

Kagawaran ng Kalusugan

2019 novel coronavirus (COVID-19)

Noong Disyembre 31, 2019, naiulat ng mga awtoridad ng kalusugan sa Wuhan, China ang mga kaso ng hindi nasuring pulmonya na sanhi ng virus. Nakumpirma na ang nagdulot nito ay bagong coronavirus, kilala bilang 2019 novel coronavirus o COVID-19, na hindi natukoy dati sa mga tao.

Ano ang 2019 novel coronavirus (COVID-19)?

Ang mga coronavirus ay malaking pamilya ng mga virus na maaaring magdulot ng mga sakit mula sa karaniwang sipon hanggang sa mas malalang impeksiyon sa baga tulad ng bronchitis, pulmonya o malubhang sakit sa paghinga (severe acute respiratory syndrome, SARS).

Ang 2019 novel coronavirus (COVID-19) ay nagdudulot ng impeksiyon sa baga na nagmula sa probinsiya ng Hubei (Wuhan), China.

Ang unang pinapalagay na kaso ng impeksiyong ito sa Ontario ay natukoy noong Enero 25, 2020.

Para malaman pa ang tungkol sa 2019 novel coronavirus, bumisita sa [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Anu-ano ang mga sintomas?

Ang mga sintomas ay mula sa hindi masyadong malala – tulad ng trangkaso at iba pang karaniwang impeksiyon sa baga – hanggang sa malala, at maaaring kabilangan ng:

- lagnat
 - ubo
 - kahirapang huminga
-

Maaaring kasama sa mga kumplikasyon mula sa 2019 novel coronavirus ang malulubhang kundisyon, tulad ng pulmonya o pagpalya ng bato, at sa ilang mga kaso, kamatayan.

Kung ang iyong mga sintomas ay magiging mas malala sa karaniwang sipon (halimbawa, lagnat, ubo, kahirapang huminga) **at** naglakbay ka sa isang apektadong lugar¹ sa loob ng 14 na araw ng pagsisimula ng sintomas, tumawag sa Telehealth Ontario sa 1-866-797-0000 o makipag-ugnayan sa iyong lokal na pampublikong unit ng kalusugan

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Siguruhing sabihin ang iyong mga sintomas at ang iyong mga nakaraang paglalakbay, kasama ang mga bansang binisita mo.

Kung babalik ka mula sa apektadong lugar, maaaring kailanganin mong ihiwalay ang iyong sarili (self-isolate) nang 14 na araw. Maaaring nalantad ka sa 2019 novel coronavirus sa panahon ng iyong mga paglalakbay at ang pananatili sa tahanan at paglilimita ng kontak sa ibang tao ay maaaring makatulong sa pag-iwas ng higit pang pagkalat. Mangyaring makipag-ugnayan sa iyong lokal na pampublikong unit para sa kalusugan

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) para humingi ng payo.

Kung kailangan mong matingnan kaagad ng doktor, ikaw dapat ay tumawag sa 911 at sabihin ang iyong mga nakaraang paglalakbay at mga sintomas.

Paano kumakalat ang virus?

Karaniwang kumakalat ang mga coronavirus mula sa bawat tao sa pamamagitan ng malapit na kontak, halimbawa, sa isang sambahayan, trabaho o sentro ng pangangalagang pangkalusugan.

¹ Mangyaring tumingin sa Ontario.ca/coronavirus para sa mga kasalukuyang apektadong lugar.

Paano ko mapoprotektahan ang sarili ko laban sa 2019 novel coronavirus?

Walang bakuna upang magprotekta laban sa 2019 novel coronavirus.

Mayroong araw-araw na mga pagkilos na makakatulong para maiwasan ang pagkalat ng mikrobyo na nagdudulot ng mga sakit sa baga. Gawin ang araw-araw na mga hakbang na ito upang mabawasan ang pagkakalantad sa virus at protektahan ang iyong kalusugan:

- madalas na hugasan ang iyong mga kamay gamit ang sabon at tubig o sanitizer sa kamay na base sa alkohol
- bumahin at umubo sa iyong manggas
- iwasang hawakan ang iyong mga mata, ilong o bibig
- iwasan ang kontak sa mga taong may sakit
- manatili sa bahay kung ikaw ay may sakit

Kung ikaw ay maglalakbay sa isang lugar na kilalang may mga kaso ng coronavirus, siguruhing iwasan ang:

- mga lugar na mataas ang panganib tulad ng mga bukid, mga pamilihan ng buhay na hayop at mga lugar kung saan maaaring katayin ang mga hayop
- kontak sa mga hayop (buhay o patay), kabilang ang mga baboy, manok, pato at mga ligaw na ibon
- mga ibabaw na may mga dumi ng hayop o mga inilalabas sa mga ito

Maaari ba akong tumanggap ng paggamot para sa 2019 novel coronavirus?

Walang partikular na mga paggamot para sa mga coronavirus, at walang bakunang nagbibigay ng proteksyon laban sa mga coronavirus. Karamihan sa mga taong may karaniwang mga sakit na coronavirus sa tao ay kusang gagaling.

Ikaw dapat ay:

- uminom ng maraming likido
- magpahinga at matulog hangga't maaari
- subukan ang humidifier o mainit na shower upang tumulong sa masakit na lalamunan o ubo

Paano kung sumama ang pakiramdam ko habang naglalakbay o pagkatapos kong makabalik?

Kung magkakasakit ka habang naglalakbay ka o pagkatapos mong bumalik, iwasan ang kontak sa iba at tumawag sa Telehealth Ontario sa 1-866-797-0000 o makipag-ugnayan sa iyong lokal na pampublikong unit ng kalusugan (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Sabihin sa kanila:

- ang iyong mga sintomas
- kung saan ka naglakbay o nakatira
- kung nagkaroon ka ng direktang kontak sa mga hayop (halimbawa, bumisita sa pamilihan ng buhay na hayop) o malapit na kontak sa may sakit na tao

Kung sasama ang pakiramdam mo sa iyong flight papunta sa Canada o sa pagdating mo, sabihin sa flight attendant o sa Canadian border services officer.

Alamin ang tungkol sa mga payo sa paglalakbay na may kaugnayan sa 2019 novel coronavirus sa travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Ano ang dapat kong gawin kung sa tingin kong may virus ako?

Kung magkakaroon ka ng mga sintomas ng 2019 novel coronavirus, tumawag sa Telehealth Ontario para sa medikal na payo sa 1-866-797-0000 o makipag-ugnayan sa iyong lokal na pampublikong unit ng kalusugan (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Siguruhing sabihin ang iyong mga sintomas at ang iyong mga nakaraang paglalakbay, kasama ang mga bansang binisita mo.

Kung kailangan mong matingnan kaagad ng doktor, tumawag sa 911 at sabihin ang iyong mga nakaraang paglalakbay at mga sintomas.