

# PHAPANO GARE GA MOKGOHLWANE, MPSHIKELA WA SETLWAEDI LE COVID-19



#UnityinAction



CDC e re le ge COVID-19, mokgohlwane le mpshikela di na le dika tša go swana, go sa kgonege go hlatha diphapano gare ga boraro bjo.

Tafola ye e laetša dika tša COVID-19, mokgohlwane, le tša mpshikela.

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/coronavirus-vs-flu#symptoms>

\*Go akaretšwa go thothomela gwa go tla le go tšhabelelwa ke phefo

|                                                    | COVID-19            | MOKGOHLWANE          | MPSHIKELA                |
|----------------------------------------------------|---------------------|----------------------|--------------------------|
| <b>Nako ya go iphihla ga tshwaetšo</b>             | Matšatši a 2-14     | Matšatši a 1 - 4     | Matšatši a 1 - 3         |
| <b>Go thoma ga dika</b>                            | Ga nnyane ga nnyane | Ga teetee            | Ga nnyane ga nnyane      |
| <b>Go gohlola</b>                                  | Go tlwaelegile      | Go tlwaelegile       | Ga nnyane go ya magareng |
| <b>Go felelwa ke moya</b>                          | Go tlwaelegile      | Nako tše dingwe      | Ga nnyane                |
| <b>Letadi</b>                                      | Go tlwaelegile      | Go tlwaelegile       | Ga go a tlwaelega        |
| <b>Go lapa</b>                                     | Go tlwaelegile      | Go tlwaelegile       | Nako tše dingwe          |
| <b>Go ela mamina</b>                               | Nako tše dingwe     | Nako tše dingwe      | Go tlwaelegile           |
| <b>Go thibana dinko</b>                            | Nako tše dingwe     | Nako tše dingwe      | Go tlwaelegile           |
| <b>Letšhologo</b>                                  | Nako tše dingwe     | Nako tše dingwe      | Ga go a tlwaelega        |
| <b>Mmele wo bohloko</b>                            | Nako tše dingwe     | Go tlwaelegile       | Ga nnyane                |
| <b>Mogolo wo bohloko</b>                           | Nako tše dingwe     | Nako tše dingwe      | Go tlwaelegile           |
| <b>Go opša ke hlogo</b>                            | Nako tše dingwe     | Go tlwaelegile       | Ga go a tlwaelega        |
| <b>Go felelwa ke takatšo ya dijo</b>               | Nako tše dingwe     | Go tlwaelegile       | Nako tše dingwe          |
| <b>Mathata a go hema</b>                           | Go tlwaelegile      | Nako tše dingwe      | Nako tše dingwe          |
| <b>Go tšhabelelwa ke phefo</b>                     | Nako tše dingwe*    | Go tlwaelegile botse | Ga go a tlwaelega        |
| <b>G lahlegelwa ke dikwi tša tatso goba monkgo</b> | Nako tše dingwe     | Nako tše dingwe      | Nako tše dingwe          |

## Go dirwa diteko tša COVID-19 le tšeo o swanetšego go di dira ge e ba o tshwaeditšwe

“Dikgato tša thibelo ya go phatlalala ga COVID-19 ge o lwala Go thibela go phatlalala ga COVID-19 dira tše di latelago:



- Apara sebi pamolo le nko.



- Hlapa diatla tša gago kgafetšakgafetša.



- Hlwekiša mafelo ao a kgomiwago kudu tšatši ka tšatši.



- Dula ka gae.



- Khupetša molomo ge o gohlola goba nko ge o thimola.

### O se ke wa abelana ka didirišwa tša ka lapeng la gago:



- O se ke wa abelana ka dibjana, digalase tša dino, dikomikana, didirišwa tša go ja, ditoulo, goba malakane le batho ba bangwe ka legaeng la gago.

### Ge e sa ikwe botse latela dikgato tše di latelago:



- Dula ka gae ntle le ge o eya go nyaka thušo ya maphelo.
- Batho ba bantši bao ba nago le COVID-19 ba lwala gannyanane gomme ba ka fola ba le ka gae.
- Ikhutše gomme o nwe diela.
- Letša mogala pele o hwetša thušo ya maphelo.

### Ela hloko dika tša gago



- Dika tša COVID-19 di akaretša letadi, go gohlola, go felelwa ke moya, le tše dingwe.
- Latela ditaelo tša ngaka ya gago le tša kgoro ya maphelo ya tikologo.

### Dulela kgole le batho ba bangwe le diruiwaratwa ka gae



- Dula ka kamoreng ye e rilego ka kudu ka mo go kgonegago.
- Dulela kgole le batho ba bangwe le diruiwaratwa ka gae.
- Ge go kgonega, šomiša ntwana ya gago ya boithomelo le go hlapela o nnoši.
- Ge o nyaka go ba le batho ba bangwe le diphoofolo ka gae goba ka ntle apara sebi pamolomo le nko.

### Ke neng mo o swanetše go nyaka thušo ya maphelo ya tšhoganyetšo?



Ge motho a na le sehlabi sa go se okobale kgareng.



Ge motho a sa tsoge goba a sa kgone go dula a tsogile.



Ge dipounama goba letlalo la motho le le lesehla, goba le eya botaleng.