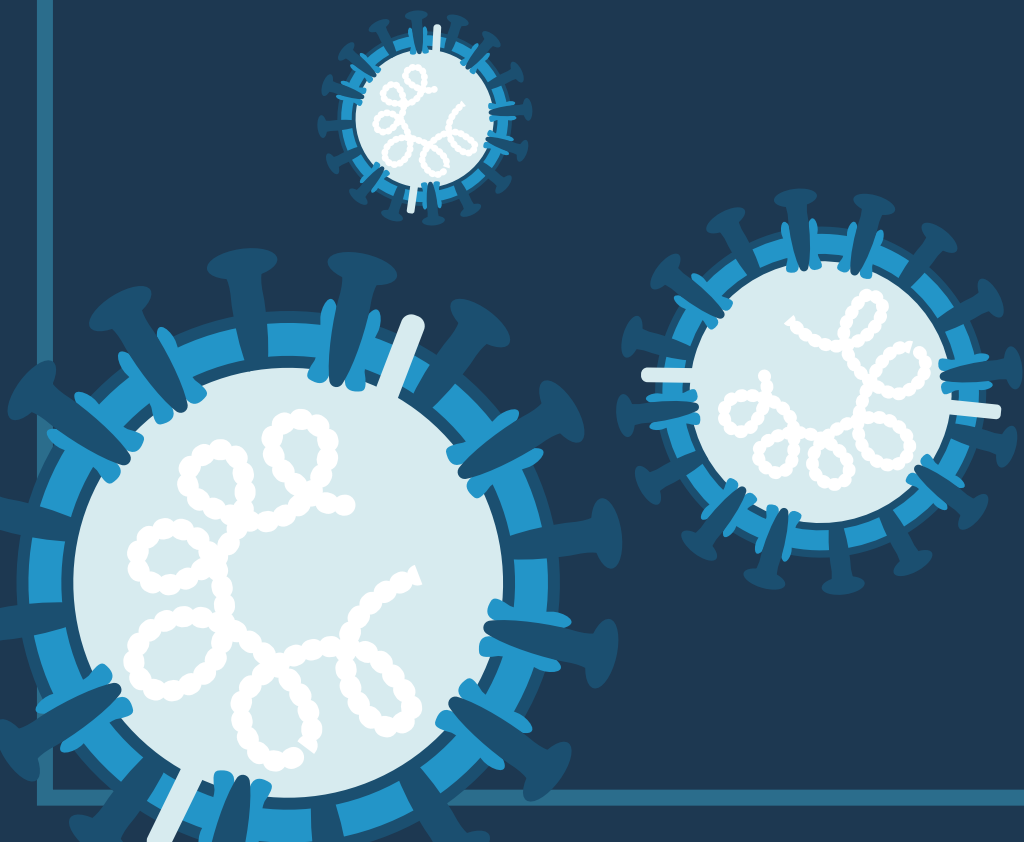


COVID-19

Informazzjoni ġenerali





Għal mistoqsijiet relatati ma' saħħa żur is-sit
[covid19health.gov.mt](https://www.healthpromotion.gov.mt/covid19health.gov.mt)



X'inhuma l-Coronaviruses?

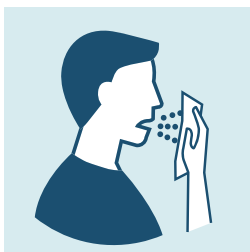
Coronaviruses huma familja kbira ta' *viruses* li jikkawżaw mard li jvarja minn riħ komuni għal mard aktar sever. Il-*virus* li jikkawża COVID-19 huwa tip gdid ta' *Coronavirus*.

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

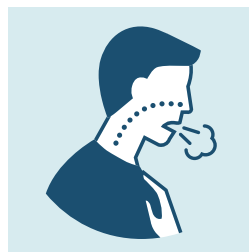
L-aktar sintomi komuni huma:



deni u/jew



sogħla u/jew



qtugħ 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 ġurnata.

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 uçuħ ta' oġġetti li jkunu qrib il-persuna kkonċernata. Tista' sseħħ infezzjoni bil-*virus* li jikkawża COVID-19 jekk tmiss dawn l-oġġetti jew uçuħ 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-mizuri bażiċi ta' iġjene.

Hemm xi trattament jew vaċċin?

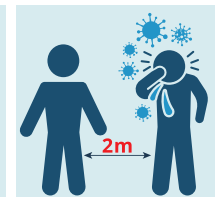
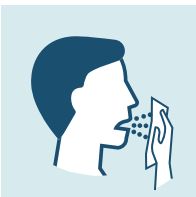
Ma jeżisti ebda trattament speċifiku għal COVID-19. Trattament mediku li jingħata mit-tabib jgħin sabiex ikunu ikkontrollati s-sintomi.

S'issa ma hawnx vaċċin kontra l-COVID-19. Għalhekk huwa importanti li tippreveni l-infezzjoni jew twaqqaf l-infezzjoni milli tkompli tinfirex minn xi ħadd bil-COVID-19.

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 immedjatament 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 metru l-bogħod meta tkun qed titkellem ma' ħaddieħor u żewġ metri l-bogħod minn xi ħadd li jkun marid.
- ✓ 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 maskla?

M'hemmx bżonn tilbes maskli. L-Għaqda Dinjija tas-Saħħa ma tirrakkomandax l-ilbies ta' maskli bħala mezz preventiv biex tevita milli tkun kontaminat bil-*virus* COVID-19. Il-maskli jgħinu sabiex dawk li jkunu diġà infettati bil-*virus* ma jifirxuhx lejn ħaddieħor.

Kwarantina xi tfisser?

Kwarantina tfisser li tibqa' iżolat f'darek u li ma toħroġx għall-perjodu ta' 14-il ġurnata meħtieġa għall-iżolament. Tħallix 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?

Persuni li jidhlu Malta minn kull pajjiż għandhom joqogħdu taħt kwarantina mandatorja għal 14-il ġurnata mid-data tat-tluq minn dak il pajjiż.

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. Min jikser il-kwarantina mandatorja jiġi mmultat €3000 kull darba li jinqabad.



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)
Għal support fuq kwarantina ċempel fuq 21 411 411

Għaliex importanti ħafna li tibqa' d-dar?

Li tibqa' d-dar jgħin biex tipproteġi 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-għajnuna ta' ħbieb jew qraba biex jwasslulek id-dar dak li għandek bżonn. Tista' tordna l-provisti *online*. Tista' wkoll iċċempel 21 411 411 għall-għajnuna. 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 fittex 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.