



ኮቪድ-19 እና ወቅታዊ ጉንፋን

ኦክቶበር 2023

ጉንፋን እና ኮቪድ-19 ሳምባዎን እና የአተነፋፈስ ሥርዓትዎን የሚያጠቁ የመተንፈሻ ሻይረሶች ናቸው። ሁለቱም የጉንፋን ክትባት እና የኮቪድ-19 አጋዥ በመከተብ እራስዎን እና የሚወዷቸውን ሰዎች ይጠብቁ።

- የጉንፋን (ኢንፍሉዌንሻ) ክትባት በጣም የተለመዱ ወይም አደገኛ ይሆናሉ ተብለው ከሚጠበቁ የጉንፋን አምሳያዎች (አይነቶች) ለመከላከል በየዓመቱ ይዘምናል።
- የኮቪድ-19 አጋዥ ዶዞች የሚዘጋጁት በጣም ተላላፊ ከሆኑ አዳዲስ የኮቪድ-19 አምሳያዎች (አይነቶች) ለመከላከል ነው።
- በየአመቱ፣ በተሰጠ ቁጥር የጉንፋን ክትባትዎን መከተብ እና የኮቪድ-19 አጋዥ ማግኘት አስፈላጊ ነው።

ስለ ጉንፋን ክትባት ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት bit.ly/FluPHL ይጎብኙ
 በኮቪድ-19 ክትባቶች ላይ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት bit.ly/COVIDvaxPHL ይጎብኙ

ኮቪድ-19ም ሆነ ጉንፋን ከሰው ወደ ሰው በተመሳሳይ መንገድ የሚተላለፉ ሲሆን ተመሳሳይ ምልክቶችን ያስከትላሉ ነገር ግን የሚከሰቱት በተለያዩ ሻይረሶች ነው።

ኮቪድ-19 እና ጉንፋን በሚከተሉት መንገዶች ሊተላለፉ ይችላሉ፡-



- ኮቪድ-19 ወይም ጉንፋን ያለበት ሰው ሲተነፍስ፣ ሲያስነጥስ ወይም ሲያስል ብናኞች (ትናንሽ ቅንጣቶች) በአየር ላይ ሊቆዩ ይችላሉ፣ ይህም ሻይረሱ ሌላ ሰውን እንዲይዝ ያስችለዋል።
- በላዩ ላይ ሻይረሶች ያሉበትን ነገር ወይም ወለል ነክቶ ከዚያም አፍዎን፣ አፍንጨዎን እና አይኖችዎን መንከት።
- **ይህን ያውቁ ኖሯል?** በኮቪድ-19 ወይም በጉንፋን የተያዙ ሰዎች ምንም አይነት የበሽታ ምልክቶች ላይሰማቸው ይችላል እንዲሁም የህመም ስሜት ከመሰማቱ በፊት እንኳን ሻይረሱን ወደ ሌሎች ሊያስተላልፉ ይችላሉ።

የኮቪድ-19 እና የጉንፋን ስርጭትን በሚከተሉት መንገዶች ይከላከሉ፡-

- ብዙ ሰው በተሰበሰበባቸው ሕዝባዊ ቦታዎች ውስጥ የአፍ እና አፍንጨ መሸፈኛ ያድርጉ
- እጆችዎን በተደጋጋሚ ይታጠቡ
- ፊትዎን ከመንከት ይቆጠቡ
- በክርንዎ ጀርባ ወይም በሶፍት ላይ ያስሉ ወይም ያስነጥሱ

የኮቪድ-19 እና ወቅታዊ ጉንፋን መርጃዎች

ኦክቶበር 2023

ኮቪድ-19 እና ጉንፋን ተመሳሳይ የበሽታ ምልክቶች ያላቸው ሲሆን ምንም ምልክት ካለማሳየት (አሲምቶማቲክ) እስከ መለስተኛ ወይም ከባድ ምልክቶች ሊለያዩ ይችላሉ። የበለጠ ለማወቅ bit.ly/FLUvsCOVID3ይነብኙ።

አንድ ሰው ጉንፋን፣ ኮቪድ-19 ወይም ሁለቱም እንዳለበት ለማረጋገጥ ምርመራ ያስፈልገዋል። የወቅታዊ ጉንፋን ክትባት እና የኮቪድ-19 አጋዥ ማግኘት ተጠብቆ ለመቆየት የተሻለ መንገድ ነው።

ነጻ ክትባት እና ምርመራ ለማግኘት፡-

የጉንፋን ክትባቶች
bit.ly/FluPHL

የኮቪድ-19 ክትባቶች
bit.ly/COVIDvaxPHL

የCOVID-19 ምርመራ
bit.ly/Covid19_test

ኮቪድ-19 እና ጉንፋንን በሚመለከት ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፡-

የፊላደልፊያ የህዝብ ጤና መምሪያ
215-685-5488

ክፍት መደበኛ የስራ ሰዓታት።

ለ TRS/TTY ድጋፍ ወደ **711** ይደውሉ።

ትርጉም አለ፣

ለስፓኒሽኛ **2** ይጨኑ ወይም በእርስዎ ቋንቋ ትርጉም ለማግኘት **3** ይጨኑ።

ነጻ ወይም ዝቅተኛ ዋጋ ያለው የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ያግኙ፡-

www.phila.gov/primary-care

መድሀን ያለው ወይም መድሀን የሌለው።
በበታ፣ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አይነት፣ በልዩ እንክብካቤ ወይም በምርመራ አገልግሎቶች ይፈልጉ።

ስለ ወቅታዊ ጉንፋን፣

የኮቪድ-19 ክትባቶች ወይም የህመም ስሜት ከተሰማዎ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ።

መረጃን እያገኙ ለመቆየት እንደተገናኙ ይቆዩ

ለጥያቄዎች፣ እባክዎ በ PublicHealthPreparedness@phila.gov ኢሜይል ይላኩልን ወይም በ(215) 429-3016 ላይ መልዕክት ያስቀምጡ። ከእርስዎ ብንሰማ ደስ ይለናል!

