

# Ano ang kailangan mong malaman tungkol sa sakit na coronavirus 2019 (COVID-19)

## Ano ang sakit na coronavirus 2019 (COVID-19)?

Ang sakit na Coronavirus 2019 (COVID-19) ay isang sakit sa palahingahan na maaaring kumalat sa mula sa isang tao papunta sa iba. Ang virus na nagdudulot ng COVID-19 ay isang novel coronavirus na unang natukoy sa panahon ng isang pagsisiyasat sa pagkalat ng sakit sa Wuhan, China.

## Maaari bang madapuan ng COVID-19 ang mga tao sa U.S.?

Ang COVID-19 ay kumakalat mula sa isang tao papunta sa iba sa maraming bansa, at ang pagkalat sa komunidad ay binigyang-pansin sa loob ng Estados Unidos. Ang panganib na mahawaan ay depende sa pagkakahantad.

Ang paglapit sa mga taong nahawaan ay may mataas na panganib na mahantad, halimbawa mga manggagawa sa pangangalaga sa kalusugan at paglapit sa taong nahawaan ng virus na nagdudulot ng COVID-19. Patuloy na sinusubaybayan ng CDC ang sitwasyon nang mabuti.

## May mga kaso na ba ng COVID-19 sa U.S.?

Oo. Ang unang kaso ng COVID-19 sa Estados Unidos ay iniulat noong Enero 21, 2020. Ang kasalukuyang bilang ng mga kaso ng COVID-19 sa Estados Unidos ay makikita sa webpage ng CDC sa

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/cases-in-us.html>.

## Paano kumakalat ang COVID-19?

Ang virus na nagdudulot ng COVID-19 ay malamang lumitaw mula sa isang hayop, ngunit ngayon tila kumakalat ito mula sa isang tao papunta sa iba. Mahalagang tandaan na ang pagkalat mula sa isang tao papunta sa iba ay maaaring mangyari nang tuluy-tuloy. Ang ilang mga sakit ay lubos na nakakahawa (tulad ng tigdas), habang ang ibang mga sakit ay hindi masyado. Sa panahong ito, hindi malinaw kung gaano kadali o kalakas na ang virus na sanhi ng COVID-19 ay kumakalat sa pagitan ng mga tao. Alamin kung ano ang kilala tungkol sa pagkalat ng bagong litaw na mga coronavirus sa <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/tungkol-sa-paghahatid.html>.

## Ano ang mga sintomas ng COVID-19?

Ang mga pasyente na may COVID-19 ay nagkakaroon ng dimalubha hanggang katamtamang sakit sa palahingahan na may mga sintomas ng

- lagnat
- ubo
- pangangapos ng hininga

## Ano ang mga malubhang komplikasyon dahil sa virus na ito?

Maraming pasyente ang may pulmonya sa dalawang baga.

## Paano ko mapapangalagaan ang aking sarili?

Ang pinakamahusay na paraan upang maiwasan ang impeksyon ay iwasang mahantad sa virus na nagdudulot ng COVID-19.

## May simple at pang-araw-araw na mga pangontra upang makatulong na maiwasan ang pagkalat ng mga virus sa palahingahan. Kabilang nito ang

- Iwasang lumapit sa mga taong may sakit.
- Iwasang hawakan ang iyong mga mata, ilong at bibig ng di-nahugasang kamay.
- Hugasan ang iyong mga kamay nang madalas gamit ang sabon at tubig nang hindi bababa sa 20 segundo. Gumamit ng sanitizer na may sangkap na hindi bababa sa 60% alkohol kung walang sabon at tubig.

## Kung may sakit ka, upang iwasang kumalat ang sakit sa palahingahan sa iba, dapat

- Manatili sa bahay kapag may sakit ka.
- Magtakip ng tisyu kapag umuubo o bumabahinh ka, pagkatapos itapon ang tisyu sa basurahan.
- Linisin at disimpektahin ang mga bagay at lugar na madalas hinawakan.

## Ano ang dapat kong gawin kung bumiyaha ako kamakailan sa labas ng Estados Unidos?

Kung lumabas ka ng Estados Unidos sa loob ng nakalipas na 14 na araw at nakaramdam ng sakit na lagnat, ubo, o kahirapan sa paghinga, dapat magpatingin ka sa doktor. Tumawag sa tanggapan ng iyong tagapangalaga ng kalusugan bago ka pumunta, at sabihin sa kanila ang tungkol sa iyong biyaha at iyong mga sintomas. Bibigyan ka nila ng mga tagubilin sa kung paano kumuha ng tulong nang hindi naihahantad ang ibang tao sa iyong sakit. Habang may sakit, iwasang lumapit sa mga tao, huwag lumabas at iantala ang anumang biyaha upang mabawasan ang posibilidad na kumalat ang sakit sa iba.

## Mayroon bang bakuna?

Wala pang bakuna sa kasalukuyan bilang proteksiyon laban sa COVID-19. Ang pinakamahusay na paraan upang maiwasan ang impeksyon ay iwasang mahantad sa virus na nagdudulot ng COVID-19.

## Mayroon bang gamot?

Walang partikular na antiviral na paggamot para sa COVID-19. Ang mga taong may COVID-19 ay maaaring magpagamot upang tumulong na mapawi ang mga sintomas.

## Para sa karagdagang impormasyon: [www.cdc.gov/COVID19](http://www.cdc.gov/COVID19)