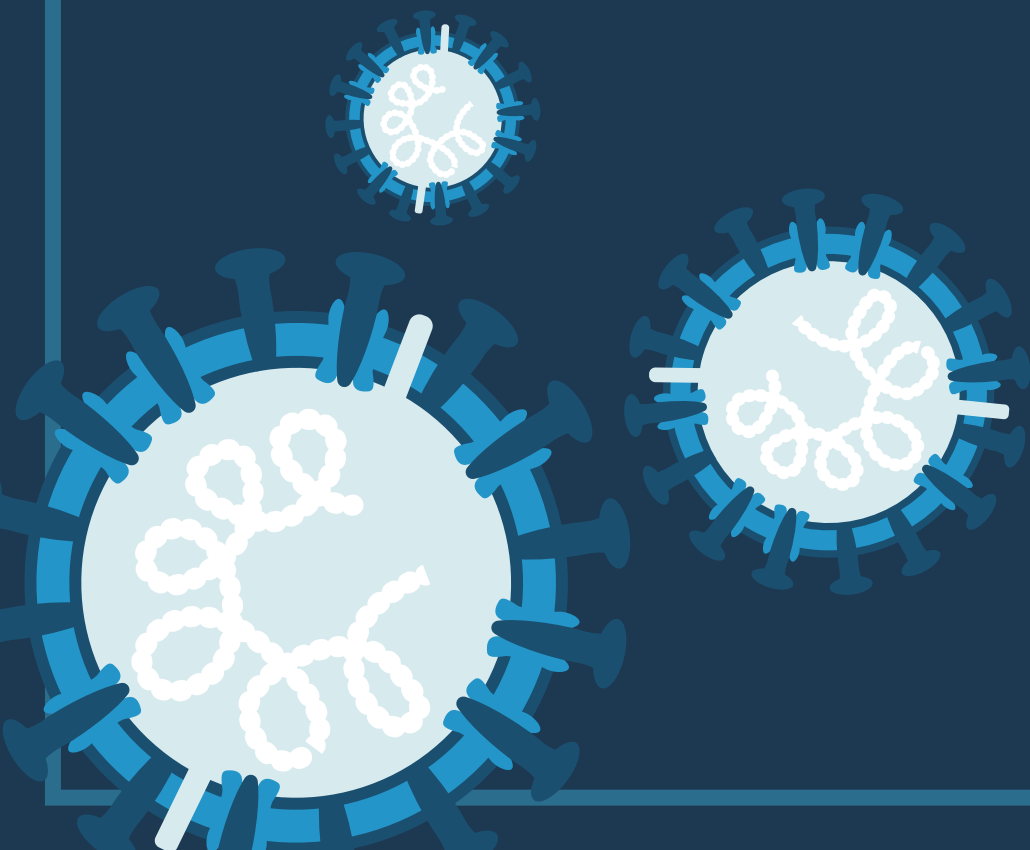


COVID-19

Informazzjoni ġenerali





Għal mistoqsijiet relatati ma' saħħa żur is-sit
covid19health.gov.mt

© 2020



X'inhuma l-Coronaviruses?

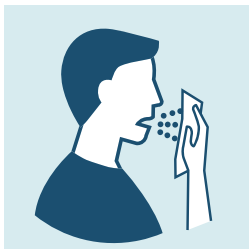
Coronaviruses huma familja kbira ta' *viruses* li jikkawżaw mard li jvarja minn riħ komuni għal mard aktar sever. Il-*virus* li jikkawża COVID-19 huwa tip ġdid ta' *Coronavirus*.

X'inhuma s-sintomi ta' COVID-19?

L-aktar sintomi komuni huma:



deni u/jew



sogħla u/jew



qtuġh ta' nifs

Kemm hu twil il-perjodu biex jiżviluppaw is-sintomi?

Il-perjodu ta' inkubazzjoni, jiġifieri ż-żmien minn meta wieħed jiġi espost u meta jidhru l-ewwel sintomi, jista' jkun ta' bejn jumejn u 14-il gurnata.

Kif jinfirex il-COVID-19 coronavirus?

COVID-19 jinfirex minn persuna għal oħra minn qtar li joħroġ mill-imnieħer jew mill-ħalq ta' persuna marida bil-COVID-19 meta din tisgħol jew tagħtas.

Dan il-qtar jista' jibqa' jippersisti meta jaqa' fuq oġġetti jew ucuħ ta' oġġetti li jkunu qrib il-persuna kkonċernata. Tista' sseħħ infezzjoni bil-*virus* li jikkawża COVID-19 jekk tmiss dawn l-oġġetti jew ucuħ ta' oġġetti u mbagħad tmiss għajnejk, imnieħrek jew ħalqek. COVID-19 jista' jittieħed ukoll meta tkun qrib persuna marida meta din tkun għadha kemm sogħlot jew għatset. Għalhekk huwa importanti li min ikun marid jibqa' d-dar. Żomm bogħod mill-inqas żewġ metri minn persuna oħra u li dejjem żomm f'moħħok l-miżuri bażiċi ta' iġjene.

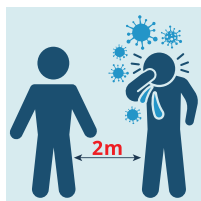
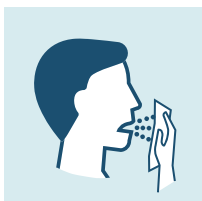
Hemm xi trattament jew vaċċin?

Ma jeżisti l-ebda trattament speċifiku. Kura mogħtija minn tabib hija biex tikkontrolla s-sintomi. Bħalissa hemm 4 vaċċini li ġew approvati mill-Awtorità Ewropea għall-Mediċini u oħrajn jinsabu fil-proċess li jiġu approvati. Anki jekk tkun imlaqqam, xorta huwa importanti li żżomm distanza fizika ta' 2 metri minn oħrajn, tilbes maskra, taħsel idejk spiss għal mill-inqas 20 sekonda u tevita li tiltaqa' ma' nies barra l-*household* tiegħek. Dan huwa importanti ħafna biex tkun evitata infezzjoni jew ikun hemm aktar tixrid ta' infezzjoni.

Kif niproteġi lili nnifsi?

Biex tiproteġi lilek innifsek u lil oħrajn minn infezzjoni ara li żżomm l-idejn nodfa u jkollok iġjene respiratorja tajba:

- ✓ Aħsel idejk regolarment bis-sapun u l-ilma almenu għal 20 sekonda, u jekk ma jkollokx sapun u ilma uża disinfezzjant *alcohol-based*.
- ✓ Għatti mniefek u ħalqek b'*tissue* jew bin-naħa ta' ġewwa ta' minkbek meta tisgħol jew tagħtas. Iddisponi immedjament minn *tissues* użati.
- ✓ M'għandekx tagħtas jew tisgħol f'idejk għax b'hekk tista' tikkontamina oġġetti jew persuni li tmiss.
- ✓ Evita milli tmiss għajnejk, imniefek u ħalqek qabel ma tkun ħsilt idejk.
- ✓ Żomm 2 metri l-bogħod minn ħaddieħor
- ✓ Ipprova evita milli tmur f'postijiet iffulati fejn tista' tiġi f'kuntatt ma' nies oħrajn. Oqgħod id-dar kemm jista' jkun.
- ✓ Għoqod il-bogħod minn nies vulnerabli bħal l-anzjani u dawk li għandhom xi kundizzjoni medika.



Għandi nilbes maskra jew *visor*?

Barra mir-residenza tagħha, kull persuna għandha, kemm meta tmur f'post fuq ġewwa kif ukoll fuq barra, tilbes maskra medika jew tad-drapp jew *visor* b'mod tajjeb li tgħatti l-imnieġer, il-ħalq u l-geddum. Dan jillimita t-tixrid ta' infezzjoni minn individwi infettati li jistgħu ma jafux li huma infettati, li għadhom ma żviluppawx sintomi jew li jibqgħu bla sintomi. Mill-1 ta' Ġunju, fuq il-bajjiet, maskri jibqgħu rakkomandati iżda mhux obligatorji.

Kwarantina xi tfisser?

Kwarantina tfisser li tibqa' izolat f'darek u li ma toħroġx għall-perjodu ta' 14-il ġurnata meħtieġa għall-izolament. Thallix li jiġu jżuruk nies id-dar. Dawk li jkunu taħt kwarantina għandhom jiċċekkjaw it-temperatura darbtejn kuljum.

Min hu meħtieġ li joqgħod taħt kwarantina mandatorja?

Il-kwarantina mal-wasla f'Malta mhix applikabbli għal dawk li jivvjagġaw mill-corridor countries iżda persuni suspettati jistgħu jiġu mitluba jagħmlu *swab test*.



Vjaġġaturi li jiġu Malta minn pajjiżi fuq il-lista oranġjo jeħtieġu prova ta' PCR COVID-19 *swab test* negattiv magħmul mhux iżjed minn 72 siegħa qabel il-wasla tagħhom.

Persuni identifikati mill-Awtorità tas-Saħħa Pubblika bħala li kellhom kuntatt mill-qrib ma' każijiet konfermati ta' COVID-19 jitpoġġew ukoll taħt kwarantina mandatorja għal 14-il ġurnata.

Persuni taħt kwarantina (wara li jidhlu Malta minn kull pajjiż jew li kellhom kuntatt mill-qrib) jiġu mmultati €3000 kull darba li jinqabdu jiksru il-kwarantina. Każijiet konfermati u nies fl-istess dar jiġu mmultati €10,000.

Dan ifisser li l-familja jew persuni oħrajn li jgħixu miegħi jridu li joqogħdu taħt kwarantina?

Iva, kull min joqgħod fl-istess dar irid joqgħod ukoll taħt kwarantina.

Għal aktar informazzjoni żur is-sit [covid19health.gov.mt](https://www.covid19health.gov.mt)

Għaliex importanti ħafna li tibqa' d-dar?

Li tibqa' d-dar jgħin biex tiproteġi l-ħbieb, il-kollegi u l-komunità kollha. Tkun qed tgħin ukoll biex ikun ikkontrollat it-tixrid tal-*virus*. Li tibqa' d-dar jista' jkun diffiċli jew frustranti, imma hemm affarijiet li tista' tagħmel li jgħinu biex dan ikun iktar faċli. Dan jinkludi:

- ✓ Li titlob l-għajjnuna ta' ħbieb jew qraba biex jwasslulek id-dar dak li għandek bżonn. Tista' tordna l-provvisti *online*. Ara li l-kunsinni jitħallew barra l-bieb tad-dar biex tiġborhom minn hemm.
- ✓ Li żżomm kuntatt ma' qraba jew ħbieb permezz tat-*telephone* jew tal-*media soċjali*.
- ✓ Li żżomm ruġek impenjat billi ssajjar, taqra, titgħallem *online* jew tara films.
- ✓ Li tfittex klassijiet jew korsijiet *online* li juruk kif tagħmel eżerċizzju f'darek.

X'għandi nagħmel jekk niżviluppa s-sintomi?

Jekk tiżviluppa deni, sogħla jew qtugħ ta' nifs:

- ✓ Ibqa' d-dar.
- ✓ TMURX fi kliniċi privati, id-Dipartiment tal-Emerġenza, iċ-Ċentri tas-Saħħa, spiżeriji jew faċilitajiet oħrajn għall-kura tas-saħħa.
- ✓ Ċempel il-*Helpline* tas-Saħħa Pubblika fuq 111 għal parir.

Min ikollu sintomi ta' COVID-19 m'għandux imur għand it-tabib tiegħu, jew f'xi Ċentru tas-Saħħa jew fid-Dipartiment tal-Emerġenza, imma għandu jċempel **COVID-19 Helpline fuq 111**. Kull persuna li jkollha sintomi tkun assessjata fuq bażi individwali qabel l-ittestjar. Kull ittestjar isir biss b'appuntament.