

KUK KENAK COVID KE EK?

Musim buah ek ramai kenak demam. Macam manak kitak nak nahuk kitak demam bedek atau kenk COVID?

Tandak COVID

Demam
bih kebah

Hilang rasak
dengan bauk

Batuk

Sakit tekak

Muntah dan/
atau cahar

Payah benafas

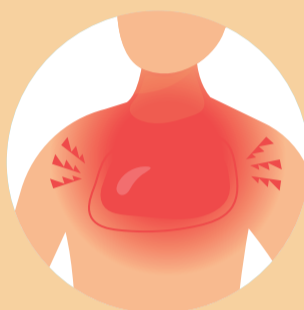
Tandak COVID perkeh



Demam, batuk, muntah, cahar makin perkeh dan kencing semet.



Payah benafas



Bisak dadak



Penat melampau



Kurang ingat



Bih adak selera nak makan dan minum



Bibir dan jari berwarna biru



Bagik urang kenek: sawan, kaki dan tangan sejuk

SOS

Dapatkan bantuan

- Cepat pegik ke Klinik Kesihatan yang tedeket untuk de cek
- Kalau tandak teruk, terus telefon Pusat Kesihatan, 999, atau tekan butang SOS de aplikasi MySejahtera untuk debantuk cepat

Bih payah takut ke Klinik Kesihatan kalau adak tandak. Tindakan awal dapat menyelamatkan kajih dan urang seramai.



Ilustrasi: John Ng

Maklumat ini disediakan oleh



Bahasa Jakun

Penterjemah: Mazerol Way Ah Lon, Kg. Pengkalan Tereh, Kluang, Johor

KALAU KITAK POSITIF COVID, APAK YANG AKAN BELAKUK?

Yang penting tahap kesihatan kaji kenak de pantau

- Kaji mungkin dipanggil ke Pusat Penilaian COVID/ CAC (Covid Assessment Center) atau Pegawai Kesihatan akan datang ke kampung kaji.
- Pegawai Kesihatan akan menilai keadaan kesihatan kaji dan buat keputusan samak adak kaji perlu
 - Masuk hospital
 - Kuarantin (tidu sebente) de Pusat Kuarantin
 - Kuarantin (duduk) de rumah



Ilustrasi: John Ng

Pusat Kuarantin

De Pusat Kuarantin, kesihatan kaji dapat de pantau dari pegawai kesihatan. Kaji akan duduk denduh sampai sembuh, mungkin antarak 7-14 harik. Pusat Kuarantin akan sediakan katil dan makanan setiap harik. Untuk selesa boleh bawa barang keperluan peribadi.

Barang Keperluan Beih

- Beberapa helai seluar bajuk
- Gebat dan stokin
- Ubat gigik dan berus gigik
- Tuala mandik, sabun mandik, sabun basuh bajuk, (kotek/tuala wanita)
- Ubat (Untuk yang memang makan ubat seperti ubat semput, darah tinggi, dll yang debagik oleh doctor kelinik untuk demakan setiap harik. Jangan lupa debawak)
- Botol air
- Susuk, lampin, dan keperluan lain anak-anak
- Telefon dan pengecas telefon (kalau menggunakan)
- Makanan tambahan (macam roti, biskut, minuman, kalau hendak)

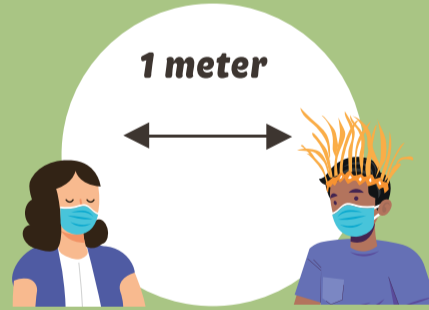
Kuarantin de rumah



Beh boleh keluar dari rumah sampai habis waktu kuarantin 10 harik



Lebih baik asingkan dirik dari urang de rumah yang lain (duduk de bilik asing, guna bilik air beih kalau adak)



Pakai tupeng mukak dan menjarakkan dirik sekurangnya satu meter dari urang de rumah



Kalau bekung sik bilik air, pastikan basuh bersih dengan sabun setiap kali lepas gunakan

SOS

Pantau keadaan kesihatan hik setiap harik, kalau gejala semakin teruk

- Terus ke Pusat Kesihatan tedeket, atau
- Telefon Klinik Kesihatan atau 999 untuk bantuan kecemasan, atau
- Tekan butang SOS de aplikasi MySejahtera



Keluarga / kawan serumah jugak perlu kuarantin diri dan buat ujian kalau adak gejala



KAMPUNG KAMIK BAWAH PKPD!?! APAK PERLU KAMI BUAT SEKARANG?

PKPD adalah Perintah Kawalan Pergerakan Depeketatkan. Tempoh: 2 Minggu atau lebih.

PKPD dikenakan untuk mengawal COVID darih merebak dalam kampung dan ke kampung lain.

Putuskan Rantailan COVID



Semuhak pergerakan keluar masuk bih debenarkan

Polis/RELA/Tentera akan mengawal jalan keluar masuk



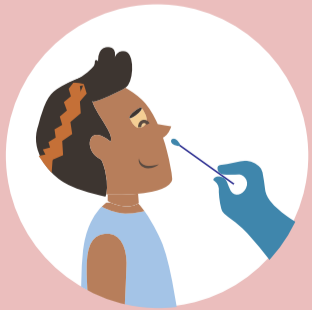
Semua aktiviti beniagak/bekejak beh debenarkan



Sekolah, balai raya, surau, gereja semuhak detutup



Bantuan makanan akan diseediak oleh kerajaan



Ujian saringan COVID mungkin debuat kalau perlu

Pegawai Kesihatan akan memantau kesihatan urang kampung

PKPD maca tempoh bepantang untuk memulihkan kesihatan dirik kitak. Dengan bepantang duduk derumah dua minggu, urang ramai dapat memulihkan kesihatan kampung.

Bilak semuhak urang duduk rumah dan bih keluar, kitak dapat menghentikan virus COVID darih merebak. Kitak perlukan tempoh 14 hari untuk memastikan virus sudah bih adak daya jangkitan.



SOS

Bantuan?

Kalau masa PKPD kajih perlu bantuan, kajih boleh hubungi Datok Batin, Pegawai Kesihatan Daerah, Pejabat JAKOA Daerah, atau pusat kawalan PKPD de kampung.

