

له حقایقو ځان خبر کړئ

کووید-19 او انفلونزا



کووید-19 یوه جدي ناروغي ده. په انفلونزا اخته کیدل هر وخت خطرناکه کیدای شي، په ځانگړي ډول سر کال ځکه:

- ✓ هغه خلک چې په یو وخت کې په انفلونزا او کووید-19 اخته شي ممکن په زیات خطر کې واوسي، حتا د مرگوني حالت یا مرگ سره مخ شي.
- ✓ که چیرې تاسې د انفلونزا سره شدید ناروغ شئ، د طبي مرستې ترلاسه کول به مشکل وي. په کووید-19 ناروغۍ د زیاتو کسانو د اخته کیدو له امله، ممکن ډاکټران او روغتونونه د انفلونزا د ناروغانو د درملنې دومره توان ونه لري لکه څنګه چې دوی په عادي توګه ترسره کوي.

د زیات خونديتوب لپاره
د کووید-19 او انفلونزا
واکسین وکړئ.



- دواړه د کووید-19 او انفلونزا واکسین تاسې، ستاسې کورنۍ او ټولنه خوندي ساتي.
- دواړه واکسینونه ستاسې د ناروغۍ خطر او نورو ته د خپریدو خطر کموي. که چیرې تاسې ناروغ شئ، دوی مو د خطرناکې ناروغۍ مخنیوی کوي.

د ډاډ حاصلولو لپاره یې وازمائی

د کووید-19 نښې او د موسمي انفلونزا (انفلونزا) نښې ډیرې ورته دي:

- تبه
- ټوخی
- ساه لنډي
- ستړیا
- د ستوني درد
- د پوزې بهیدنه یا بندیدل
- د عضلې درد یا بدن دردونه
- سر درد
- کانګې او اسهال

یواځینې لاره تر څو تاسې پوه شئ چې په کووید-19 اخته یاست او که انفلونزا لری، باید ټیسټ شئ.

د زکام واکسين او د کووید-19 واکسينونه خوندي.

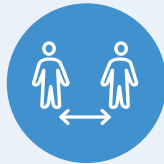
- دا خوندي او گټور دی چې دواړه د کووید-19 واکسين او انفلونزا واکسين په يو وخت کې وکړئ.
- هغه ماشومان چې لا تر اوسه د کووید-19 واکسين لپاره يې عمر ندي برابر شوی کولای شي د انفلونزا ډوز ترلاسه کړي.



خپل ځان او ټولنه د کووید-19 او زکام څخه خوندي وساتئ.



لاسونه او سطحې په دوامدار ډول ومنيځئ.



ټولنيزه فاصله مراعت کړئ.



ماسک وکاروئ، حتا که واکسين شوي هم ياست.



د کووید-19 واکسين او زکام واکسين دواړه وکړئ.



که چيرې تاسې د ناروغۍ احساس کوئ د کار کولو، ښوونځيو يا ټولنيزو مراسمو پر ځای په کور کې پاتې شئ.