSO FARE PER PROTEGGERE ME STESSO E PREVENIRE LA DIFFUSIONE DEL CONTAGIO?

- Puoi ridurre le possibilità di essere contagiato o di diffondere il COVID-19 prendendo alcune semplici precauzioni:



- Lavati spesso le mani con acqua e sapone o con soluzioni a base di alcol per eliminare il virus dalle tue mani.

- Mantieni la distanza di sicurezza di almeno un metro dalle persone. Il virus è contenuto nelle goccioline di saliva e può essere trasmesso col respiro a distanza ravvicinata, e in particolare quando tossiscono o starnutiscono o se hanno la febbre.



- Evita di toccarti occhi, naso e bocca con le mani poiché le mani, toccando molte superfici, possono raccogliere il virus e, una volta contaminate, possono trasferire il virus agli occhi, naso e bocca. Da qui, il virus si trasferisce nel corpo e può farti ammalare.

- Segui una buona igiene respiratoria, copri cioè bocca e naso con fazzoletti monouso o, in loro assenza, con la piega del gomito: le goccioline infatti diffondono il virus e seguendo una buona igiene respiratoria, proteggi le persone accanto a te dai virus come raffreddore, influenza e COVID-19.



- Evita le strette di mano e gli abbracci, per le ragioni già menzionate.

- Rimani a casa il più possibile come indicato dalle autorità. Se hai febbre, tosse e difficoltà nella respirazione chiama il tuo medico di famiglia che saprà indirizzarti al giusto servizio sanitario. In questo modo, sarai più protetto e aiuterai a limitare la diffusione dei virus e di altre infezioni.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)