

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)

Mikrobyong Sanhi ng Sakit

Ang Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) aay tumutukoy sa kumpol ng mga kaso ng viral pneumonia na nagaganap sa Wuhan, Hubei Province, mula pa nong Disyembre 2019. Ayon sa pagsisiyasat ng mga awtoridad sa kalusugan ng Mainland, isang nobelang coronavirus ay natagpuan na ahente ng sanhi.

Mga Klinikal na Katangian

Ayon sa impormasyong ibinigay ng mga awtoridad sa kalusugan ng Mainland, ang mga sintomas ng mga kaso ay may kasamang lagnat, pananamlay, ubong matigas (o dry cough) at pangangapos ng hininga. Ang ilang mga kaso ay nasa malubhang kondisyon. Ang mga taong nasa nakatatandang edad o pagkakaroon ng pangunahing sakit ay nasa mas mataas na peligro na lumala sa malubhang kondisyon.

Paraan kung Paano Mahahawaan at Yugto ng Inkubasyon

Ang pangunahing paraan kung paano mahahawaan ay sa pamamagitan ng mga maliliit na patak, ang virus ay maaari ring makahawa sa pamamagitan ng direktang paghawak. Ang karamihan sa tinatantiyang yugto ng inkubasyon ay may saklaw na mula 1 hanggang 14 na araw, na kadalasan ay humigit-kumulang sa 5 araw.

Pamamahala

Ang pangunahing paggamot ay suportang pangangalaga.

Pag-iwas

Wala pang bakuna para sa nakakahawang sakit na ito sa ngayon.

Payo sa Kalusugan

Ang mga miyembro ng publiko ay hinihimok na lumabas ng kaunti at bawasan ang mga aktibidad sa lipunan tulad ng mga pagtitipon sa kainan o iba pang mga pagtitipon, at panatilihin ang naaangkop na distansya sa lipunan sa ibang mga tao hangga't maaari.

Ang pagpapanatili sa lahat ng oras sa mahigpit na personal at kapaligirang kalinisan ay susi sa personal na proteksyon laban sa impeksyon at pag-iwas sa pagkalat ng sakit sa komunidad:

- Ang kirurhiko mask ay maaaring maiwasan ang paghahatid ng mga virus sa paghinga mula sa mga taong may sakit. Mahalaga para sa mga taong may sintomas (kahit na mayroong banayad na mga sintomas) na magsuot ng maskara sa kirurhiko;
- Magsuot ng isang surgical mask kapag sumasakay ng pampublikong transportasyon o kapag nanatili sa mga mataong lugar. Mahalagang magsuot ng mask nang maayos, kabilang na ang paghugas ng kamay bago magsuot at pagkatapos alisin ang mask;
- Madalas na paghuhugas ng kamay, lalo na bago hawakan ang bibig, ilong o mata; bago kumain; pagkatapos gamitin ang banyo; matapos hawakan ang mga pampublikong instalasyon tulad ng mga handrail o hawakan ng pinto; o kapag ang mga kamay ay kontaminado ng sekresyon ng paglahingahan pagkatapos ng pag-ubo o pagbahing;
- Takpan ang iyong bibig at ilong ng papel na tisyu kapag bumahing o umuubo. Itapon ang mga maruming tisyu sa isang may takip na basurahan, pagkatapos ay hugasan nang mabuti ang mga kamay;
- Hugasan ang mga kamay ng likidong sabon at tubig, at kuskusin ng hindi bababa sa 20 segundo. Pagkatapos ay banlawan ng tubig at ipatuyo gamit ang isang magagamit na tuwalyang papel. Kapag nalinis ang mga kamay, huwag pindutin nang direkta muli ang gripo ng tubig (halimbawa, gamit ang isang tuwalyang papel upang balutin ang gripo bago isara). Kung ang mga kagamitan sa paghuhugas ng kamay ay hindi magagamit, o kapag ang mga kamay ay hindi malinaw na marumi, ang pagsasagawa ng kalinisan ng kamay na may 70 hanggang 80% na handrub na nakabatay sa alkohol ay isang mabisang alternatibo;
- Panatilihing maayos ang mga tubo ng paagusan at regular (mga isang beses sa isang linggo) na magbuhos ng mga kalahating litro ng tubig sa bawat labasan ng tubig (mga U-trap) upang matiyak ang kalinisan sa kapaligiran;
- Takpan ang lahat ng saksakan ng floor drain kung hindi na ginagamit.
- Matapos gamitin ang banyo, ibaba ang takip sa banyo bago mag-flush upang maiwasan ang pagkalat ng mga mikrobyo; at
- Kapag may mga sintomas sa palahingahan, magsuot ng surgical mask, lumiban sa trabaho o pagpasok sa klase sa paaralan, iwasang pumunta sa mga mataong lugar at kaagad na humingi ng medikal na payo.

Payo sa paglalakbay

Ang mga miyembro ng publiko ay mariing hinihimok na iwasan ang di-mahalagang paglalakbay sa labas ng Hong Kong. Kung hindi maiiwasang maglakbay sa mga bansa / lugar sa labas ng Hong Kong, dapat silang ilagay sa isang kirurhikong mask at

magpatuloy na gawaing ito sa loob ng 14 na araw sa kanilang pagbabalik sa Hong Kong. Dapat pansinin ng publiko ang payo sa kalusugan sa ibaba:

- Kapag maglalakbay sa mga bansa/lugar na may aktibong paghahawa ng komunidad sa virus na COVID-19, dapat na iwasan ng publiko ang malapitang pakikipag-ugnayan sa mga taong may lagnat at sintomas sa palahingahan. Kung hindi maiwasang makipag-ugnayan sa kanila, magsuot ng surgical mask at patuloy na gawin ito hanggang 14 na araw pagkatapos bumalik sa Hong Kong;
- Iwasan ang pagbisita sa mga ospital. Kung kinakailangan na bisitahin ang isang ospital, magsuot ng surgical mask at obserbahan ang mahigpit na kalinisan sa sarili at kamay;
- Iwasan ang paghawak ng mga hayop (kabilang ang pinangasong hayop), mga manok/ibon o ang kanilang mga dumi;
- Iwasan ang pagbisita sa mga palengke, pamilihan ng buhay na manok o manukan;
- Iwasan ang malapitang pakikihalubilo sa mga pasyente, lalo na sa mga may sintomas ng talamak na impeksyon sa palahingahan;
- Huwag kumain ng karne ng pinangasong hayop at huwag tangkilikin ang mga lugar na naghahain ng karne ng pinangasong hayop;
- Sumunod sa mga patakaran sa ligtas at malinis na pagkain tulad ng pag-iwas sa mga produkto ng hayop na hilaw o hindi niluto, kabilang na rito ang gatas, itlog at karne, o pagkain na maaaring kontaminado ng mga sekresyon ng hayop, mga inilalabas (tulad ng ihi) o mga kontaminadong produkto, maliban kung niluto ito ng wasto, hinugasan o binalatan;
- Kung masama ang pakiramdam habang nasa labas ng Hong Kong, lalo na kung may lagnat o ubo, magsuot ng surgical mask, ipagbigay-alam sa kawani ng hotel o tour escort at maghanap agad ng medikal na payo; at
- Pagkatapos bumalik sa Hong Kong, kumunsulta kaagad sa isang doktor kung may lagnat o iba pang mga sintomas, ipagbigay-alam sa doktor ang kamakailan lamang na kasaysayan sa paglalakbay at magsuot ng isang surgical mask na makakatulong na maiwasan ang pagkalat ng sakit.

Marso 18 2020

18 March 2020