

Karatasi ya Taarifa za Kufanya Uamuzi

Ikiwa una dalili za COVID-19

Fuata maelekezo yaliyo kwenye bango hili ili yakusaidie kufanya uamuzi bora zaidi kwa ajili yako mwenyewe, marafiki wa karibu na familia yako. Tumia mikakati inayofaa ya usafi na uzuiaji kila wakati, ili uepoke kupata virusi.

- Nawa mikono mara kwa mara
- Kohoa au piga chafya kwenye sehemu ya ndani ya kisugudi chako, kwenye sehemu ya juu ya mkono wako au utumie tishu, lakini si viganja vyako
- Weka mazingira yako yakiwa safi

Watu wazima au watoto

Nina joto jingi (zaidi ya Selsiasi 38° (Farenhaiti 100.4°) au zaidi ya Selsiasi 37.8° (Farenhaiti 100°) kwa watu wazima) au mojawapo ya dalili zifuatazo:

- Kupoteza ghafla uwezo wa kutambua harufu bila kufungana puani pamoja na au bila ya kupoteza uwezo wa kutambua ladha
- Kushindwa kupumua
- Kuchoka sana
- Kuanza kukohoa au kuzidiwa na kikohozi
- Kuumwa na misuli
- Kuumwa na kichwa
- Kukosa hamu ya chakula kabisa
- Maumivu kooni
- Kuendesha

AU Mimi ni mtu mzee aliye na dalili za uzeeni (kupoteza uwezo wa kujitawala, kuanguka, kuanza kukanganyikiwa, hamaki au uvivu, kupoteza hamu ya kula, uchovu mwingi, nk.).

Watu wazima au watoto

Nina joto linalozidi digrii 38 Selsiasi/digrii 100.4 Farenhaiti na dalili moja au zaidi kati ya zifuatazo:

- Ugumu wa kupumua unaokithiri na/au unaoongezeka
- Midomo ya rangi ya samawati
- Joto jingi (mtoto aliye na umri wa chini ya miezi mitatu)
- Kusinzia, kukanganyikiwa, kutatizika kimawazo, ugumu wa kukaa macho
- Kukosa kukojoa kwa saa 12
- Ugumu wa kutembea

UAMUZI

Nikae nyumbani na nipige simu kwa nambari maalum ya masuala ya virusi vya Korona 1-877-644-4545.

Fuata maelekezo.

UAMUZI KWA WATU WAZIMA AU WATOTO

Nenda kwa chumba cha dharura mara moja.

Iwapo unahitaji usaidizi, piga simu kwa 911.

MAELEZO YA JUMLA

Services Québec

Korona katika eneo la Québec

1-877-644-4545 (hailipishwi)

Viziwi au watu wenye matatizo ya kusikia

1-800-361-9596 (hailipishwi)

NAMBARI MUHIMU ZA SIMU:

Mfamasi wako:

Daktari wako:

CLSC yako:

Pata habari kila wakati. Tovuti ya [Québec.ca/coronavirus](https://quebec.ca/coronavirus) ina taarifa zilizosasishwa.