

HU NA TSHITHU TSHITHIHI FHEDZI TSHINE VHA  
FANELA U TSHI PFESESA NGA NDILA INE

# COVID-19 CORONAVIRUS\*

YA PHADALALA NGAYO

\*Coronaviruses ndi muṭa muhulwane wa dzivairasi dzine dza nga vhanga malwadze a u fema u bva kha mukhushwane wo ḡoweleaho u ya kha malwadze o kalulaho ane a nga sa Middle East Respiratory Syndrome (MERS) na Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS).

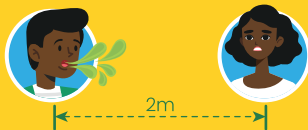
Vairasi i phadlala musi mashotha haya a tshi dzhena:



Arali vha vhona muṭhe muthu ane a khou hoḡola/ u atsamula/ u lwala, vha nga nanga u:

1. Sendela kule nae.

2. U sa vha vhukati ha magogo.



(0.5 u ya kha 2 m zwi ḡo vha dzudza vho tsi-redzea kha mashotha mahulwane)



(Vhathu vha re na vhumwadze zwi nga itea vha sa sumbedze tsumbadwadze, fhedzi vha kha ḡi kona u pfukisela.)

Tshinwe tshifhinga mare a muthu ane a khou lwala a nga vha kha zwiṭhe zwithu...



ZWANDA



MAVOTHI



DIVAISI



MAUSU



BIGIRI



PENI



REILI DZA U  
FARELELA



ZWISHUMISWA

Arali vha nga fara tshinwe tsha zwithu izwi nga phoswo, vha fhedza vha fara tshifhatuwo tshavho, u sikitedza maḡo avho kana tshifhatuwo tsha mufunwa wavho, vhoḡhe vha nga lwala.

# 4 MAGA A TSIRELEDZO ANE VHA NGA A TEVHEDZA U ITELA U SA VHA NA VHULWADZE



## 1

### VHA TAMBE ZWANĀ ZWAVHO

Vha tambe zwanĀ zwavho nga tshisibe nga vhuronwane. Vha tambe nga murahu ha zwanĀ zwavho, vhukati ha minwe na nga fhasi ha nala. Tshifhinga tshoĥthe vha tambe zwanĀ zwavho nga tshisibe phanĀ ha musi vha tshi ja na nga murahu ha musi vha tshi bva nnda fhethu ha nnyi na nnyi.

Vha tambe u bva hafha u zwika hafha



## 2

### TSIRAVHULWADZE YAVHUĎI YA MUTHU ENE MUĎE

Vha thivhedze mulomo wavho nga tshisu musi vha tshi hoĥola kana u atsamula. Vha litshe u fara tshifhinga tshoĥthe. Arali vha tshi fanela u ita ngauralo, vha vhe na vhuĥanzi ha uri vha thoma vha tamba zwanĀ zwavho nga tshisibe nga vhuronwane.



## 3

### VHA SONGO LEĻA ZWIĻIWA FHETHU HUTHIHI NA U SHUMISA ZWISHUMISWA ZWA U LEĻA ZWITHIHI

Bakitheria dzi nga pfukiswa nga phanga, forogo, lebula na zwiĥirou. Vha shumise fhedzi zwishumiswa zwo kunaha nahone vha songo nwisana zwinwiwa. Tshifhinga tshoĥthe vha kunakise zwanĀ zwavho phanĀ ha musi vha tshi ja.



## 4

### VHA VHONE DOKOTELA ARLI VHA SI NA MUTAKALO

Tsumbadzwadze dzo doweleaho dzi katela u hoĥola, ningo i eleleho maduda, u fhelelwa nga muya vha tshi fema. Arali vha tshi khou tanga na dziĥwe dza tsumbadzwadze idzi, vha toĥe dzilafho nga u tavananya. Vha founele kijiniki kana dokotela phanĀ ha musi vha tshi ya vha vha vhudze tsumbadzwadze dzavho na divhaz-wakale ya nyendo dzavho.

## NOMBORO YA SHISHI YA NICD YA AWARA DZA 24 0800 029 999

VHA DZULE VHO LAVHELESA NAHONE VHA SHUMISE MAITELE A TSIRAVHULWADZE YAVHUĎI YA MUTHU ENE MUĎE  
Nzulele i khou dzulelela u shanduka, vha tole maswamaswa kha [www.health.gov.za](http://www.health.gov.za) and [www.nicd.co.za](http://www.nicd.co.za)



health

Department:  
Health  
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

