



Kesyon yo Poze Souvan: Maladi Koronavirus 2019 (KOVID-19) ak Granmoun Aje yo

Mizajou, 8 Oktòb 2020

Anba direksyon Gouvènè Larry Hogan, ajans eta yo kontinye devlope plan kont 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, nan bay dènye enfòmasyon yo pandan sitiyasyon sa a devlope ak enfòmasyon ki egzistat 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 lan, se yon nouvo viris ki potko janm koze maladi nan moun ki te egziste anvan yo.

Atravè lemond, KOVID-19 te lakòz dè milye de enfeksyon, sa ki lakòz maladi ak nan kèk ka lanmò. Ka yo gaye nan tout peyi ki nan mond lan, epi plis ka rapòte chak jou.

Kijan KOVID-19 la gaye?

Yo kwè COVID-19 la gaye sitou nan kontak pwòch moun-a-moun, ki gen ladan moun ki fizikman fèmen youn ak lòt (nan yon reyon apeprè 1 mè). Moun ki enfekte men ki pa gen sentòm kapab pase viris la bay lòt moun tou.

- - COVID-19 pi souvan gaye nan kontak sere
 - Moun ki fizikman tou pre (nan 6 pye), oswa ki gen kontak dirèk avèk, yon moun ki gen COVID-19 yo nan pi gwo risk pou enfeksyon.
 - Lè moun ki gen COVID-19 touse, etènye, chante, pale oswa respire, yo pwodwi ti gout respiratwa.
 - Enfeksyon prensipalman rive nan ekspozè a ti gout respiratwa lè yon moun gen kontak sere avèk yon moun ki gen COVID-19.

- Ti gout respiratwa lakòz enfeksyon lè yo respire oswa depoze sou manbràn mizez, tankou sa yo ki liy anndan an nan nen an ak bouch ou.
- COVID-19 ka pafwa transmèt pa lè
- Gen prèyè ki montre nan sèten kondisyon, moun ki gen COVID-19 parèt yo te enfekte lòt moun plis pase yon mèt lwen nan espas fèmèn ak vantilasyon ensifizan.
- Kantite ti gout ak patikil enfeksyon ki te pwodwi pa moun ki gen COVID-19 te vin konsantre ase pou transmèt viris la bay lòt moun. Moun ki enfekte yo te nan menm espas la pou menm tan an oswa touswit apre moun ki gen COVID-19 la.
- Done ki disponib endike ke li pi komen pou viris ki lakòz COVID-19 la gaye nan kontak sere avèk yon moun ki gen COVID-19 plis pase nan transmisyon ayeryèn.

Ki plizyè sentòm COVID-19 lan genyen?

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

- Lafyèy oswa frison
- Tous
- Souf kout oswa difikilte pou respire
- Fatig
- Misk oswa kò fè mal
- Tèt fè mal
- Nouvo pèt gou oswa paka pran sant
- Gòj fè mal
- Nen bouche oswa nen ki ap koule
- Noze oswa vomisman
- Dyare

Ki sitiyasyon aktyèl COVID-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 re-ouvèti nan kad Dezyèm Etap late anonse nan 10 jen, sa ki pèmèt manje yo andedan kay la ak amiz deyò yo rekòmanse sou jen 12.

Nan jou ki te vandredi 5 septanm nan, Merilann te kite Etap De pou pase nan Etap Twa nan ‘objektif pou relanse Maryland Strong nan’ ak reouvèti tikras pa tikras lòt espas sekirize pou kèk aktivite, akondisyon y ap kenbe distans sosyal yo epi y ap mete kachnen. Twazyèm etap la ap fèt an plizyè faz nan yon apwòch fleksib e kominotè k ap bay chak teritwa otorizasyon pou pran desizyon ki gen rapò ak dat reouvèti yo. Pou nivo reouvèti teritwa eta Merilann nan, tanpri vizite <https://governor.maryland.gov/recovery/>.

Granmoun aje yo ak moun ki gen problèm sante, ki vilnerab a maladi grav nan KOVID-19, yo fòtman yo rekòmande pou yo rete lakay yo otank posib. Anplwayè yo ta dwe kontinye teletravay pou anplwaye yo lè sa posib ak moun ki ka travay nan kay yo ta dwe kontinye fè sa. Tout mounn ki rete nan Maryland yo ta dwe kontinye mete mask andedan zòn piblik yo, magazen an detay, ak sou transpò piblik.

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

Èske granmoun aje yo gen yon pi gwo risk pou yo malad pi grav nan KOVID-19?

Granmoun aje (160 ane ak plis) ak moun ki gen plizyè kondisyon medikal ke yo konnen deja gen yon pi gwo risk pou yo malad grav, ak nan kèk ka lanmò, si yo vin enfekte nan KOVID-19. Men kèk egzanp sou kondisyon medikal egziste deja yo gen ladan: kansè, dyabèt, maladi kè oswa lòt kondisyon ki gen enpak sou kapasite sistèm iminitè a nan konbat mikwòb yo.

Si ou se yon granmoun aje ki souffri youn oswa plizyè kondisyon sante kwonik, ou ka pran aksyon pou diminye risk pou ou nan ekspozè nan KOVID-19 lan:

- Pran prekosyon chak jou pou kenbe espas ant ou menm ak lòt moun yo
- Rete lwen lòt moun ki malad yo, limite kontak sere epi lave men ou souvan ak savon ak dlo oswa dezenfektan men avèk omwen 60 pousan kontni alkòl
- Evite foul moun otan ke posib

Èske mwen ta dwe itilize yon mask figi?

Nan dat 1ye Septanm, Gouvènè Hogan te anonse lòt chanjman, apati 18 Avril, yo te mande pou moun pote mas nan tout peyi a. Tout moun ki abite Merilann ki gen plis pase 5 ane ta dwe kontinye mete kachnen anndan espas piblik yo, nan magazen ki vann an detay yo, lè yo deyò e yo pa ka kenbe distans sosyal yo, ak lè yo nan transpò piblik. Yo mande pou mete kachnen nan biwo doktè yo ak dantis yo, nan lopital yo, nan famasi yo, ak nan laboratwa yo; epi nan travay nan nenpòt zòn kote li posib pou gen dyalòg menmjan sa ye nan espas kote yo pataje biwo komèsyal yo. Pou w ka pi byen pwoteje tèt ou kont enfeksyon, kachnen yo ta dwe kouvri ni nen w ni babin ou. Li dekrè a sou <https://governor.maryland.gov/wp-content/uploads/2020/09/Gatherings-12th-AMENDED-9.1.20.pdf>

Kouvèti twalf igiy o ka fèta ka tikk i sòti nank ayl ae pig enl adanm ete 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 medical premye sekouris, jan yo rekòmande oryantasyon yo pa aktyèl gid CDC. CDC a te di tou nou ta dwe evite mete kachnen ki gen vantilatè yo.

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>.

Pou kounye a, CDC a fè konnen vwayaje ogmante posiblite w genyen pou w pran e pou w simaye KOVID-19 la. Rete lakay ou se pi bon mwayen ki genyen pou w pwoteje tèt ou ak lòt moun kont KOVID-19 la.

CDC a fè konnen: ou ka pran KOVID-19 pandan w ap vwayaje. Ou ka santi w byen epi w pa gen okenn nan sentom yo, sepandan ou ka kontinye ap simaye KOVID-19 bay lòt moun. Ou menm ak kolèg travay ou yo (sa gen ladan l [timoun yo](#)) ka simaye KOVID-19 bay lòt moun sa gen ladan l fanmi w, zanmi w yo, ak nan kominote kote w te pase 14 jou apre w te fin ekspoze ak viris la.

Pa vwayaje si [w malad](#) oswa [si w te nan anviwonman yon moun ki te gen KOVID-19 la nan 14 jou ki sot pase yo](#). Pa vwayaje ak yon moun ki malad.

Si ou dwe vwayaje:

- Evite kontak ak moun ki malad.
- Mete yon mask pou kouvri figi ou an piblik.
- Evite manyen zye ou, nen ou, oswa bouch ou avèk men ki pa lave.
- 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 vwayaje si ou malad.

Moun ki gen pi gwo risk pou maladi grav yo, yo avize ke yo dwe evite tout vwayaj ki pa esansyèl.

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 prepare pou KOVID-19?

Granmoun aje yo, yo avize yo pou prepare nan fason sa yo:

- Tcheke medikaman ou preskri regilyèman pou asire w ke ou gen yon rezèv
- apwopriye; renouvle medikaman preskripsyon ou yo si sa nesesè
- Gen yon bon kantite medikaman san preskripsyon ak lòt founiti sante, tankou
- soulaje doulè, remèd nan lestomak, tous ak medikaman pou grip.
- Gen ase atik domestik pou kay, pwovizyon, ak dlo konsa wap prepare pou rete nan kay la
- Konsidere plizyè fason pou w pote manje lakay ou nan rezo fanmi, sosyal oswa komèsyal si ou oblije rete lakay ou pou plis tan ke materyèl ou yo pèmèt
- Rete an kontak ak lòt moun pa telefòn oswa imèl; ou ka bezwen mande èd nan
- men zanmi, fanmi, vwazen, travayè sante kominotè, elatriye si ou vin malad
- Detèmine ki moun ki ka ba ou swen si moun kap pran swen ou an ta vin malad
- Pratike distans sosyal - kenbe distans ant tèt ou ak lòt moun

Lave men ou apre ou finn mete pwovizyon yo anndan, manyen lajan oswa manyen nenpòt bagay ki soti deyò kay la. Lave men ou souvan avèk savon ak dlo pandan omwen 20 segonn, sitou apre ou fin mouche nen ou, touse, oswa etènnye, oswa si ou te nan yon plas 5 piblik. Mande nenpòt ki moun k ap antre nan kay ou a pou yo lave men yo lè yap antre.

Sèvi ak pwodwi netwayaj komèsyal yo pou siye tout kote ou manyen souvan, tankou:

- Baton andikape yo, chèz pou mache, sipò chèz woulan, manch pou pouse chèz epi pou frennen
- Fren bekan ak men epi chèz pou twalèt, tiyo dlo yo, seri ki nan pòt yo, ak manch pòt frijidè yo
- Manch pou ranmase oubyen pran yon bagay epi bwat konprime yo
- Telefòn, telekomand ak switch limyè

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 sityasyon 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 nesesè (founisè swen sante ou a ka gen konsèy espesifik pou sityasyon ou a)
- Evite foul moun, espesyalman nan espas ki kwense yo
- Evite komisyon ki pa nesesè — konsidere fason pou ou gen atik esansyèl yo, tankou manje ak lòt founiti pou kay, ki te pote ou nan sèvis livrezon oswa nan rezo fanmi oswa rezo sosyal yo

Pou granmoun aje, distans sosyal enpòtan sitou paske yo se yon gwoup ki pi gen gwo risk. Li rekòmande pou moun ki gen gwo risk pou yo vin malad grav nan KOVID-19 la rete lakay yo otank posib.

Pandan ke distans sosyal epi pwòp tèt ou an karantèn yo nesesè pou limite ak kontwole 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.

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

Si ou montre nenpòt nan sentòm KOVID-19 la, rele founisè swen sante ou a epi mande sou pwochen etap yo. Si ou pa gen yon founisè swen sante, kontakte depatman sante lokal ou a.

Kisa mwen ka fè pou sipòte granmoun aje yo?

- Konnen ki medikaman ke granmounn ki pwòch ou an ap pran epi kontakte yo mande yo si yo bezwen renouvèlman medikaman oswa yon pwovizyon pwolonje nan medikaman an
- Pale avèk nenpòt ki ansyen zanmi oswa manm fanmi an regilyèman pa imel oswa telefòn pou wè si yo bezwen asistans, manje, dlo oswa lòt founiti. Toujou lave men ou epi kenbe yon distans ki an sekirite lè w ap vizite.
- Si yon moun ou renmen ap viv nan yon etablisman swen, kontwole sitiyasyon 6 an — mande etablisman an sou pwotokòl li yo si gen yon epidemi ak kòman sante lòt rezidan yo ye