

# Bayani ga marasa lafiya da aka shigar da su asibiti da Kwayar Cutar COVID-19

COVID-19 na iya haifar da karamar cuta har zuwa babbar cuta

Covid-19 na iya jawo cututtuka kanana da manya

An shigar da ku asibiti don da cutar covid-19 don mu iya lura da numfashin ku . Ana iya tattalafa numfashin ku tare da oxygen kuma wani lokaci tare da na'urar motsa iska

Wannan takarda za ta bayyana irin jinyar da zaku samu da kuma irin tallafin da zata kassance

## Wane jinya zan samu?

Tare da matakan aiki don magance cutar, yana da mahimmanci mu rage damuwa da watakil ku sha. Ana yin Wannan ta hanyar magance alamun ku.

- Ana iya inganta rashin numfashi ta hangar natsuwa da kwancar hankali kamar yadda zai yiwu. Za muyi amfani da magani don taimakawa tare da Wannan. Morphine shine maganin wanda ake mafi amfani don rage ciwo. Kodayake yawancin, ana ba da shi do rage zafi, ana iya ba dashi don saukaka jin motsin rai.
- Idan akwai Tari kuma, ana iya samun nutsuwa ta morphine
- Damuwa na iya zama gama gari; magunguna da ake yin amfani da su don saukake wanna alama sun hada da lorazepam da midazolam
- Rashin natsuwa na iya faruwa dan kun kama da zazzabi kuma ana ima sarafa wannan ta amfami da paracetamol

Za a bazu magunguna akai akai duk lokacin da kuke bukatar su. Idan bazu sami damar hadiye maganin ba, za a ba ku a zamman alura, ko ta hangar jijiya, ko a cikin fata.

A cikin mafi munin yanayi, covid-19 na iya shafar huhu sosai, hana su yin aiki na yau da kullum. Ana iyi amfani da injin iska don motsa iska ciki kuma daga cikin huhun don taimaka muku numfashi. Watakila kuna bukatar kasancewa cikin matashin iska tsawan kwanaki har lokacin da huhunku zai iya yin aiki yadda ya kamata

## Zan iya yanke shawara yadda ake bi da ni?

Ya kamata ku tattauna da likitoci game da abin da ke da mahimmanci a gare ku. Kila kuna da fifiko game da yadda, kuma lokacin da yakamata a dauke wasu matakkai. Misali, lokacin da za'a fara samun iska ko kuma don farar zuciya idan ta tsaya. Likitocin zasuyi tunanin ra'ayoyiku tare da yanayin lafiyar ku. Yanke shawara mai wuya game da lafiyar ku na iya bukatar hanzari idan kun kamu da rashin lafiya, saboda haka yana da mahimmanci ku sanar da kungiyar likitocin su san abin da kuke so su yi tun da wuri.

Idan bazu da tabbas, da fatan za a tattauna da daya daga yan kungiyar likitoci.



Dr. Sabrina Bajwa ne ya tattare wannan littafin bayana(Cicely Saunders Institute, Kwalajin Sarakuna London) tare da shigawar mai yawa daga marubuta/kungiyoyi makula don rakya EJR edita " Na kulawa da sassan kulawa na masu kwayayr cutar Covid-19". Da fatar za a buga wannan editan kamar haka:

Bajwah S, Wilcock A, Towers R, Costantini M, Bausewein C, Simon ST, Bendstrup E, Prentice W, Johnson MJ, Currow DC, Kreuter M, Wells AU, Birring SS, Edmonds P, Higginson IJ (2020). " Na kulawa da sassan kulawa na masu kwayayr cutar Covid-19. EJR: doi <https://doi.org/10.1183/13993003.00815-2020>

Samar da April 2020

## Ta yaya zan iya yin magana da wadanda ke da mahimmanci a gare ni?

Akwai ka'idodin warewa masu tsanani a cikin asibiti da kuma a waje. Wannan na nufin cewa kila a hana ku izinin baki. Duk wani bako, dole ne ya sa kayan kariya na sirri( kuma aka sani da PPE - face mask, da sauransu). Duk inda zai yiwu, ma'aikatan asibitin za su kokarin taimaka maku sadarwa tare da mutane masu mahimmanci a cikin tarho ko kiran bidiyo. Da fatan za ku sanar da ma'aikatan asibitin idan kun yarda su raba bayana ta Wannan hanyar kuma idan akwai takamaiman mutanen da kuke so a dingi sanar da su game da yanayin ku.

## Zan Iya samun karin tallafi?

Mun fahimci cewa wannan mawuyancin lokaci ne. Watakila kuna son magana game da yadda kuke ji. Don Allah ku tambayi wani dan ma'aikatan asibitin don tuntubar kowane hanya na tallafi wadanda suke a gare ku:

Jerin Tallafin hidimar asibiti: