

Omicroni: Nini Tunajua

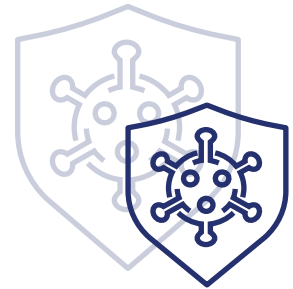
Je, lahaja ya Omicron ni nini?

Ma virusi, kama ile inavyosababisha Covid-19 kila wakati zinabadilika . Badiliko kubwa inaitwa aina nyingine ao lahaja. Ayina zingine zinaweza kuwa za hatari zaidi ao kusambaza kwa uraisi zaidi. Omicron ni aina ingine/lahaja inasambaza kwa urahisi.



Namna gani, unaweza kujilinda wewe na jamaa yako?

Njia mzuri/bora ya kujilinda wewe mwenyewe na jamaa yako na jimii yako kutokana na covid-19, ni kuvaa maski na kila mtu katika jamaa yako ambae ako na umri wa miaka 5 na zaidi, apate chanjo kamili haraka iwezekanavyo. Kwa wale ambao hawajachanjwa wana uwezekano mkubwa ya kuambukizwa na hii aina nyingine/lahaja, kuugua sana, na kuisambaza kwa wengine.



Vipi kuhusu chanjo ya nyongezo?

Wanasayansi wamegundua kwamba kwa baadhi ya chanjo ulinzi wa mtu hupunguka kwa muda, na hiyo chanjo ya nyongezo inasaidia kukuinga dhili ya vibadala vipya. kuwa salama kutoka kwa hio aina nyingine/lahaja. Unaweza kupata nyongeza ikiwa umekuwa:

- Zaidi ya miezi 5 tangu dozi yako ya pili ya chanjo ya pili (Moderna ama Pfizer).
- Miezi mbili tangu dozi ao chanjo lako la kwanza ile chanjo inapewana kwa mara moja tu kama (Johnson & Johnson).
- Zaidi ya miezi sita tangu dozi yako ya mwisho ya chanjo uliyopita katika inchi ingine.



Njia zingine za kujilinda/kujiweka wewe na wengine kwa usalama:



Kuvaa maski



Kufanya mazoezi ya kujitenga umbali na wengine ao umbali wa kimwili



Kuepuka mikusanyiko ya watu wengi



Kunawa mikono mara kwa mara



Kukaa nyumbani wakati wewe una jisikiya mgonjwa



Kwenda kupimwa mara moja kwa Covid-19 ikiwa uko na dalili