ለረጅም ጊዜ የሚቆይ COVID መረዳት

COVID-19 የያዘው ማንኛውም ሰው ሊጎዳ ይችላል። **ለረጅም ጊዜ የሚቆይ COVID ማለት፣ በ COVID-19 ቫይረስ ከመያዝ በኋላ ለሳምንታት ወይም ለወራት የሚቆዩ ምልክቶችን ጨምሮ የኢንፌክሽኑን የረጅም ጊዜ ጉዳቶችን የሚገልጽ ነው።**

ስለ COVID-19 ትክክለኛ ወሬ

ማወቅ የሚገባዎ ነገር

- በ COVID-19 የተያዙ ሰዎች፣ **ምልክቶቹ ሳይኖራቸውም፣** ለረጅም ጊዜ የሚቆይ COVID ሊይዛቸው ይችላል።
- ለረጅም ጊዜ የሚቆይ COVID እንዳለብዎ ካሰቡ፣ **ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ጋር ይነጋገሩ።**
- ሳይንቲስቶች ለረጅም ጊዜ የሚቆይ COVID ማን ሊይዘው እንደሚችል፣ ምልክቶቹ ምን ያክል ጊዜ እንደሚቆዩ፣ እና **በሽተኞችን እንዴት እንደሚያክሙ በይበልጥ እየተማሩ ነው።**

ለረጅም ጊዜ የሚቆይ COVID ምልክቶች

ለረጅም ጊዜ የሚቆይ COVID ያለባቸው ሰዎች የሚከተሉትን ጨምሮ የተለያዩ ምልክቶች አሏቸው፣

- ድካም
- ለማሰብ ወይም ለማተኮር መቸገር ("የአእምሮ መደብዘዝ")
- የራስ ህመም
- የሽታ ወይም የጣዕም ማጣት
- በፍጥነት የሚመታ ልብ ወይም የልብ ምት
- የደረት ህመም
- መተንፈስ መቸገር ወይም የትንፋሽ ማጠር
- የአእምሮ ጤና መጎዳት

የ COVID-19 **ክትባት መከተብ፣** በተለይም አስቀድሞ ተይዘው የማያውቁ ከሆነ የረጅም ጊዜ COVID ጨምሮ **ሆስፒታል መተኛትን እና በጽኑ መታመምን ሊከላከል ይችላል።** አስቀድሞ COVID-19 ተይዘው የሚያውቁ ከሆነ ለመከተብ አስተማማኝ የሆነው ጊዜ መቼ እንደሆነ ለማወቅ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያናግሩ።

ነጻ ክትባትዎን ያግኙ!