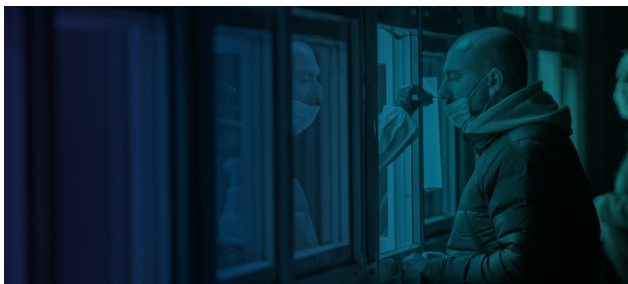


PATA UKWELI.

UPIMAJI YA COVID-19 INALINDA JAMII

Hata kama umechanjwa, unaweza kuambukizwa na COVID-19 bila wewe kujuwa kwa sababu haujisikie mgonjwa hata kidogo. Unapo pimwa unalinda wapendwa wako, jamii yako na wewe mwenyewe.

Watu wanapimwa bila kujali kama wamechanjwa na bila kujali kama wanajisikiya wagonjwa kwa sababu inafanya jamii zetu zikuwe salama zaidi. Mtu yoyote anaweza kupimwa, pia watu wakubwa, vijana na watoto.



NI WAKATI GANI WA KUPIMA

- Ikiwa una dalili
- Ikiwa umekuwa karibu na mtu mwingine ambaye alipimwa na iko na Covid
- Kabla na baada ya kusafiri
- Kabla na baada ya kukusanyika ndani ya nyumba na watu wengi
- Ikiwa inahitajika na shule yako ao kazini



DALILI

- Homa
- Kikohozi
- Upungufu wa pumzi
- Muchoko (uchovu)
- Maumivu ya shingo
- Mapuwa ina tililika maji ao pua na iliyojaa makamasi
- Maumivu ya misuli ao mwili
- Maumivu ya kichwa
- Kutapika ao kuhara
- Kupoteza ladha ao harufu

Kwa sababu dalili za COVID-19, mafua (mafua) na mafua yanafanana sana, njia pekee ya kujua kama una COVID-19 ni kupimwa.

NI WAPI UNaweza KUPIMWA

Maeneo mengi unaweza pimwa

Unaweza kupimwa katika ofisi ya daktari, tovuti ya upimaji wa jamii, kazini, shuleni, ao duka la madawa. Maduka ya dawa nyingi pia wanaleta vipimo vya nyumbani unaweza kujipimaweye mwenyewe.

Upimaji ni ya siri

Unaweza pimiwa kwa siri bila kujali hali yako ya uhamiaji ao kama una bima ya matibabu ao kitambulisho.

UPIMAJI NI HARAKA NA SALAMA

Kuna na njia nyingi za kupima

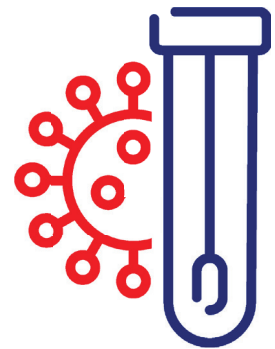
Weye ao mtaalamu ya afya anaweza kuchukua yamufano kutoka pua yako, shingo, ao mate.

Vipimaji vingine vina lomba pesa mingi na vingine vinapatikana bila malipo. Wasiliana na kamati yako ya afya kwa maelezo zaidi.

Wakati unasubiri matokeo

Vipimaji vingine vina leta matokeo yako mara moja, na Vipimaji vingine vingine kuchukua siku moja ao zaidi.

Linda wengine ikiwa unasikia mgonjwa kwa kukaa nyumbani, kuvaa maski, na kufanya mazoezi ya kukaa umbali wa kijamii.



UKIPIMWA NA UKO NA COVID

Kukaa nyumbani, mbali ya kazi, shuleni, ao kuwa mbali na watu ikiwa unapimwa na uko na covid ao wakati yoyote unasikia mgonjwa ni mojawapo ya mambo muhimu zaidi unayoweza kufanya ili ulinde jamii yako.

Jitunze kwa kupumzika, kunywa maji mengi, na ita daktari ikiwa dalili zako zinazidi kuwa mbaya.



UKIPIMA UKO NA COVID

Endelea kujilinda kwa kuvaa maski, kufanya mazoezi ya kutengana na watu wengine, na ukae nyumbani unapojisikia mgonjwa.

Ujipime tena ikiwa dalili zako haaziondoki ao mara nyingi inavyohitajika ili uhakikishe kama unaendelea kulinda jamii yako.

Ikiwa bado haujachanjwa ao haujapata nyongeza yako, unaweza kupata chanjo baada ya kupona. Uulize daktari yako kuhusu wakati unaweza kupata chanjo.



Ikiwa bado haujachanjwa, pata chanjo yako mara moja. Ikiwa umechanjwa, hakikisha kupata nyongeza ili ujilinde na ulinde wengine.

JILINDE. LINDA JAMII YAKO. PATA CHANJO.