MUHIMMAN SAKONNI ZUWA GA

SHUGABANNIN ADDINI DA SARAKUNAN GARGAJIYA GAME DA KORONA (COVID-19)

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE
PEPFAR U.S. President's Emergency Plan for AIDS Relief
Breakthrough ACTION FOR SOCIAL & BEHAVIOR CHANGE

Matashiya

Menene cutar Korona (Covid-19)?

Cutar Korona (COVID-19) cuta ce mai yaduwa wadda kwayar cutar Virus da ake kira SARS-COV-2 ke haddasawa, ta kuma sa dan adam kamuwa da mura. An fara gano cutar korona (COVID-19) ne a watan Disambar shekarar 2019, inda kuma aka sami rahoton farko na bullar cutar a Najeriya a watan Febrairu na shekarar 2020.

Yadda mutane ke kamuwa da cutar Korona (COVID-19)

Mutane na iya kamuwa da cutar Korona (COVID-19) ta hanyoyi daban-daban. Kwayar cutar na iya yaduwa daga baki ko hancin wanda ke dauke da ita idan ya yi tari ko atishawa ko magana ko waka ko numfashi; ko kuma ta hanyar taba wani abu (wanda ya gurbata da yawu ko majinar mai dauke da cutar) sannan kuma ka taba hanci ko baki ko idanun ka. Kwayar cutar korona (COVID-19) na iya rayuwa a kan abubuwa da wurare tsawon awanni da yawa, amma sinadarin kashe kwayoyin cuta na iya kashe ta.

Waye ya fi zama cikin hatsari?

Dukkan mu muna cikin hatsarin kamuwa da cutar korona (COVID-19) babu bambanci, sai dai tsofaffi da kuma mutane da su ke da wata dadaddiyar cuta (kamar ciwon zuciya, ciwon suga, dadaddiyar cutar huhu, da ciwon daji/sankara) su ne su ka fi zama cikin hatsarin kamuwa da matsanancin ciwo da rasa rai.

Alamomin cutar Korona (COVID-19)

Idan an kamu da cutar, mafi yawan mutane, musamman wadanda suka kammala rigakafin su, su kan yi dan karamin ciwo ne kawai su warke. Alamomin da aka fi gani sun hada da zazzabi, busashshen tari, da gajiyar jiki. Sauran alamomi sun hada da ciwon makoshi, zubar majina, ciwon kai, kyarma, gudawa, tashin zuciya, ko daina jin kamshi da

dandano. A kiyaye cewa bambancin nau'in kwayar cutar na iya sanyawa daya ko wasu daga cikin alamomin ya fi bayyana. Wadannan alamomin su na da kamanceceniya da na wasu cututtukan, shi ya sa a ke bukatar yin gwaji don tabbatar da ko mutum na dauke ne da cutar ta Korona (COVID-19).

Alamomi ma su tsanani:

- sun hada da wahalar numfashi
- numfashin a ba ya kaiwa kirji
- da matsanancin ciwo ko nauyi a cikin kirji

Me ya jawo Sarakunan Gargajiya da Shugabannin Addini cikin maganar Korona?

Shugabannin addini da sarakunan gargajiya na taka muhimmiyar rawa wajen saita rayuwar alumma, domin su ne jama'ar gari ke dogaro da su wajen samun jagoranci ta fuskar al'ada da addini. A saboda haka za su iya fadakar da mutane ta hanyar isar musu da sahihan bayanai, da karyata jita-jita da labaran karya, sannan abu mafi muhimmanci shi ne karfafa wa mabiyan su gwiwa su ringa bin matakan da su ka dace na hana yaduwa da kuma tasirin cutar. Ana karfafa gwiwar dukkan shugabannin addini da sarakunan gargajiya su yi amfani da duk wata dama da su ka samu su isar wa da mutane sahihin bayani game da cutar Korona, kuma su sanya ido wajen ganin mutane sun kiyaye ka'idojin kare lafiyar al'umma domin dakile yaduwar Korona a Najeriya kamar yadda hukumomin gwamnati da abin ya shafa su ka tsara – kamar cibiyar kare yaduwar cututtuka ta Najeriya (NCDC) da hukumar bunkasa ayyukan kula da lafiya matakin farko ta kasa (NPHCDA).

Akwai bukatar shugabannin addini da sarakunan gargajiya su karfafawa mabiyan su gwiwa su yi rigakafi.

Lallai shugabannin addini da sarakunan gargajiya su kiyayi labarai marasa tushe da karairayi akan Korona, (COVID-19), gwaji da kuma rigakafi. Ya kamata su karfafawa mutane gwiwa su sami sahihan bayanai, kuma su nuna muhimmancin sahihan cibiyoyin bayanai, sannan su jagoranci ko nunawa al'umma inda za su sami bayanan da za a iya dogaro da su game da Korona (COVID-19).

Tsokaci kan yadda za a yi bayani ga mabiya:

- A samar da yanayin da kowa zai iya bayyana abinda ke zuciyar sa ba tare da fargaba ba
- Ka karfafi kan ka da samun bayanai daga majiya mai tushe game da Korona
- A shigar da tattaunawa kan Korona cikin duk ayyukan da ake gudanarwa
- Ka saurari bayanai da damuwar mabiyan kuma ka isar da sakon ga mahukuntan yankin
- Ka nuna jajircewa kuma ka yada kauna

Kariya

Shawara game da da nisantar juna

- Mutane su ringa nisantar juna da akalla mita 1 (kafa 3) a ko da yaushe.
- A yi amfani da hanyoyin gaisawa na gargajiya ko wadanda addini ya tsara da ba sa bukatar taba juna kamar daga hannu, kada kai, ko dora hannu a kan kirji.
- Daukan cikakkun matakan kariya a wuraren da su ke da cunkoson mutane musamman a lokutan hada-hadar azumi da bukukuwan easter, kamar wuraren shakatawa, kasuwanni, da kantuna. Matakan kariya sun hada da nisantar juna idan halin hakan ya samu, yawaita wanke hannaye da guraren da ake yawan tattabawa, sanya takunkumin fuska da kuma killace kai a gida idan anji alamun rashin lafiya.
- Duk wanda ya dawo daga wani yanki da cutar Korona ke yaduwa lallai ya zauna a gida kuma ya kaucewa cudanya da mutane akalla kwana 10, kuma idan ya ji alamun cutar korona (COVID-19), ya gaggauta kiran layin hukumar NCDC a lamba 6232, kiran kyauta ne

Shawara game da sanya takunkumin fuska

- A sanya takunkumin fuska wanda zai rufe baki da hanci, Karin wata kariya akan nisantar juna da tsaftace numfashi domin a hana yaduwar cutar daga wadanda ba su da lafiya, ko wadanda ba su nuna alamun ba amma sun riga sun kamu, kuma za su iya yada cutar a hakan ba a sani ba.

Shawara ga wadanda su ka fi hatsarin kamuwa da cutar

- A roki mutanen da ba su da lafiya, ko su ke da alamomin cutar Korona su hakura da halartar taruka kuma su bi tsarin da aka tanadar don bibiya da kuma maganin ciwon da aka tabbatar
- A roki tsofaffi da duk wanda ya kasance da ma ya na da wata rashin lafiya (kamar ciwon zuciya, ciwon suga, cutar numfashi da sankara) su kauracewa taruka, domin su ne su ka fi zama cikin hatsarin kamuwa da matsanancin ciwo da mutuwa idan su ka kamu da Korona (COVID-19).

Hanyoyin saukaka cunkoson jama'a

Wadannan hikimomi ne da ya kamata a yi amfani da su a dukkan wani taro na;

- addini
- kamar sallah
- aikin hajji
- da taron cin abinci ko bukukuwa

Wajen taro

- A yi kokarin yin taron a budadden waje idan zai yiwu; idan hakan ba zai yiwu ba to a tabbatar da cewa dakin taron yana da manyan tagogi da iska za ta ratsa shi yadda ya kamata
- A karfafa wa mahalarta gwiwa su sanya takunkumi musamman in a rufaffen waje su ke – ko kuma su na cikin cunkoso ko da a budadden waje ne.
- A takaita lokacin taron iya matuka don rage cudanyar jama'a da hatsarin daukan cutar.
- Idan da hali a ringa yin taron mutane kalilan maimakon tara mutane cunkus a lokaci guda.
- A kiyaye bayar da tazara tsakanin mahalartan in da hali, ko da su na zaune ne ko su na tsaye ta hanyar iyakance wurin tsayuwa ko zaman kowanne mutum, ko da a wajen sallah ne, ko wajen alwala, ko wajen wanki, har ma da wajen ajiye takalma.

- Idan zai yiwu a tsara adadi yadda mutane za su ringa shiga da fita wararen ibada, kafin wasu su shiga, a ayyukan hajji, da dukkan wuraren ibada don tabbatar da samun tazara tsakanin mutane a ko yaushe .
- A yi kokarin tsara yadda za a san inda kowa ya ke da zama, ta yadda in aka gano wani na dauke da ciwon to za a iya bibiyar duk wadanda su ka yi cudanya da shi a gano su, don takaita yaduwar cutar.

A karfafa dabi'ar kare lafiya da tsafta

- A tabbatar cewa an samar da tsaftataccen ruwa da sabulu a wuraren wanke hannu, a samar da sinadarin tsaftace hannu mai karfi (akalla 70%, watau kashi saba'in cikin dari na sinadarin alcohol) a kofofin shiga masallatai da majami'u
- A karfafa dabi'ar wanke hannu akai-akai domin ya na rage yaduwar cututtuka da yawa
- A tabbatar an samar da takardar goge-goge (tissue) da abin zuba shara mai leda da za a iya cirewa a jefar kuma mai murfi, sannan a tabbatar da zubar da shara a inda ya kamata
- A karfafa dabi'ar kowa ya shimfida abin sallar sa daban a kan shimfidar masallaci.
- A sanya shawarwari game da tazara tsakanin mutane da tsaftace hannu, amfani da takunkumin fuska da duk sakonnin kariya daga cutar korona (Covid-19) a inda kowa zai iya gani.

A ringa wanke wuraren ibada ciki da waje akai-akai

- A tabbatar ana amfani da sabulu da sinadarin kashe kwayoyin cuta don tsaftace wuraren da jama'a ke taruwa kafin da kuma bayan kowanne taro.
- A tabbatar wuraren alwala da harabar masallatai da majami'u na cikin tsafta a ko da yaushe
- A yawaita amfani da sabulu da sinadarin kashe kwayoyin cuta don tsaftace abubuwan da mutane su ke yawan tabawa, kamar hannun bude kofa, makunnan fitila, da makarin kafar bene.

A tuna cewa:

Kalmar 'nisantar juna' daidai ta ke da Kalmar da aka fi fada ta tazara tsakanin mutane kawai dai ta fi nuna abin da ake nufi karara, wato cewa kada wani ya je kusa da wani.

A karfafa gwiwa ga iyalan da suka shiga yanayin da za su iya kamuwa da kwayar cutar, ko su ke tsammanin sun kamu, ka da su rufe abin kamar wani sirri. Maimakon haka su kebance kan su, kuma su hana a ziyarce su a lokacin da su ke kokarin tabbatar da ko sun kamu ta hanyar gwajin Korona. Idan an tabbatar da sun kamu, sai su

Ya na da muhimmanci da amfani ga kowa, gwamnati ta yi bincike kuma ta yi wa duk wanda ake zargin ya yi mu'amala da wadanda su ke dauke da kwayar cutar. Ya kamata mu ba su goyon baya kuma mu karfafa musu gwiwa su nemi kulawar da su ke bukata.

A tunawa al'umma cewa za a iya bayar da jini ko majina don yin gwaji ko da a lokacin azumin watan Ramadan ne

A dakushe dabi'ar yada jita-jita da karairayi kan yadda cutar korona ke yaduwa, ko yadda ake kare ta, ko yadda ake yiwa wadanda suka kamu magani. Za a iya samun sahihin bayani game da cutar korona ne kawai daga cibiyar kula da cututtuka ta kasa (NCDC) a adireshin su na yanar gizo ko radiyo ko talabijin da kuma ta bakin ma'aikatan lafiya. A kauracewa labarai marasa tushe da ake yadawa a kafafen sada zumunta, yawancin su labaran karya ne!!

A kalubalanci duk wata mummunar dabi’a, har da bayanan shirme da ake sawa a kowanne irin kafafen labarai game da gungun wasu mutane ko mutanen da su ba su da wata barazana ga abubuwan da aka saba yi.

A yi godiya, da karfafa gwiwa, kuma a mutunta, tare da yabawa jami’an lafiya da masu kawo daukin farko, da dukkan wadanda su ka yi ayyuka ma su muhimmanci ga kowa ta hanyar tabbatar da cewa wannan cutar ba ta ci gaba da yaduwa ba.

Gwaji

- Gwajin cutar korona na da tasiri kuma ba shi da hatsari sannan yana da muhimmanci wajen dakile annobar.
- A karfafa gwiwar mabiya su yi gwaji idan har sun ji alamun cutar korona, ko kuma sun yi cudanya da wanda ya nuna alamomin korona. A na samun gwajin a wasu kebantattun asibitoci da dakunan gwaje-gwajen kimiyya.
- Biyan kudi ba matsala ba ne a gwajin korona. Za a iya yi maka gwaji ba ko sisi a dakunan gwaje-gwajen kimiyya da gwamnati ta aminta da su. Duba jadawalin sunayen dakunan gwaje-gwajen a wannan shafin na yanar gizo https://covid19.ncdc.gov.ng/laboratory/ ko kuma kira 6232.
- Za ka iya daukan matakan kare kan ka a lokacin da ka ke jira ayi ma ka gwaji. Ka sanya takunkumin fuska, kuma ka bayar da tazarar mita 2 (kafa 6) tsakanin ka da sauran mutane, kuma ka yawaita wanke hannu akai-akai.

Rigakafi

Alluran rigakafi su ne hanya mafi tasiri wajen kare cutar Korona.

Abinda ya sa ya kamata a yi rigakafi?

- Rigakafi shine hanya mafi inganci abar dogaro don samun kariya daga cutar korona
- Alluran rigakafin da ake amfani da su yanzu an gwada su, ba su da wata matsala, kuma su na da tasiri a kan sabbin nau'in kwayoyin cutar Covid-19
- Babban makasudin dukkan alluran rigakafin korona shi ne, kare afkuwar matsanancin ciwo, kwantawa a asibiti da rasa rayuwa. Idan mu ka yiwa mutane da yawa rigakafi don su sami kariya daga daukan ciwo, to tabbas za mu dakile yaduwar cutar korona.
- Idan babu shaidar rigakafin cutar korona, tafiye-tafiye tsakanin kasa da kasa (ciki har da Saudi arabia da musulmi ke zuwa duk shekara don aikin hajji da umra, da kuma ziyarar Jerusalem da kiristoci ke yi) ba za su yiwu ba. Damar shiga harabar ma'aikatun gwamnati da masu zaman kansu za ta takaita ne kawai ga wadanda ke da shaidar rigakafin cutar korona.

Sahihiyar Magana game da rigakafi

- Dukkan alluran rigakafin korona KYAUTA ne, ba su da MATSALA kuma suna da TASIRI wajen kare matsanancin ciwo, kwanciyar asibiti da rasa rai.
- Alluran rigakafin korona sun bi tsarin zuzzurfan binciken kwakwaf da tabbatar da sahihanci kamar sauran rigakafi. Rigakafin korona ba shi da matsala kuma ya na da tasiri sannan kuma hukumar lafiya ta duniya WHO da hukumar kula da ingancin abinci da magunguna ta kasa NAFDAC sun amince da shi.
- Ana yin rigakafin korona a asibitocin gwamnati da wasu wurare da aka ayyana, da manyan asibitoci da ma wasu gurare da gwamnati za ta iya zaba don hakan.

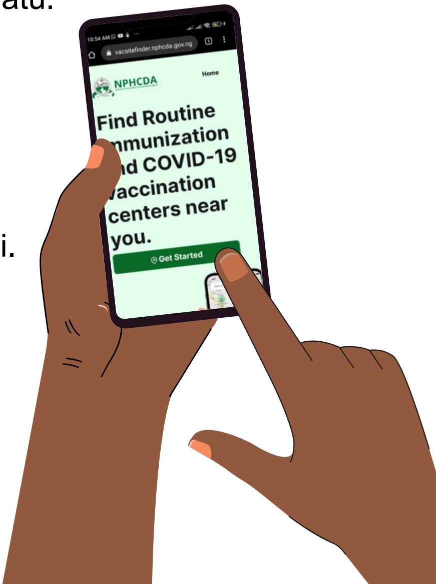
- Dukkanin alluran rigakafin korona da ake amfani da su a yanzu BA ZA SU IYA YADA KWAYAR CUTAR DA KE HADDASA KORONA BA
- Domin samun cikakkiyar kariya daga cutar korona dole ne kowa ya sami CIKAKKEN RIGAKAFI ta hanyar kammala rigakafin kamar yadda a ka tsara ka'idar sa. Kamar kowanne rigakafi, wasu mutanen na iya jin wasu 'yan matsaloli bayan da aka yi musu, wannan zai iya hadawa da kaikayi ko kuraje a hannun da aka yi, ko wajen ya yi ja ko ya kumbura, kasala, ciwon kai, jin sanyi, zazzabi, ko tashin zuciya.wadannan alamomin galibi akan daina jin su bayan awa 48 (kwana biyu) idan alamomin su ka cigaba ko suka tsananta to sai mutum ya je asibiti kuma ya kira hukumar kula da cututtuka ta kasa kyauta a lamba 6232.

Waye ya kamata ya yi rigakafi?

- Rigakafin cutar korona kyauta ne ga duk wadanda su ka cancanta a yi musu ('yan shekaru 18 zuwa sama)
- Cutar korona ta fi hatsari ga tsofaffi, da wadanda ke da wani ciwo. A baiwa irin wadannan mutanen kariya, a karfafa mu su gwiwa kuma a taimaka musu su sami rigakafi.
- Duk dalibai 'yan shekaru 16 zuwa sama. ya kamata su yi rigakafin cutar korona saboda harkar karatu.

A ina zan je na sami rigakafi?

- Za ka sami cibiyar rigakafi mafi kusa da kai a shafin yanar gizo (internet) wato; https://www.vacsitefinder.nphcda.gov.ng sai kuma ka bi tsarin bayanan da ka gani.



Kashe jita-jita da labaran karya

- Samuwar dandalin sada zumunta da yanar gizo ya bayar da gudummuwa mai yawa wajen yada jita-jita da labaran karya, don haka kafafen yada labarai da aka tabbatar da su ne kadai ya kamata mutane su ringa gaskatawa.
- Ya kamata shugabannin addini su karfafawa mutane gwiwa su ringa bibiyar sahihan kafafen yada labarai, musamman wadanda su ke na gwamnati da kuma hukumomin da aka yarda da su.
- Ya kamata a dakile dabi'ar yada jita-jita ta hanyar nunawa ma su yin cewa su ji tsoron Allah, su kaucewa haifar da rudani a cikin al'umma.
- Idan ana kokonto bisa wani sako ko bayani, shugabannin addini na iya bincikar tushen sa daga hukumomin gwamnati da kuma kwararru da aka aminta da su.
- Akwai bukatar a sami bayani daga kwararrun ma'aikatan lafiya da kuma shafukan samar da bayanai a dandalin sada zumunta wadanda aka tabbatar na hukuma ne kamar: NCDC, WHO, UNICEF, NPHCDA, FMoH wadanda dukkan su ke samar da sahihan bayanai da ke dakile jota-jita da labarai marasa tushe, kuma suke kawar da kokonta kan yin rigakafi.

Me abin yi bayan anyi rigakafin?

- Ko bayan anyi rigakafi, mutane su ci gaba da bin ka'idojin kariya daga cutar korona, wanda ya hada da nisantar juna da akalla mita 2, amfani da takunkumin rufe baki da hanci daidai, da kuma wanke hannu da sabulu da ruwa mai kwarara.

Ta yaya zan karfafawa mutane gwiwa su yi allurar rigakafi?

- A matsayin dan kasa mai kishi kuma abin koyi, kayi, kuma ka kammala allurar rigakafin. Kuma jama'a mabiyan ka su san cewa kai kayi rigakafin.
- Ka karfafa wa mutane gwiwa su yi rigakafin ta hanyar sanar da su sahihancin sa da tasirin sa da kuma saukin samun sa. Ka sanar da wuraren yin rigakafin duk lokacin da motocin rigakafin za su ziyarci kewayen majami'a ko masallacin ku.
- A karfafa wa mutanen da su ka fi bukatar yin rigakafin gwiwa su samu su yi.
- A yada Kalmar – **kare kan ka daga cutar korona. Yi rigakafin cutar korona kyauta a lokacin da dama ta samu gare ka.**

Yi rigakafin cutar Korona (COVID-19)

Karbi allurar!

Karbar allurar zai kare ka da sauran mutane.

Ta na taimakawa wajen dakile yaduwar cutar.

Yi abinda ya kamata!

Tambayoyin da ake yi akai-akai

Ko rigakafin zai canja tsarin kwayoyin halitta ta?

A'a, ba zai iya ba. Abinda kawai su ke iyawa shi ne fahimtar da jikin mu ya gane kuma ya yaki kwayoyin cutar.

Shin mutum zai iya kamuwa da Korona bayan ya yi rigakafi?

Ee, zai iya yiwuwa, amma ba za ta zo da sauki. Rigakafi na hana ka samun matsanancin ciwo ne daga cutar

Najeriya na da wasu matsalolin kiwon lafiya na gaggawa da ba a magance ba, me ya sa ake ta maganar Korona?

Korona cuta ce mai yaduwa, ta na da saurin yaduwa dan haka ba dadewa da gano ta ta zama annoba, wadda a farko ba wani magani ko rigakafi da aka sani da zai magance ta ya tsayar da yaduwar ta. Annobar ta zama babbar barazana ga fadin duniya kasancewar ba kasar da ta tsira. Haka kuma yadda mutanen da su ka kamu da cutar su ka ringa mutuwa ba ji ba gani, ya sa dole gwamnatin Najeriya ta dauki matakin gaggawa kamar yadda sauran kasashen duniya su ka yi. Gwamnatin najeiriya ta ci gaba da bayar da kulawa ga sauran ayyukan kiwon lafiya hatta a cikin rintsin annobar.

Mutane na damuwa sosai kan yin rigakafin har sau biyu sannan kuma a sake yin wani wai na habaka rigakafi

Dangane da allurar habaka rigakafin alfanun ta na da yawa, sun hada da: rage illoli daga kwayoyin cuta, rage hadarin kamuwa sakamakon cudanya, tasiri akan sabbin nau'in cutar da bunkasa garkuwa.

Shin haramun ne a dauki jini ko wani samfurin yin gwaji a jikin mutum a lokacin Ramadan?

A'a, ana iya bayar da jini, majina, ko sauran samfurin da ake bukata don yin gwaji a lokacin azumi, hakan baya karya azumi.

Tambayoyin da ake yi akai-akai

Ta yaya zan bayar da shawara ga wani daga cikin jama'a ta, wanda ke da nuna alamomin rashin lafiyar yayin ayyukan ibada?

A ja shi gefe guda a yi Magana da shi ta fahimta ba tare da sauran mutane sun ji ba a bashi shawarar zaunawa a gida da yin gwajin Korona da kuma tabbatar da cewa sakamakon ya nuna baya dauke da ita.

Ta wacce hanya zan taimaka don tabbatar da cewa mabiya na ba su boye yiwuwar daukan korona ba?

Samar da yanayin da ba a yarda da nuna kyama ba kuma ana karfafa gwiwar kowa ya yi gwaji idan ba lafiya ko mutum na zargin ya yi mu'amala a inda zai iya kamuwa.

Korona gaskiya ce, kuma akwai ta a nan. Cutar ba ruwanta da jinsi, imani, addini, ko shekaru,

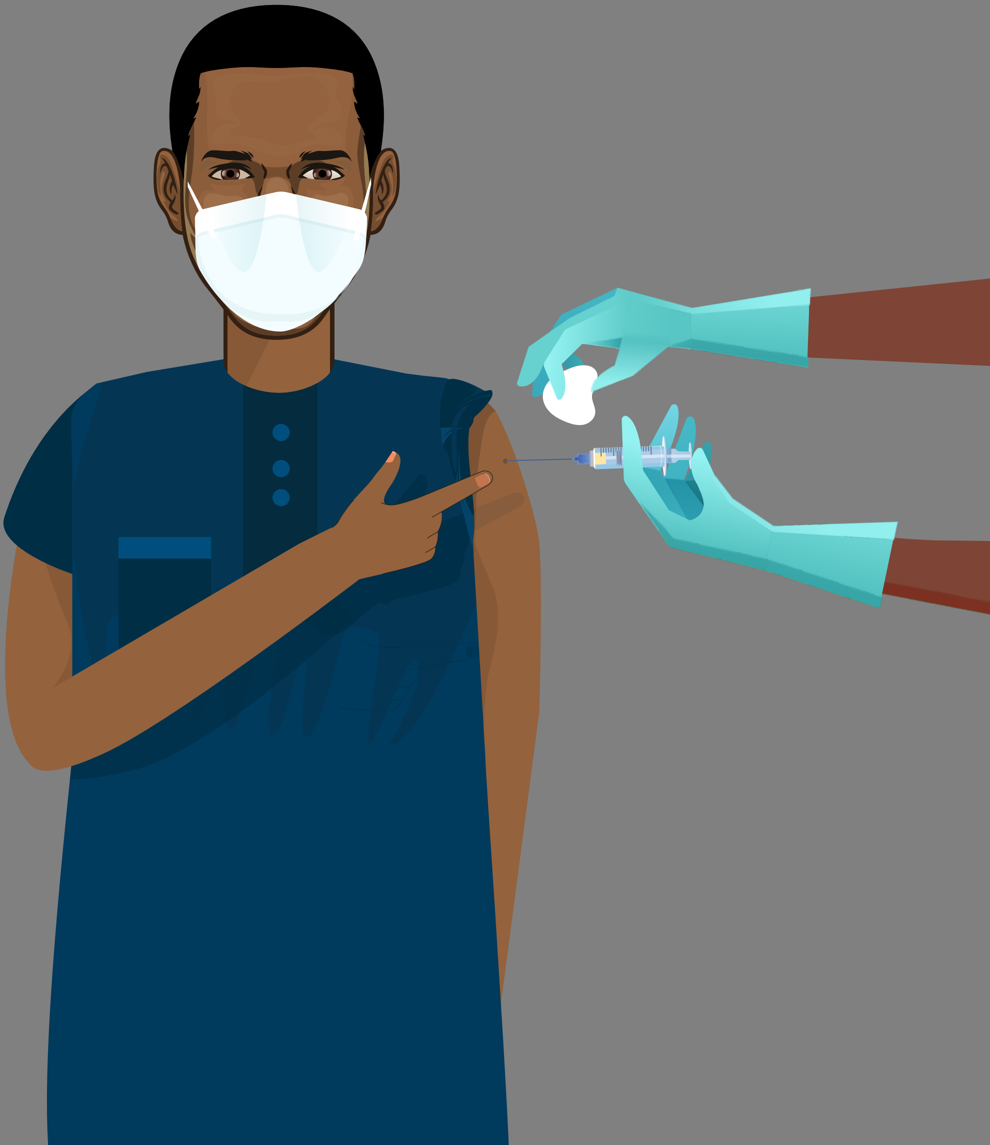
ta na kama duk wanda ya yi karo da ita. Alhakin shugabanni ne su fadakar da mabiya da magoya bayan su, su kare lafiyar su, kuma su inganta walwalar su. Kowa na da alhakin kiyaye kan sa da sauran mutane ta hanyar karbar rigakafi da bin ka'idojin kariya da ba na asibiti ba kamar sanya takunkumi, wanda ya kamata kowa ya dauke shi da muhimmanci.

A yanzu, shawarar da za a baiwa mutane ita ce su yi rigakafin korona

- Rigakafin Korona ba shi da hatsari
- Rigakafin Korona na da tasiri
- Akwai rigakafin Korona a cibiyoyin rigakafi da aka ware mafi kusa da ku
- Rigakafin korona Kyauta ne

Gwajin cutar KORONA
kyauta ne a dakunan
gwaje-gwaje na jama'a

Rigakafin Korona kyauta ne, bashi da wata matsala kuma yana da tasiri



QURAN
BIBLE