

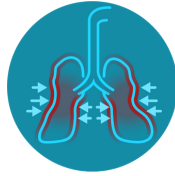
PREVENTION SAVES LIVES!

COVID-19: ANO ANG DAPAT MONG MALAMAN

Ano ang mga sintomas ng COVID-19?



LAGNAT






**NAHIHIRAPANG
HUMINGA**




UBO

Paano kumakalat ang COVID-19?

-  Pag-ubo at pagbahin
-  Malapitang pakikihalubilo, tulad ng paghawak o pakikipag-shake hands
-  Paghawak sa kontaminadong bagay o ibabaw ng bagay at saka hahawakan ang iyong mukha

Papaano ko mapoprotektahan ang aking sarili at ang aming komunidad?

- BATIIN ANG MGA IBANG TAO NG SHAKA imbes na makipag-handshake, yakap, o halik 
- LAGING HUGASAN ANG IYONG MGA KAMAY pagkatapos mahawakan ang mga bagay sa publikong
- HUGASAN ANG MGA KAMAY NG SABON AT TUBIG NG 20+ NA SEGUNDO o gumamit ng hand sanitizer na may mahigit 60% na alcohol
- IWASANG HINAHAWAKAN ANG IYONG MUKHA lalo na kapag hindi pa nahugasan ang iyong mga kamay
- MAGPABAKUNA NG PARA SA TRANGKASO

- KUNG MAYSAKIT KA, MAG-STAY LANG SA BAHAY at iwasang makihalubilo sa mga ibang tao
- TAWAGAN ANG IYONG DOKTOR kung may mga sintomas ka o sa palagay mo ay napahalubiloka sa taong may virus
- TAKPAN ANG IYONG BUNGANGA AT ILONG ng tissue o ng manggas ng iyong damit kung uubo o babahin, at itapon ang tissue sa basurahan
- KUNG MAAARI AY IWASAN ANG MGA OKASYON O GRUPO lalo na kung ikaw ay 60+ ang gulang o kung ikaw ay may karamdaman

PARA SA KARAGDAGANG IMPORMASYON NG COVID-19

COUNSELING HOTLINE
Mon-Fri, 8am-10pm
(671) 988-5375
(671) 683-8802
(671) 686-6032

MEDICAL HOTLINE
(medical inquiries only)
Mon-Fri, 6am-10pm
(671) 480-7859
(671) 480-6760
(671) 480-6763
(671) 480-7883
(671) 687-6170 ADA Line

**ALL OTHER QUESTIONS
JOINT INFORMATION CENTER**
Mon-Fri, 8am-5pm
(671) 478-0208
(671) 478-0209
(671) 478-0210

 dphss.guam.gov

 **Guam DPHSS**

