



Kesyon yo souvan poze sou koronavirus 2019 la (KOVID-19)

Mizajou 30 jiyè 2020

Anbadireksyon Gouvènè Larry Hogan, ajanseta yo kontinyedevlopeplankont prevansyon ak repons konplè e ki kowòdone pou maladi kowonaviris 2019 (KOVID-19) lan.

Depatman Sante Maryland (MDH) lan pral kominike dirèkteman avèk piblik la, nanbaydènyeenfòmasyon yo pandansitiyasyon sa a devlope ak enfòmasyonki egzat sou fason pou pwoteje tèt ou ak fanmi ou.

Si w gen kesyon sou KOVID-19 yo pa reponn la a, rele depatman sante lokal ou a oswa rele nan 2-1-1.

Kisa ki KOVID-19 lan?

KOVID-19 se yon maladi ki koze pa yon viris respiratwa ke yo premye idantifye li nan Wuhan, Pwovens Hubei, Lachin an Desanm 2019. KOVID-19 yon nouvo viris ki pat janm bay moun maladi anvan. Nan tou mond lan, KOVID-19 lakòz enfeksyon plizyè milye moun, li lakòz maladi epi nan kèk ka lanmò. Ka yo gaye nan tout mond lan, ak plis ka rapòte chak jou.

Ki sitiyasyon aktyèl KOVID-19 lan nan Maryland?

Enfòmasyon ajou sou tès ak ka ki konte yo nan Maryland disponib nan coronavirus.maryland.gov. Paj la mete ajou chak jou.

Nan dat 13 me, Gouvènè Larry Hogan te anonse kòmansman Premye Etap '[Maryland Fòs: Fèy wout pou relanse](#), ' ki gen ladan faz yon lòd rete nan kay pou rive nan konsèy sektè piblik sou Sekerite Kay, ouvèti Vant an Detay, fabrikasyon, kay pou adore, ak kèk sèvis pèsònèl.

5 jen, Maryland te pase nan Dezyèm Etap nan rekiperasyon ak relouvèti san danje epi gradyèl nan lye travay yo ak biznis ki pa esansyèl. Lòt relouvèti nan dezyèm Etap la te anonse pou 10 jen, sa ki pèmèt moun manje andedan epi amize yo deyò 12 jen.

Sal espò ak jimnaz, kazino, galri, ak sant komèsyal yo relouvri, ak kèk lekòl epi aktivite swen pou timoun yo rekòmanse 19 jen. Li lòdla nan <https://governor.maryland.gov/wp-content/uploads/2020/06/Gatherings-NINTH-AMENDED-6.10.20.pdf>.

Menm jan ak Premye Etap la, Dezyèm Etap la ap aplike yon apwòch fleksib, yon apwòch kominotè ki bay chak jiridiksyon yo pouvwa pou yo deside sou tan an pou relouvri. Pou reouvèti estati jiridik Maryland la, tanpri vizite <https://governor.maryland.gov/recovery/>

Yo avèti moun ki ap viv Maryland yo, pou yo koute tout konsèy sante leta lokal yo ap bay:

- Tout moun ki ap viv Maryland yo toujou pi an sekirite nan kay yo, sitou moun ki granmoun yo ak moun ki pi vilnerab yo
- Anplwayè yo ta dwe kontinye ankoraje travay lakay pou anplwaye yo chak fwa li posib
- Moun ki ap viv Maryland yo pa ta dwe itilize transpò piblik, sèl si li nesèsè
- Tout moun ta dwe kontinye pote mask oswa kouvri figi yo nan piblik, biznis, ak nan transpò piblik
- Moun ki ap viv Maryland yo ta dwe kontinye pratike distans fizik, rete 2 mètr lwen lot moun lè sa posib, epi ta dwe evite tout gwo rasanbleman yo

Enfòmasyon sou kontinyèl repons administrasyon Hogan sou KOVID-19 lan disponib nan <https://governor.maryland.gov/coronavirus/>.

Ki faktè risk pou maladi grav KOVID-19 la lakòz?

Tout moun nan risk pou COVID-19. Tout fwa, sentòm yo ka varye ant lejè ak grav epi ka gen konplikasyon diferan pou chak moun.

Gran moun, ki gen 60 lane oswa pi plis, ak moun ki gentan gen kondisyon medikal gen yon pi gwo risk pou gen maladi grav ki gen pou wè ak KOVID-19. Kèk egzanp kondisyon medikal gen ladan: kansè, dyabèt, maladi kè oswa lòt kondisyon ki afekte kapasite sistèm iminitè a nan goumen ak jèm yo.

Pandan granmoun ak moun ki gen kondisyon medikal yo gen pi gwo risk, done aktyèl MDH montre ke majorite nan enfeksyon yo se granmoun ki poko gen 60 lane. Moun ki gen tout laj bezwen pratike distans sosyal pou anpeche pwopagasyon KOVID-19.

Kijan KOVID-19 la gaye?

- Ant moun ki nan kontak sere youn ak lòt (nan apeprè 6 pye)
- Atravè ti gout respiratwa ki pwodwi lè yon moun ki enfekte touse, estènnye oswa chita pale
- Ti gout sa yo ka ateri nan bouch oswa nan nen plizyè moun ki tou prè oswa ki ka petèt respire nan poumon yo
- Gen kèk moun ki pa gen sentòm yo men ki kapab simaye viris la. Meyè fason pou anpeche maladi a se, evite ekspozè ou nan KOVID-19 lan.

Ki plizyè sentòm KOVID-19 lan genyen?

Sentòm yo, oswa konbinezon sentòm yo, ki ka parèt 2 jiska 14 jou apre ekspozisyon yo enkli:

- Tous
- Souf kout oswa difikilte pou respire
- Fyè
- Frison
- Fatig
- Doulè nan misk
- Gòj fè mal
- Nen bouche oswa nen k ap koule
- Nouvo pèt nan gou oswa pran sant
- Nan ka ki pi grav, nemoni (enfeksyon nan poumon yo)

Lòt sentòm ki mwens komen yo te repòte, ki gen ladan sentòm gastwoentestinal tankou kè plen, vomisman oswa dyare.

Kisa m dwe fè si mwen panse m gen KOVID-19?

Si ou vin malad ak lafyè, tous oswa gen difikilte pou respire, kontakte founisè swen sante ou, sitou si ou gen plis pase 60 lane oswa ou gen kondisyon medikal. Si ou pa gen yon founisè swen sante, kontakte depatman sante lokal ou a. Swiv etap sa yo:

- Rele founisè swen sante ou, depatman sante lokal ou oswa sal ijis anvan ou ale
- Di yo sou sentòm ou yo, nenpòt ki dènye vwayaj ak kontak pwòch ou (tankou moun ki nan kay ou)
- Mete yon mask

Si yon moun gen KOVID-19, sa ki pral rive yo?

Pifò moun refè de enfeksyon sa a. Pifò moun yo gen sentòm lejè oswa entèmedyè. Yo ka konseye pifò moun refè lakay yo epi izole tèt yo lwen lòt moun. Moun sa yo ta dwe rele doktè yo oswa moun swen sante yo si sentòm yo vin pi mal.

Kèk enfeksyon COVID-19 ka lakòz maladi grav, epi nan kèk ka lanmò. Si yon moun gen yon maladi ki pi grav ki soti nan KOVID-19, yo ka rantre yo nan lopital la.

Èske mwen ta dwe itilize yon mask figi?

Nan dat 29 avril, Gouvènè Hogan te anonse pwolonjman dekrè pou tout moun mete mask nan tout eta a ki an vigè depi 18 avril. Depi 31 Jiyè a 5 pm, mask nan figi obligatwa nan zòn piblik ki deyò, nenpòt lè li pa posib pou kenbe distans fizik. Li dekrè a sou

<https://governor.maryland.gov/wp-content/uploads/2020/07/Gatherings-10th-AMENDED-7.29.20.pdf>

Kouvèti twal figi yo ka fèt ak atik ki sòti nan kay la epi gen ladan mete yon echap oswa bando ki kouvri nen an ak bouch ou. CDC a gen konseye pedagogik avèk enstriksyon detaye konsènan kouvèti twal figi endijèn, disponib nan

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>

Ou pa ta dwe mete kouvèti fasyal sou moso twal sou jenn timoun ki poko gen 2 zan, nenpòt ki moun ki gen pwoblèm pou l respire, oswa ki san konesans, enkapab oswa pa kapab retire mask la san asistans. Moun ki gen andikap ki pa ka mete yon mask, yo resevwa akomodasyon rezonab dapre Lwa sou Ameriken ki Andikape yo.

Twal pwoteksyon vizaj ki rekòmande yo, yo pa mask chirijikal oswa mask respiratè N-95. Sa yo se pwovizyon kritik ki dwe kontinye ap rezève pou travayè swen sante yo ak lòt medikal premye sekouris, jan yo rekòmande oryantasyon yo pa aktyèl gid CDC.

Èske mwen ta dwe anile plan vwayaj la?

MDH te fè sòti yon nòt sou sante piblik pou vwayaj andeyò eta a. Selon nòt la, yo fòmèlman konseye moun Maryland pou yo pa ale nan eta ki gen to ka pozitif yo 10% oswa pi wo. Nenpòt moun ki sòti nan eta sa yo ta dwe fè tès epi mete tèt yo nan karantèn pandan y ap tann rezilta yo.

Nòt sou sante piblik la aplike pou vwayaj pèsònèl, fanmi oswa biznis sou nenpòt fòm. Yo konseye moun Maryland yo pou yo ranvwaye oswa anile vwayaj nan zòn sa yo jouk pousantaj ka pozitif yo bese. Li nòt sou vwayaj la nan

<https://phpa.health.maryland.gov/Documents/07.29.2020%20-%20MDH%20Notice%20-%20Out%20of%20State%20Travel%20Advisory.pdf>.

Vizite paj konsiltasyon vwayaj CDC sou vwayaj domestik yo:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-in-the-us.html>

Nan moman sa a, CDC rekòmande pou vwayajè evite tout vwayaj entènasyonal ki pa nesesè. Si ou dwe vwayaje:

- Evite kontak ak moun ki malad.
- Mete yon mask pou kouvri figi ou an piblik.
- Evite manyen je w, nen w, ak bouch ou.
- Lave men w yo souvan avèk savon ak dlo pandan omwen 20 segonn. Si savon ak dlo yo pa disponib, itilize yon dezenfektan pou men ki gen alkòl ki gen omwen 60% alkòl.
- Li enpòtan sitou pou netwaye men ou apre ou fin ale nan twalèt la; anvan yo manje; epi apre ou finn touse, etènye oswa mouche nen ou.
- Evite kontak pwòch avèk lòt moun.
- Evite vwayaje si ou malad.

Moun ki gen pi gwo risk pou maladi grav yo, yo konseye yo evite vwayaj ki pa nesesè.

CDC a rekòmande pou vwayajè yo [ranvwaye tout vwayaj nan bato kwazyè atravè lemond](#).

Vizite sit konsiltasyon vwayaj CDC a pou tcheke avètisman sou vwayaj aktyèl si w ap planifye yon vwayaj aletranje: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>.

Kisa mwen ka fè pou pwoteje tèt mwen ak lòt moun yo?

Pran mezi prevansyon chak jou pou ralanti pwopagasyon KOVID-19:

- Lave men ou souvan avèk savon ak dlo cho pandan omwen 20 segonn
- Itilize yon dezenfektan ki gen pou pi piti 60 pousan alkòl si dlo ak savon pa disponib
- Kouvri bouch ou lè w ap touse ak lew ap estène avèk yon mouchwa oswa avèk koud ou
- Evite manyen je w, nen w, ak bouch ou
- Netwaye epi dezenfekte objè ak sifas ke yo manyen souvan yo avèk pratik netwayaj estanda yo
- Pratike distans sosyal - kenbe distans ant tèt ou ak lòt moun epi evite foul moun
- Kouvri bouch ou ak nen ou avèk yon kouvèti twal lè ou nan mitan moun
- Evite Kole ak moun ki malad
- Si ou malad, rete lakay ou, eksepte lè w ap chèche swen medikal

Ki sa ki distans sosyal la?

Pi bon fason pou ralanti pwopagasyon KOVID-19 se nan “distans sosyal”, ki vle di evite kontak sere avèk lòt moun. Sosyal distans ka pran plizyè fòm, tou depann de vi ou ak fanmi ou oswa sitiyasyon k ap viv. Distans Sosyal ka enkli abitud sa yo ak etap sa yo:

- Evite bay la men, anbrase ak lòt kalite salitasyon entim
- Evite vwayaj ki pa nesèsè (founisè swen sante ou a ka gen konsèy espesifik pou sitiyasyon ou a)
- Evite foul moun, espesyalman nan espas ki kwense yo
- Travay nan kay si li posib nan sitiyasyon travay ou
- Evite komisyon ki pa nesèsè — konsidere fason pou ou gen atik esansyèl yo, tankou manje ak lòt founiti pou kay, ki te pote ou nan sèvis livrezon oswa nan rezofanmi oswa rezo sosyal yo

Li rekòmande pou moun ki gen gwo risk pou yo vin malad grav akòz KOVID-19 la rete lakay yo si li posib epi kontakte founisè swen sante yo.

Pandan ke distans sosyal epi pwòp tèt ou an karantèn yo nesèsè pou limite ak kontwòl pwopagasyon maladi a, koneksyon sosyal la enpòtan. Resous Elektronik yo ka epi ta dwe itilize pandan tan sa a. Pale ak zanmi w yo epi fanmi ou yo sou telefòn oswa sou videyo pou rete konekte.

Èske gen yon vaksen oswa medikaman mwen ka jwenn pou KOVID-19?

Poko genyen, paske KOVID-19 se yon nouvo maladi. Tout fwa, anpil ekspè ap travay pou devlope yon youn. Menm jan ak nenpòt nouvo vaksen, yo dwe teste li pou asire yo ke li san danje epi efikas. Li ka pran plis pase yon lane pou yon vaksen KOVID-19 vin disponib.

Pa gen okenn medikaman espesifik ki disponib pou geri KOVID-19 la tou. Tout fwa, moun ki gen KOVID-19 yo ta dwe chèche swen medikal pou ede diminye gravite sentòm yo.

Kijan mwen ka prepare m byen pou KOVID-19?

- Genyen yon bon kantite medikaman ki pa preskriptif ak lòt founiti pou lasante nan men ou, tankou medikaman pou soulaje doulè, remèd pou lestomak, tous ak medikaman pou rim
- Tcheke medikaman ou preskri regilyèman pou asire w ke ou gen yon rezèv apwopriye; renouvle medikaman preskripsyon ou yo si sa nesesè
- Gen yon tèmomèt, tisi ak dezenfektan pou men pou si ou ta vin malad epi ou ta dwe rete nan kay la pou refè
- Pale ak manm fanmi yo ak moun ou renmen yo sou kijan yo ta dwe pran swen yo pou si yo ta vin malad epi kisa yo pral bezwen pou pran swen lakay yo
- Fè fason pou dlo ak manje disponib pou de semèn nan kay la

Eske mwen ka fè tès pou KOVID-19?

Ofisyèl leta yo ankouraje nenpòt moun ki vle fè tès pou KOVID-19 fèl, menm [moun ki pa gen sentòm yo](#).

Pou plis enfòmasyon sou tès KOVID-19 yo epi yon lis kote yo fè tès nan Maryland, tanpri vizite covidtest.maryland.gov.

Èske depatman Sante Maryland la pral teste bèt pou coronavirus?

Dapre règleman federal aktyèl la, Depatman Sante Maryland lan pa pral teste popilasyon bèt yo an jeneral. Pou kounya, pa gen okenn prèv ki montre ke bèt domestik yo, ki gen ladan yo bèt kay, ka gaye viris SARS-CoV-2 (KOVID-19) la. Kòm sitiasyon an ap evolye, ofisyèl sante piblik ak bèt ka decide tès kèk bèt pou pran prekosyon. Desizyon pou teste a ap fèt avèk kolaborasyon ofisyèl lokal yo, eta ak / oswa federal sante piblik ak ofisyèl sante bèt yo.

Pou plis enfòmasyon, tanpri vizite paj entènèt AVMA COVID-19 la nan <https://www.avma.org/resources-tools/animal-health-and-welfare/covid-19>.

Èske gen lòt bagay mwen ta dwe konnen?

Pa kondame moun pou etnik li oswa pou ras li. Viris yo pa sible moun ki soti nan yon popilasyon espesifik, gwoup etnik oswa ras.

Rete enfòm epi chèche enfòmasyon nan sous ofisyèl serye. Se pou w veye mit yo, rimè kap kouri ak move enfòmasyon ki ap sikile sou entènèt ak lòt kote. Enfòmasyon sou sante ki pataje nan medya sosyal yo souvan pa kòrèk, sòf si li soti nan yon sous ofisyèl, serye tankou CDC, MDH oswa depatman sante lokal yo.

Èske gen resous adisyonèl ki disponib pou gwoup espesifik, tankou biznis yo?

CDC bay enfòmasyon aktyèl sou KOVID-19 la nan [cdc.gov](https://www.cdc.gov).

Biznis yo

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/guidance-business-response.html>

Fanm ansent, moun ki ap bay tete, epi timoun yo

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/pregnant-women.html>

Vwayajè yo

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/faqs.html>

Mizajou chak semèn

Pou resevwa imèl chak semèn sou KOVID-19, antre nan adrès imèl ou epi tape "KOVID-19" nan bwat rechèch adrès URL sa a:

https://tools.cdc.gov/campaignproxyservice/subscriptions.aspx?topic_id=USCDC_2067