

COVID-19

SO te kerel, te san nasvale



Vičinen peskere doktoriske

Gondolinen peske, hoj tumen hin korona virusis u hin tumen baro tatipen, chasan, phares dihinen, vičinen peskere doktoriske.

O uštara, save pomožinena te cikňarel o COVID-19, te san nasvale

Džan pal kada:

Te tumen hin koronavirusis vaj pes šunen hoj tumen šaj el, dikhen pro kada so hin irimen teleder:

Ačhen khere te tumen dodikhela o doktoris



1. Ačhen khere: Le manušen saven hin loko nasvaliben pro koronavirusis, musaj te ačhen khere andre karantena, šaj ke lende džal ča o doktoris.
2. Nadžan avri: Nadžan andre but'i, škola vaj pro ihriski.
3. Nadžan pro autobusis: Madžan autobusiha vaj taxi. So te kerel, hoj te na nasval'on buter manuša.

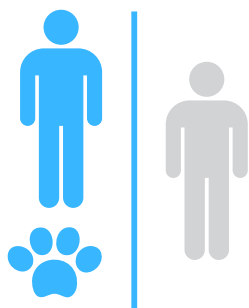
Sigeder le doktoriske vičinen, až avke ke leste džan



Vičinen anglal: The san objednimen ko doktoris, vičinen leske u phenen leske, hoj san navale pro korona virusis. Pomožinena le doktoriske, kaj džanela so te kerel dureder, hoj te na nasvalol ov vaj aver manuša.



Madžan paš o aver manuša vaj paš o džvirini (zvierata)



1. Madžan paš o manuša: Te šaj, ačhen andre peskero kher, nadžan paš o aver manuša. Majinenas te džal avrether andre kupelňa vaj pro budaris. Odoj kaj niko naphirel.
2. Madžan paš tumare džvirini: Te san nasvale pro korona virusis -, namajinenas te džal paš o zvierata, the bijal oda kaj sas avri vičinem hoj e džvirina tumendar o korona virusis nachudela the avke madžan. Den pozora.
3. Te šaj, den la džvirina avre manušeske mi pre leste dodikhel mik tumen sast'ona avri. Te pes nasvaleste mušinena te starinel pal o rikono, musaj te thoven o vasta u phiraven o ruško pro muj.

Te san nasvale, phiraven ruško



1. Te san nasvale: Phiraven o ruško, te džan maškar o manuša (napr. džan varekaha motoriha, vaj varekaha soven andro jekh kher) vaj te hin džvirina u sigeder sar džana ko doktoris.
2. Dodikhen le nasvale manušen: Te o nasvalo naphiravel ruško (bijal o da, kaj našti dihinel), namajinenas o manuša save leha dživel, te el andro jekh kher, vaj majinenas te lel pro muj ruško, te hin andro kher nasvalo manuš.



Učharen o muj te chasan vaj čhika maren

1. Učharen: Te chasan vaj čhika maren, učharen peske o muj the o nakh papiriha vaj khosneha. Mathoven o vasta pro muj.
2. Likvidacija: O meľalo papiris pro nakh čhiven avri. O hundri rajbinen andro tato paňi.
3. Thoven o vasta: Sigo thoven o vasta avke, sar hin irinem teleder.

Thoven o vasta



1. Thoviben le vastengro: Thoven o vasta sapuňiha the tate paňeha nekfrimeder biš sekundi, nekbuter sar phurden o nakh, chasan vaj čhika maren, te aven pal o budaris u sar džan te chal, vaj te džan te tavel.
2. Dezinfekčne prostriedki pro vasta: Te tumen nane sapuňis vaj paňi, thoven pro vasta o dezinfekčno gelos (kaj hin šovardeš percenti palenka), thoven upral o vasta the telal u makhen dži adig mik o vasta naačhena šuke.
3. Sapuňis the paňi: Sapuňis u paňi hin nekfeder te hine o vasta melale.
4. Nachuden andro vasta nič: Nachuden o jakha, o nakh the o muj melale vastenca.

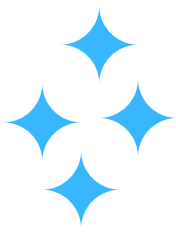




Načhalaven andro kher nič

1. Naden: o chaben, pohara, kuča, grati, ručniki vaj pal o hadí aver manušeske, madžan paše džvirina.
2. Te len čhalavena, chudena andro vast : Thoven tele sapuñiha the tate pañeha.

Thoven dezinfekcija sako džives



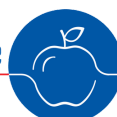
1. Žužipen the dezinfekcija: Žužaren savoro so chuden andro vast. Hin oda o pultos, skamind, klučki pro vudar, andre kupelka, budaris, telefonos, tableti, klavesnici the o raťakro skamind.
2. Žužaren o than kaj šaj čhuľol o rat, sakramenti vaj aver tekutini.
3. Žužipnaskre prostriedki save tumen hin khere: Len peske spreji, utierki, u keren pal oda so hin irimen andro navod. Odoj hin irimen sar leha sa te žužarel, the pro save majinen te lel pro vasta o rukavici the te vetrinel avri o kher.

Dikhen o priznaki



1. Roden le doktoris: Sigo vičinen le doktoris, te pes o nasvalípen visarel pro rosno. (napr. te pen rosnes dihinel)
2. Vičinen peskere doktoriske: Vičinen peršo le doktoriske hoj džan u phenen leske hoj san testimen pro korona virusis.
3. Sar džana ko peskero doktoris thoven tumenge pro muj ruško. Kaleha šaj ačhaven hoj na nasvalóna o manuša save bešen andre čakarña.
4. Phenen andro doktoris so tumende hin: O doktoris vičinel pro regijonalno urados vaš o sastipen. O manuša save hine aktivno telal o monitoring vaj len dikhen individualno, pen majinenas te líkerel oleha so lenge phenen o doktora.

! Te tumen ela phari situacia, vičinen pro gindo 155 u phenen pro disečing, hoj tumen hin vaj pen šunen avka sar tumen te elas korona virusis.





Ačhadí izolacija

1. Ačhen khere, mik tumenge naphenena hoj šaj džan avri: O manuša saven hin korona virusis, majinenas te ačhel khere, dži adik mik lenge o nasvalípen napredžala avke, hoj les te nachuden aver manuša.
2. Vakeren peskere doktorih: Pal oda či šaj o manuš šaj džala avri andal e karantena, pen majinenalas te kerel individualno konzultacija le doktorenca.

O poznamki the feder džaňiben

1. Tat'ipen šaj el subjektivno vaj avri dikhlo.
2. O manuš so sas le nasvale manušeha pašes hiňi:
 - O manuš savo sas andro kontakto le konora virusiha dži duj metri u buter sar 15 minuti; o kontakto so sas pašeder šaj el o manuš savo amenca bešel andro jekh kher, so amenca užarelas andre čakarňa ko doktoris vaj pro aver thana kaj hin o korona virusis,
 - O manuš saves hin prijamo kontakto la infekcijaha (napr. te chasal).

Te dodžala ko kajso kontakto, u tumen naela o ochranno uraviben, ruško, respiratori FFP3, okulara, šaj o manuš nasval'ol.

O informaciji pal o paš o kontakto hin obmedzeno. Šaj dikhas ča oda hoj keci bud sanas andro kontakto le manušeha. Čim buter sanas andro kontakto, hin bareder o expozično/ jekhto riziko. (napr. chasaben baravel o expozično riziko, avke sar e expozicija phare nasvale manušeske). Nekbuter pen dodikhen o le manuša, saven dodikhel o doktoris.

