

Coronavirus COVID-19

Что такое вирус COVID-19, и насколько это опасно?

Коронавирус (COVID-19) это новая вирусная инфекция, которая передается от человека к человеку во многих странах, включая США. Специалисты в области здравоохранения озабочены, потому что об этом новом вирусе мало что известно.

На сегодняшний день зарегистрировано небольшое количество случаев заражения в США, которые варьируются от небольшой степени (обычная простуда) до серьезной как пневмония, которая требует госпитализации. Пока случаи смертей были зарегистрированы среди людей старшего поколения, у которых были другие проблемы со здоровьем.

Как я могу предотвратить распространение?

Эти четыре ежедневные меры предосторожности могут помочь Вам в предотвращении распространения и заражения вирусом COVID-19. Они должны соблюдаться **всеми, кто относится к IRC**, во **всех** местах, **все время**.

Мойте

Прикрывайте

Избегайт

Оставайтесь

руки с мылом регулярно и обрабатывайте их спиртосодержащим средством для рук. Не трогайте руками ваше лицо, если только вы не помыли руки.

рот и нос при кашле и чихании. Сразу выкидывайте салфетку и мойте руки.

близкого контакта со всеми, у кого кашель или температура. Держитесь от людей на расстоянии как минимум три фута / метра

дома если чувствуете себя плохо, с температурой и кашлем. Соблюдайте рекомендации местных органов здравоохранения и сообщите вашему начальству.

Обратите внимание

- Маски НЕобязательны: кроме тех, кто уже болеет или ухаживает за больными по работе
- Следуйте рекомендациям местных органов власти: все работники должны сначала следовать рекомендациями органов местного управления. Если их нет, следуйте рекомендациям IRC

Симптомы

- Кашель
- Одышка
- Затруднение дыхания
- Температура

Coronavirus COVID-19

¿Qué es el nuevo coronavirus?

El nuevo coronavirus (COVID-19) es una cepa del virus que solo se ha propagado en personas desde diciembre de 2019. Los profesionales de la salud están preocupados porque hay poca información sobre este nuevo virus.

En este momento, la cantidad de casos individuales en EE.UU. es reducida. Los casos reportados han variado desde una enfermedad leve (similar a un resfriado común) hasta una neumonía grave que requiere hospitalización. Hasta ahora, las muertes registradas fueron principalmente de adultos mayores que tenían otros problemas de salud.

¿Cómo puedo ayudar a prevenir?

Aquí hay cuatro medidas diarias que pueden ayudarlo a evitar que reciba COVID-19 o lo transmita a otros. Deben ser practicados por todas las personas en IRC, en todos los lugares, en todo momento.

Lavar

Cubrir

Evitar

Quedarse en casa

Lave sus manos con frecuencia, usando agua y jabón o un desinfectante para manos a base de alcohol. Evite tocarse la cara, a menos que sus manos estén bien limpiadas.

Cúbrase la boca y la nariz al toser y estornudar. Deseche cualquier pañuelo usado inmediatamente y lávese las manos.

No tenga contacto cercano con cualquier persona que tenga tos o fiebre. Mantenga al menos una distancia de tres pies / un metro.

Si se siente enfermo con fiebre o tos. Siga las instrucciones de las autoridades sanitarias locales y notifique a su gerente.

Tenga un cuenta:

- NO se recomiendan máscaras: a excepción de aquellos que están enfermos o trabajadores de la salud que cuidan a los enfermos.
- Siga las instrucciones de su gobierno local: el personal primero debe seguir los consejos y restricciones del gobierno local. Donde no existan, siga las indicaciones del IRC

Síntomas:

- Tos
- Falta de aliento
- Dificultades respiratorias
- Fiebre (alta temperatura)

Coronavirus COVID-19

VIRUSI VYA KORONA-19 NI NINI? NAVINA UBAYA GANI ?

NOVEL CORONAVIRUS (KWA UFIPI COVID-19) Ni virusi vipya vinavyo sambamba kutoka kwa bina adamu haadi kwa mwengine katika nchi nyingi za ulimwengu ikiwemo pia AMERIKA Wajuzi wa afia wanashurulikia kwa makini jambo hili kwa kuwa ni wadogo waanao jua virusi hivi vipya.

Na hapa AMERIKA TUNAZO KESI NDOGO ZILIZO RIPOTIWA. Kesi zilizo ripotia niza magojwa mpole kama kawaida na pneumonia kali na hii inaombwa mgonjwa kulazwa ndani ya hospitali. Paka sasa vifo vilivyopo ripotia ni vya watu wenyi umri mukubwa au matatizo ya ki afia

TAJIKINGA JEE NA VIRUSI VYA KORONA ?

Hii ni mtindo inne ambayo tunastahili kuifuata kila siku, itatusaidia kujikinga na kuepuka kuambukiza watu wengine virusi vya KORONA Zoezi hili lifanywe na watu wote ndani ya ofisi ya IRC, mahali popote na muda wowote

Nawa

Funika

Epuka

Baki Nyumbani

Mikono yako kila mara kwa kutumia sabuni,maji ao alcohol vitu hivyo vinapatikanahuko sehemu ya WC Epuka kugusa uso wako kama mikono ni michafu

Kinywa na pua lako kama unakohoha wala kupiga chavya. Tupa moja kwa moja kartasi ulio tumia na unawe mikono

EPUKA kukaa karibu na yeyote anaye kohoha ao anae homa, Baki umbali wa metre moja(1m)

Ukiwa uko mgonjwa ao una kohoha fuata mashahuri yam gaga wa afia na. Umpashe mkubwa wako wa kazi .

JUWA KWAMBA

Maski aishahuriwi inakubaliwa tu kwa wagonjua ao wafanya kazi wa afia wanao shurulikia mgonjua

Kufuata kwanza vema maagizo ya serkali na kanuni zake

Alama:

- KIKOHOZI
- UPUNGUFU WA PUMZI
- TAABU YA KUVUTA PUMZI
- HOMA KALI

Coronavirus COVID-19

አነ ንምክልኻሉ ብኸመይ ከሕግዝ ይኽእል?

እብዚ ኣርባዕተ ማዕልታዊ እንጉብሮም ጥንቓቓታት ክብክብኩ-19 (ኸሮናቫይረስ) ንኸይንተሓብ ኮን ንኸለሉት ክብ ምልባዕ ዝሕግዙና ተብብሮም ኣለዉ። ኣዚ ኣቶም፡ ኩሎም ሰራሕተኛታት፡ ኣብ ኩሉ እዋን፡ ኣብ ዝኾነ ቦታ ክገብሮም ኣለዎም።

ተሓደብ

ተሸፈን

ኣወግድ

ኣብ መንበሪኽ ጽናሕ

ኢይኽ ኩሉ ግዜ ተሓደብ። ብሰሙን ማይን ወይ ኮን ብ ኣልባኪ ዘለዎ ኣብ ኢይ ዝልክ ፈርቅ። ኢይኽ ሙሉእ ብሙሉእ ከምዝጸረየ ኢንተዘዩረጋገጽከንጽከ ምትንክፍ ኣወግድ

ክትሰዕል ወይ ከተሀንጥሲ ዘለኽ፡ ኣፍከን ኣፍንጨኽን ሽፍኖም። ዝተባቐምኩሎም ናይ ወረቐት ምዃዳ ጎሓፎም። ብይሕራሩ ብቕልጡፍ ኣእዳውካ ተሓደብ

ምስ ዝኾነ ዝሰዕል ወይ ረስኪ ዘለዎ ሰብ ዘለኽ ርክብ ኣወግድ

ዝሰዕል ወይ ረስኪ ዘለዎ ሕጂም ኢንተተሰማዕኽ፡ ክብ ኣብ ከባቢኽ ዘለዉ ናይ ጥዕና ሰብ ሙዚ ሙምርኡ ተኸተል። ኣለፍትኺ እውን ኣፍልጥ

ብኸብሩኩ ኣስተውልል

- ንጽ መሻፈሪ (መስከፍ) ኣይምክሩን ኣይ። ብዘይክ ዝሓመሙን ሰራሕተኛታት ምክልኻል ጥዕናን
- ናይ ከባቢ መንግስታዊ ሙምርኡ ተኸተል። ኩሎኹም ሰራሕተኛታት መጽናዊ መርፍ ናይ ከባቢኹም መንግስታዊ ሙምርኡን ጽንጋዝጽን ተኸተል። ኩምኡ እንተተዘየሰ ሻና ኣይ ኣፍ ሊ ሙምርኡ ተኸተል።

ፖልስታት

- ምስዓል
- ሕጽሩት መትንፋስ
- ናይ መትንፋስ ጽንዎ
- ረስኪ (ዕዕል መቐቐ)

Coronavirus COVID-19

COVID-19 ni iki kand ububi bwayo ni ubuhe?

Novel coronavirus (COVID-19) Novel coronavirus (COVID-19)ni uburyo bwa virusi nshya yandulira kuva mu muntu iya ku wundi. Mu bihugu byinshi halimo na leta zunze ubumwe za Amerika. Abahanga mu by'ubuvuzi bahangikishijwe n'uko batazi byinshi kuli iyi virusi nshya.

Muli iki gihe hamaze kugaragara abantu bake yafashe. Abagiye bafatwa bavuga ko itangira ari nk'ibicurane bikeya hanyuma ikazakura ikagera ku musonga utuma umuntu ajyanwa mu bitaro. Mu bafashwe batubwirira ko harimo abitabye imana ariko cyane abageze muza bukuru n'abandi bari bafite izindi ndwara.

Izi ni ingamba ebyili zagombye kugufasha kwirinda COVID-19 cyangwa se ngo uyikwirakwize ku bandi. Zagombye gukorwa n'abantu ba IRC aho bari hose na buli gihe Cyose.

Gukaraba

gukinga

Kwirinda

Kuguma mu rugo

Intoke zawе hato na hato ukoresheje amazi n'isabune cyangwa ukinanagaza ka alcohol kagenewe guhanagura intoke.wirinde kwikora ku munwa keretse wizeye ko intoke zawе zisukuye neza.

Umunwa n'amazuru igihe cyose uguye gukorora cyangwa kwisamurа kandi ibyo wihanaguye byose ugahita ubijugunya vuba

Kwegerana n'umuntu wese ukorora cyangwa uhinda umuliro byibuze usigemo metero imwe hagati yawe n'uwu muntu.

Niba wumva uhinda umuliro cyangwa se ufite inkorora.Ukukize amabwiza ya muganga kandi ubimenyeshe umuyobozi wawe.

Umenye Ko

- Masiki zitemerewe keretse gusa ku bantu bamaze gufatwa cyangwa se abaganga babitaho.
- Ugomba gukukikiza inama ugiwize n'abaganga: Abakozi ba IRC bagombye gukukikiza inama z'abaganga bakemera n'ibyo babujijwe.Aho Batali ukukikize amabwiza y'abakozi ba IRC.

Ibimenyetso

- Inkorora
- Kubura umwuka wo guhumeka
- Guhumeka ku buryo bugoranye
- Guhinda umuliro mwinshi

Coronavirus COVID-19

What is COVID-19, and how bad is it?

Novel coronavirus (COVID-19) is a new virus strain spreading from person-to-person in many countries, including the United States. Health experts are concerned because little is known about this new virus.

At this time, there are a small number of cases in the U.S. Reported cases range from mild illness (like a normal cold) to severe pneumonia that requires hospitalization. So far, deaths have been reported mainly in older adults who had other health conditions.

How can I help prevent?

Here are 4 everyday measures that can help prevent you from getting COVID-19 or spreading it to others. They should be practiced by **all people in IRC**, in **all** locations, at **all times**.

Wash

Cover

Avoid

Stay home

your hands often, using soap and water or alcohol-based hand rub. Avoid touching your face, unless your hands are thoroughly cleaned.

mouth & nose when coughing and sneezing. Discard any used tissue immediately and wash hands.

close contact with anyone who has cough or fever. Maintain at least three feet / one metre distance.

if you feel sick with fever or cough. Follow guidance from your local health authorities and notify your manager.

Please note:

- Masks are NOT advised: except for those who are ill or health care workers caring for the sick
- Follow your local government's guidance: staff should first follow local government advice and restrictions. Where they don't exist, follow the IRC's guidance

Symptoms:

- A cough
- Shortness of breath
- Breathing difficulties
- Fever (high temperature)

Coronavirus COVID-19

(COVID-19) فيروس كورونا الجديد

هو سلالة فيروسية جديدة تنتشر من شخص لآخر في العديد من البلدان ، بما في ذلك الولايات المتحدة. يُشعر خبراء الصحة بالقلق لأن القليل معروف عن هذا الفيروس الجديد .

في هذا الوقت ، هناك عدد صغير من الحالات في الولايات المتحدة تتراوح الحالات المبلغ عنها من مرض خفيف (مثل البرد العادي) إلى الالتهاب الرئوي الحاد الذي يتطلب دخول المستشفى. حتى الآن ، تم الإبلاغ عن الوفيات بشكل رئيسي في البالغين الأكبر سنًا الذين يعانون من حالات صحية أخرى.

كيف يمكنني المساعدة في الوقاية؟

فيما يلي أربعة طرق وإجراءات يومية يمكن أن تساعد في منكم من الإصابة بفيروس الكورونا أو نشر العدوى الآخرين . يجب أن تمارس من قبل جميع الناس في منظمة الإنقاذ الدولية ، في جميع مواقعها و في جميع الأوقات

إِغْسِل

التغطية

التجنب والإبتعاد

البقاء في المنزل

يديك مرات متعددة ، وذلك باستخدام الصابون والماء أو فرك اليد بمادة مطهرة تحتوي على مادة الكحول. تجنب لمس وجهك ، إلا إذا تم تنظيف يديك جيدا

يجب تغطية الفم والأنف عند السعال والعطس

لا تستخدم المنديل وورق التجهيف المستخدم.قم بالتخلص منها فوراً

و اغسل يديك بنفس الوقت

برجى عدم الإقتراب من أي شخص لديه سعال أو حمى و الحفاظ على مسافة ثلاثة أقدام / متر واحد على الأقل

إذا كنت تشعر بالمرض مع حمى أوسعال، اتبع الإرشادات من السلطات الصحية المحلية الخاصة بك وبلغ مسؤولك المباشر.

يرجى الملاحظة

لا ينصح الأقنعة: باستثناء أولئك المرضى أو العاملين في مجال الرعاية الصحية لرعاية المرضى

اتبع إرشادات الحكومة المحلية: يجب على الموظفين أولاً اتباع نصيحة وقيود الحكومة المحلية. في حالة عدم وجودها ، اتبع إرشادات منظمة الإنقاذ الدولية

الأعراض

سعال وضيق في التنفس

صعوبات في التنفس وحمى (ارتفاع في درجة الحرارة)

Coronavirus COVID-19

برای جلوگیری چگونه کمک نمیم

چهار موردی که روزمره می‌تواند شما را در جلوگیری از ابتلا به ویروس کوفید – 19 (ویروس کرونا) و ازپخش آن کمک نماید. این موارد باید توسط همه کارمندان، در تمامی اماکن و در هر زمانی مورد استفاده قرار گیرد.

شستشو دست ها

پوشاندن دهن

اجتناب ورزید

خانه بمانید

دستان خود را غالباً با استفاده از صابون و آب یا مایع زرد عفونی کننده شستشو نمایید. از لمس صورت خود جلوگیری کنید ، مگر اینکه دستان شما کاملاً تمیز باشد.

دهان و بینی خود را هنگام سرفه و عطسه بپوشانید. بعد از استفاده از هر پارچه و تکه یی آن را بلافاصله دور انداخته و دست های تان را بشوید.

از تماس نزدیک با هر کسی که سرفه یا تب دارد. حداقل فاصله سه فوت / یک متر را حفظ کنید.

اگر احساس بیماری توام با تب یا سرفه دارید در خانه بمانید. راهمایی های مقامات بهداشتی محلی خود را دنبال کنید و به امر خود اطلاع

علامت مرض

- سرفه
- نفس تنگی و یا کوتاهی در نفس
- کشتن
- مشکلات نفس کشیدن و یا تنفسی
- تب (با درجه حرارت بالا)

لطفاً توجه داشته باشید.

- ماسک توصیه نمی شود: به جز برای بیماران یا کارکنان مراقبت های بهداشتی که مراقب بیمار هستند.
- رهنمودهای دولت محلی خود را دنبال کنید: کارکنان ابتدا باید توصیه ها و محدودیت های دولت محلی را دنبال کنند. در صورت عدم دسترسی به آن، دستورالعمل های دفتر IRC را دنبال کنید