

Tungkol sa Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)

*Ito ang kasalukuyang impormasyon mula Pebrero 17, 2020.

1 . Ano ang mga katangian ng COVID-19?

Ang mga pangunahing sintomas na napapansin sa mga taong nahawaan ng virus ay lagnat at ubo na tumatagal ng halos isang linggo, at matinding pagod.

Madaling magkaroon ng malubhang sakit ang mga matatanda at mga taong may diabetes, cardiac insufficiency, respiratory disease (COPD, atbp.) sanhi ng virus.



2 . Paano maprotektahan ang sarili laban sa COVID-19 ?

Katulad ng karaniwang sipon o trangkaso, pinaniniwalaan na ang bagong coronavirus ay naipapasa kapag nakalanghap ng hanging inubuhan o binahingan (**respiratory droplets**) ng taong may nasabing sakit, at kapag hinawakan ang bibig o ilong ng mga kamay na kontaminado ng virus (**close contact**).

Sinasabi na mababa ang risk na mahawaan dulot ng pagsalit-landas sa isang infected na tao.

Tulad ng karaniwang sipon o trangkaso, importante na gumawa ng protective actions tulad ng **paghugas ng kamay (maigi at gawin ng 30 segundo)** at **gumamit ng hand sanitizer (70% ethanol)**

Kung mayroong mga sintomas ng virus, importante na gawin ang **tamang asal kapag may ubo** tulad ng paggamit ng mask, atbp.

Ang 30 segundo ay kasing haba ng pagkanta ng 2~3 Happy Birthday Song ♪



Pag-ubo ng walang proteksyon

Pag-ubo gamit ang kamay



Paggamit ng mask



Pagtakip gamit ng panyo, atbp.



Pagtakip gamit ng inyong damit



3. Kapag nararamdaman ang sumusunod na mga sintomas, makipag-ugnayan sa local Public Health Center (Consultation Center for Returnees and those with Close Contact)

- ① Mga sintomas ng sipon (colds) at lagnat na mas mataas sa 37.5°C ng apat (4) na araw o higit pa.
- ② Matinding pagod o panghihina at hirap sa paghinga

Alalahanin na lalong lumalala ang sakit ng mga taong nakalista sa ibaba kapag nahawaan ng virus at kailangan tumawag sa consultation center kung mayroong nakitang ① at ② na sintomas ng dalawang (2) araw o higit pa

- Mga matatanda
- May sakit tulad ng diabetes, cardiac insufficiency, o respiratory disease (COPD, etc.)
- Dialysis patients
- Umiinom ng immunosuppressive o anti-cancer drugs
- Mga buntis

Gifu Prefecture Consultation Centers for Returnees and those with Close Contact

Public Health Center (<i>Hokenjo</i>)	Telepono	FAX
Gifu Public Health Center	058-380-3004	058-371-1233
Seino Public Health Center	0584-73-1111 (Ext.no.273)	0584-74-9334
Seki Public Health Center	0575-33-4011 (Ext.no. 360)	0575-33-4701
Kamo Public Health Center	0574-25-3111 (Ext.no. 358)	0574-28-7162
Tono Public Health Center	0572-23-1111 (Ext.no. 361)	0572-25-6657
Ena Public Health Center	0573-26-1111 (Ext.no. 258)	0573-25-1174
Hida Public Health Center	0577-33-1111 (Ext.no. 328)	0577-34-8327
Gifu City Public Health Center	058-252-7191	058-252-0639

*Tumatanggap din ng karaniwang tanong tungkol sa virus. Itawag ang inyong mga ipinag-aalala tuwing business hours (weekdays 9:00-17:00)

- Kung may hinalang nahawaan ng COVID-19 pagkatapos makipag konsulta sa Public Health Center (*Hokenjo*), dadalhin kayo sa outpatient facility para sa mga returnees at mga taong may close contact.
- Kung may hinala ang doktor na nahawaan kayo ng COVID-19 pagkatapos ng eksaminasyon, kukuha ng sample mula sa inyo upang ma-test para sa virus.



Laganap ang karaniwang ubo at trangkaso nitong panahon. Kung may trangkaso, atbp. magpatingin sa doktor tulad ng kaugalian.
Kung may sintomas ng sipon (colds) tulad ng lagnat, huwag nang pumasok sa paaralan o trabaho at magpahinga sa loob ng bahay.

Para sa mga Tagalog na tanong, tumawag sa Gifu Prefectural Consultation Center for Foreign Residents. Idiridirekta kayo ng interpreter sa Consultation Center na nakasulat sa itaas.

Araw at Oras: Lunes~ Biyernes (maliban sa pista opisyal), 9:30~ 16:30

Telepono: 058-263-8066



Gifu International Center Facebook

*Ito ang kasalukuyang impormasyon mula Pebrero 17, 2020.