Rev. 11/16/2021

COVID-19

Isang bagong coronavirus ang COVID-19.

Maaari itong magdulot ng bahagyang sakit, tulad ng karaniwang sipon, o malalang sakit, tulad ng pneumonia.

Kumakalat ito sa pamamagitan ng maliliit na patak ng likido kapag bumahing, umubo o nagsalita ang taong may virus.

Mga Sintomas

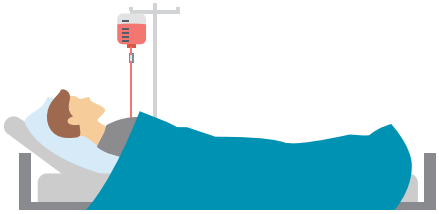
Lagnat, panginginog, ubo, paghingal, pagkapagod, pananakit ng kalamnan, sakit ng ulo, pagkawala ng panlasa o pang-amoy, pamamaga ng lalamunan, barado o tumutulong sipon, pagkahilo, pagsusuka, pagtatae.

Kung mayroon kayong mga sintomas, magpasuri. Makipag-appointment sa inyong healthcare provider o maghanap ng magsusuri sa tpchd.org/gettested.

May mataas na panganib na magkaroon ng malalang sakit

Ang may edad 65 o higit pa.

Nakatira sa isang pasilidad sa pangangalaga.



May kasalukuyang kondisyon sa kalusugan o mahinang resistensya.

Pigilan ang pagkalat ng COVID-19.

Magpabakuna.

Magsuot ng mask.

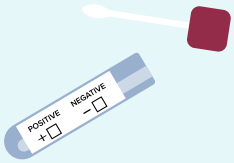
Manatili sa bahay kung kayo ay may sakit.

Protektahan ang iyong kalusugan.

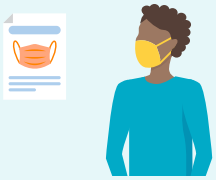
Kahit kayo ay ganap nang nabakunahan dapat kayong patuloy na:

Madalas na maghugas ng mga kamay gamit ang sabon at maligamgam na tubig. Kuskusin sa loob ng 20 segundo.

Takpan ang iyong pag-ubo at pagbahing. Gumamit ng tisyu o siko mo.



Magpasuri kung nalantad kayo sa taong may COVID-19. 3–5 araw matapos malantad.



Sundin ang patnubay sa pagsusuot ng mask. Maaari ninyong kailanganing magsuot ng mask sa loob ng gusali at sa mga pampublikong lugar na maraming tao.

Matuto pa at makakuha ng updated na impormasyon sa tpchd.org/coronavirus.

Tacoma-Pierce County
Health Department
Healthy People in Healthy Communities