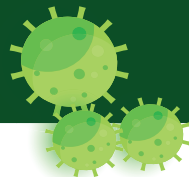




# COVID-19



## Diteko tša go laetša bolwetši bja COVID-19

### Diteko tša laporotori tša go laetša tshwaetšo ya bolwetši di ra goreng?

Go ra gore coronavirus e hweditšwe ditekong tša mmele wa gago, ka gona, o nale COVID-19

### Nna ikgokaganya le mang ge diteko di bontšha gore ke fetetšwe?

Ikgokaganye le ngaka ya gago goba kliniki ya kgauswi. Le ge go le bjalo, o ka founelwa, wa etelwa ka gae goba wa eletšwa ke bahlankedi ba mmušo goba wa eletšwa ke National Institute for Communicable Diseases (NICD). Go tla dirwa tekolo go bona ge eba tikologo ya legae la gago e maleba gore o ka dula thoko le batho go yona le go thuša.

### Naa e kaba ke kotsing ya malwetši a mangwe a šoro ge ke nale COVID-19?

Ge o kgopetšwe go ba thoko le batho ka gae, moabi wa gago wa tlhokomelo ya maphelo o lekotše gore o nale bolwetši bja magareng bjo bo ka laolwago ka gae. Go ra gore o nale kgonagalo ya fase ya kotsi ya go fetelwa ke malwetši a šoro.

### Ke ihlokomela ka mokgwa mang ge ke le ka gae?

Batho ba bantši ba dika tša magareng ba thoma go ikwa ba le kaone ka beke ya mathomo ya dika tša mathomo. Ikhutše ka gae o be o nwe meetse a mantši goba dino tša go hlweka mo letšatšing.

### Naa e kaba maloko a mangwe a lapa laka le bona diteko di tla laetša gore ba nale COVID-19?

Maloko a mangwe a lapa la gago ba balwa le batho ba kgauswi bao o kopanego le bona ebile ba tla tšewa diteko gore di išwe laporotoring ge ba nale dika tša bolwetši.

### Ke ka lebaka la eng ke kgopetšwe gore ke be thoko le batho ka gae?

Go itulela ka gae go tla go thuša go laola go phatlalala ga coronavirus go bagwera ba gago, metswalle le setšhaba ka bophara.

### Naa e kaba go itulela thoko ka gae go ra goreng?

Go ra gore dula ka gae. O se ye mošomong, sekolong goba lefelo lefe goba lefe la bohle. Ge go kgonagala, ga wa swanela le go tšwela ka ntle go yo reka dijo, meryana goba tše dingwe tše bohlokwa.

### Naa e kaba go itulela thoko ka gae go ra goreng go batho ba bangwe bao ke dulago le bona ka gae?

Ge o dula le batho ba bangwe, o swanetše go itulela ka phaphošing ya ka thokwana ya bao ba fokolago o be thoko le bona ka fao go ka kgonagalago. Ge phaphoši ya ka thokwana e sa kgona-gale, leka go dula ka lehlakoreng le tee la legae la gago.



## **Apara maseke wa sefahlego wa go šomišwa gatee fela.**

Hlwekiša phaphoši ya gago goba lefelo leo tšatši ka tšatši. Thoma ka go šomiša sesepe sa setlwaedi sa ka lapeng ke moka o šomiše sehlwekiši sa setlwaedi sa ka lapeng. Ge motho yo mongwe a hlwekiša phaphoši yeo goba lefelo leo o dulago go lona, ba swanetše go šomiša didirišwa tša go šireletša mmele, go akaretšwa ditlalela tša go šomišwa gatee le thetho (apron) ya polastiki.

Ge go kgonagala, šomišana ntlwana ya ka thokwana. Ihlwekiše le go e fothela gatee ka letšatši. Thoma ka go šomiša sesepe sa setlwaedi sa ka gae ke moka, ka morago ga go tšokolotša, šomiša sehlwekiši sa bleach sa ka lapeng. Ditlalela di swanetše go hlwekišwa ka meetse le ka sesepe, ke moka o di hlwekiše kgahlanong le ditwatši ka bleach. Ditlalela tša go šomišwa gatee fela le dithetho tša polastiki di swanetše go lahlwa.

Diaparo tša gago tša ditšhila di swanetše go lokelwa ka mokotleng wa tšona. O seke wa thintsha diaparo tša ditšhila go efoga go phatlalatša twatši ye lefaufaug. Hlatswa diaparo tša gago ka motšhene ka tekano ya 60 °C go fihla 90 °C ka sesepe sa setlwaedi. Ge go sa kgonagale go hlatswa ka motšhene, hlatswa diaparo tša gago tša ditšhila ka go šomiša sesepe sa setlwaedi sa diaparo le meetse a go fiša ka gare ga setšhelo se segolo mola o šomiša patla go di ferehla. Anega wašene ya gago ka ntle gore e gome.

Mafelo a go hlakanelwa a swanetše gore a tsentšhe moya gabotse. Ge le abelana kitšhi, efogang go e šomiša ka nako ye tee le ba bangwe. Ge go kgonagala, matena a gago a be ka phaphošing ya ka thoko o be o šomiše dibjana tša go se kopane le tše dingwe. Ge o sena motšhene wa go hlatswa dibjana, hlatswa dibjana le dijelo ka go šomiša sesepe sa gago sa go hlatswa dibjana sa setlwaedi le ka meetse a borutho, o di gomiše gabotse.

Maseke tša sefahlego tša go šomišwa gatee, ditlalela, dithetho tša polastiki, dithišu le tše dingwe tšeo di dirišitšwego di swanetše go lahlelwa ka mokotleng wa ditšhila wa go ba le setswalelo ka phaphošing ya ka thoko ya bao ba lwalago.

Efoga go kgwatha diruiwa tša ka gae le diphoofolo.

## **Ke swanetše go dula thokwana le batho nako ye kaakang ka gae?**

O ka itulela thokwana ka gae tekano ya matšatši a 10 morago ga go thoma ga dika tša gago tša bolwetši. Bolwetši ba gago bo thoma nako ya ge o thomilego go ba le dika tša bjona, e sego ka letšatši leo diteko tša laporotori di beilego gore o nale bolwetši.

## **Go ra goreng go ba kgauswi le yo a fetetšwego?**

Go ba kgauswi le bao ba fetetšwego go ra gore o be o batamelane le yena motho yo ka sekgoba se ka bago mithara o tee goba o be o le felotsoko tekano ya metsotso ye 15 le motho yo a nago le COVID-19.

## **Naa ke swanetše go dirwa diteko tša COVID-19 ka ge ke be ke le kgauswi le yo a fetetšwego?**

Go tla nyakega fela gore o dirwe diteko tša laporotori ge o thoma go ba le dika tša bolwetši bjo mo matšatšing a 10 a ge o kopane le yena motho yo wa go ba le COVID-19.



***We leave nobody behind!***

