

## Apela para sa Pag-iwas sa COVID-19

1. Ang COVID-19 ay higit sa lahat naililipat sa pamamagitan ng respiratory droplets. Ang virus ay maaari ring mailipat sa pamamagitan ng pakikipag-ugnay.
2. Ang pinakakaraniwang mga sintomas ng COVID-19 ay kinabibilangan ng lagnat, karamdaman, tuyong ubo at paghinga. Ang iba pang mga sintomas ay kasama ang kasikipan ng ilong, sakit ng ulo, conjunctivitis, namamagang lalamunan, pagtatae, pagkawala ng lasa o amoy, pantal sa balat o pagkawalan ng kulay ng mga daliri o paa .
3. Ang ilang mga tao ay nahawahan ngunit mayroong lamang banayad o di-tiyak na mga sintomas. Ayon sa World Health Organization, halos 20% ng mga kaso ay maaaring magkaroon ng malubhang sakit na nahihirapan sa paghinga .
4. Ang mga taong may mas matandang edad o nagkakaroon ng mga pinagbabatayan na sakit (hal. Hypertension, mga problema sa puso at бага, diabetes, o cancer) ay nasa mas mataas na peligro ng pagkasira sa malubhang kondisyon.
5. Ang pagpapanatili ng mahigpit na kalinisan sa personal at pangkapaligiran sa lahat ng oras ay susi sa personal na proteksyon laban sa impeksyon at pag-iwas sa pagkalat ng sakit sa pamayanan.
6. Ang mga miyembro ng publiko ay dapat na madalas na magsagawa ng kalinisan sa kamay, lalo na bago hawakan ang bibig, ilong o mata, pagkatapos hawakan ang mga publikong pag-install tulad ng mga handrail o doorknobs, o kung ang mga kamay ay nahawahan ng mga secretion sa paghinga pagkatapos ng pag-ubo o pagbahin .
7. Dapat iwasan ng mga miyembro ng publiko ang paglabas, makipag-ugnay sa lipunan at kumain. Dapat silang maglagay ng isang surgical mask at panatilihin ang mahigpit na kalinisan sa kamay kapag kailangan nilang lumabas.
8. Para sa kalinisan sa kapaligiran sa sambahayan, pinapayuhan ang mga miyembro ng publiko na mapanatili nang maayos ang mga tubo ng paagusan, regular na ibuhos ang tubig sa mga outlet ng U (trapik) at takpan ang lahat ng mga outlet ng sahig sa sahig kapag hindi ito ginagamit. pagkatapos gamitin ang banyo, dapat nilang ilagay ang takip ng banyo bago i-flush upang maiwasan ang pagkalat ng mga mikrobyo .
9. Inilunsad ng Pamahalaan ang website na "COVID-19 Thematic Website" ([www.coronavirus.gov.hk](http://www.coronavirus.gov.hk)) para sa pagpapahayag ng pinakabagong mga update sa iba't ibang mga balita tungkol sa impeksyon at payo sa kalusugan ng COVID-19 upang matulungan ang publiko na maunawaan ang pinakabagong mga update.
10. Upang mapadali ang mga etnikong minority na makatanggap ng mga pinakabagong update, ang pangunahing nilalaman ng website ay naisalin sa siyam na magkakaibang wika .
11. Sumabay tayo sa mga kamay sa paglaban sa epidemya ng COVID-19.