COVID-19 (dating Novel Coronavirus, o 2019-nCoV)

# Mga Palagiang Katanungan

Nabago Pebrero 28, 2020

*Mga Acronym at abbreviation na ginamit sa dokumentong ito:*

- **2019-nCoV**: 2019 Novel Coronavirus
- **CDC**: US Centers for Disease Control & Prevention
- **COVID-19**: Coronavirus Disease 2019
- **HDOH**: State of Hawaii Department of Health
- **MERS**: Middle East Respiratory Syndrome
- **SARS**: Severe Acute Respiratory Syndrome
- **SARS-CoV-2**: Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2
- **WHO**: World Health Organization
- **HNL**: Daniel K. Inouye International Airport

## PANGKALAHATANG PANANAW

### Ano ang COVID-19?

COVID-19 (dating tinatawag na “2019 Novel Coronavirus,” abbreviated as “2019-nCoV”) ay isang bagong respiratory virus na unang nakita sa central Chinese city ng Wuhan, sa lalawigan ng Hubei. Ito ay kumalat sa iba’t-ibang lungsod ng China at ganoon din sa mahigit 27 na bansa, kasama na rito ang Estados Unidos. Noong Enero 30, 2020, idineklara ng WHO ang isang Public Health Emergency of International Concern. Sa ngayon, wala namang kumpirmadong kaso ng COVID-19 dito sa Hawaii.

### Ano ang tamang tawag sa pagsiklab ng sakit na ito at ang virus na nagsanhi nito? 2019-nCov ang tawag dito, di ba?

Ang mga pandaigdigang eksperto ng mga virus ay opisyal na nilang pinangalanan ang virus na dahilan ng pagsiklab “SARS-CoV-2.” Ito ay pinaikling “Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2.” Pagkatapos ng pagsasaliksik sa bagong coronavirus, napag-alaman ng mga siyentista na ito ay halos pareho sa virus na pinagmulan ng SARS epidemic noong 2002 at 2003. Ang virus na pinagmulan ng SARS ay tinatawag na SARS-CoV, kaya ang bagong coronavirus na ito ay tinatawag na SARS-CoV-2.

Kahit ang virus ay kilala bilang SARS-CoV-2, ang sakit na ibinibigay nito ay opisyal ng tinawag na COVID-19 (pinaigsing tawag sa coronavirus disease 2019). Pagkatapos ng unang pagsiklab nito sa Wuhan, China, ang sakit at ang virus ay laging tinatawag na “2019 Novel Coronavirus,” na karaniwang pinaigsi bilang “2019-nCoV.” Ang pangalang “COVID-19” ay inaasahang siyang papalit sa “2019 Novel Coronavirus” at “2019-nCoV,” kahit gagamitin pa rin ang mga lumang pangalan nito sa ngayon.

**Ako ba ay nasa panganib mula sa COVID-19 kahit ako ay nasa Estados Unidos?**
Ang sitwasyong ito ay mabilis na nagbabago at ang pagtataya sa panganib ay araw-araw ding nagbabago. Ang pinakabagong impormasyon ay matatagpuan sa CDC's COVID-19 website at HDOH's COVID-19 website. Ang mga tao sa Estados Unidos na maaaring hindi pa nalantad sa biglaang panganib ng kalusugan, mababa pa ang panganib na sila ay mahawa ng COVID-19. Gayunpaman , ang mga awtoridad ng public health tulad ng CDC at HDOH ay nais nitong maging handa ang bawat isa para sa posibleng pagkalat ng COVID-19 sa Estados Unidos.

Mula Pebrero 28, 2020, mayroon nang 15 na kaso ang kumpirmado sa Washington State, California, Arizona, Illinois, Massachusetts at Wisconsin. Tatlo lamang ang pinakabagong bilang ng tao na pumunta sa China; ang dalawang natitirang mga kaso ay malapit na nakihalubilo sa isang taong mayroong impeksiyon, ang pangatlong kaso na kumpimardo ay hindi pa nila alam kung saan nahawa ito.

Mayroon ding 45 na kaso ng COVID-19 mula sa mga taong naibalik sa Estados Unidos, kabilang dito ang 3 na mula sa Wuhan, China, at 42 ang galing sa *Diamond Princess* cruise ship na na-quarantined sa Yokohama, Japan.

Noong Pebrero 25, kinumpirma ng CDC na may isang tao sa northern California na may COVID-19 ngunit hindi naman ito pumunta sa mga lugar na may COVID-19 o nakihalubilo sa isang pasyente na may COVID-19. Ito ay maaaring isang halimbawa ng isang community spread ng COVID-19, at ito ang unang pangyayari dito sa Estados Unidos. Ang kahulugan ng Community spread ay ang pagkalat ng isang sakit at hindi malaman kung saan nanggaling o kung kanino nagsimula ito. Posible rin naman na ang isang pasyente ay nakahalubilo nito ang isang biyahero na may impeksiyon.

Seryoso ang CDC sa COVID-19. May panganib kung ikaw ay lantad dito; mas malaki ang panganib ng mga manggagawa sa healthcare at mga miyembro ng pamilya o mga malapit na kasama sa bahay na nag-aalaga sa mga taong may impeksiyon ng COVID-19 kaysa sa mga pangkalahatang publiko.

Ang kasalukuyang kalagayan ng buong mundo ngayon ay maaaring magkaroon ng pandemic dahil sa virus (pagkalat ng isang sakit sa buong mundo). Inaasahan ng CDC na mas marami pang mga kaso ang matutuklasan sa mga susunod na araw, at posibleng magkakaroon ng person-to-person na pagkalat nito sa Estados Unidos.

**Panganib ba ang COVID-19 sa Hawaii?**
Walang mga kaso ng COVID-19 sa Hawaii, at sa ngayon, mababa pa ang panganib nito sa kalusugan. Gayun pa man, ang pederal, estado, at mga lokal na opisyal ng Hawaii ay nalaman na nila ang grabeng sitwasyon at sila ay puspusang nakikipagtulungan sa mga opisyal ng pederal COVID-19 para maiwasan ang pagkalat nito sa loob ng ating estado.

Sa isang punto, maaaring mayroon nang isang kaso sa Hawaii. Kaya nais ng HDOH na malaman at gawin ng publiko ang mga mahahalagang bagay na panhadlang tulad ng palagiang paghuhugas ng kamay ng sabon at tubig sa loob ng 20 segundo o ng alcohol-based hand sanitizer, para maiwasan ang pagkalat ng COVID-19 kung sakaling mayroon dito.

Kahit ang COVID-19 ay hindi malawakang kakalat sa Hawaii, ang pagkuha ng ating mga pangangailangan ay maaaring maapektuhan. Ang mga residente ng Hawaii ay dapat nilang siguraduhin na sila at ang kanilang tahanan ay may nakahandang emergency kit na magtatagal ng hindi bababa ng 14 na araw, kung sakaling may isang miyembro ng pamilya na ma-quarantine o kung magkakaroon ng pagkukulang ng mga ilang pangangailangan, tulad ng mga gamot at pagkain, kung magpapatuloy man ang pandemic. Para sa karagdagang kaalaman kung papaano maghanda ng isang pampamilyang emergency kit ay bisitahin ang health.hawaii.gov/prepare/protect-your-family.

Patuloy ang pagbibigay ng impormasyon ng HDOH sa bawat pagkakataon at sa tuwing may pagbabago ang mga federal directives. Hinihimok namin ang bawat isa na alamin kung ano ang COVID-19 sa pamamagitan ng laging pagkuha ng impormasyon mula sa mga mapapagkatiwalaang sources, tulad ng mga website ng CDC at HDOH.

**Ano ang mangyayari kung mayroong person-to-person na pagkalat sa Hawaii o saanman sa Estados Unidos?**

Maaaring pabagalin ng ating aktibong paggawa sa mga gawing pag-iwas sa COVID-19, mahalaga pa rin na tayo ay handa sa posibilidad na pagkalat nito sa Hawaii. Ayon sa CDC, kung may malawakang pagkalat ng COVID-19 sa Estados Unidos, may malaking bilang ng mga tao ang sabay-sabay na mangangailangan ng medical care. Ang mga paaralan, childcare centers, workplaces, at iba pang mga lugar kung saan nagtitipon ang mga tao ay maaaring makaranas ng mas mababang bilang ng tao. Maaaring ma-overload din ang mga public health at healthcare systems, dahil sa mataas na porsiyento ng mga naoospital at namamatay. Ang mga ibang kritikal na sangay tulad ng law enforcement, emergency medical services, at industriya ng transportasyon ay maaaring maapektuhan din. Maaari ring mahirapan ang mga health care providers at mga ospital. Sa ngayon ay wala pang bakuna na maaaring magbigay proteksyon kontra sa COVID-19 at wala pang naaprubahan na mga gamot para gamutin ito. Ang Nonpharmaceutical interventions ang pinakamahalagang tugon sa ngayon.

**Ano ang mga coronaviruses?**

Ang mga Coronavirus ay isang malaking pamilya ng mga virus at napangalanan ang mga ito ng ganito dahil sa crown-like spikes na nasa labas nito. Ang mga ito ay pangkaraniwang uri sa mga hayop, tulad ng mga camel, baka, pusa, at mga paniki. Bihira na ang mga coronavirus ng mga hayop ay malilipat sa mga tao at kakalat mula tao sa tao.

Pangkaraniwan ang mga coronavirus ng tao sa buong mundo at ang mga ito ay maaaring maging sanhi ng mild to moderate na pagkakasakit (halimbawa, “ang pangkaraniwang sipon”). Ang ilan sa

mga coronavirus na nakakahawa sa mga tao na siyang nagiging sanhi ng mga malalang sakit tulad ng mga coronavirus na pinagmumulan ng MERS at SARS.

Ang COVID-19 ay isang bagong (o novel) coronavirus na nagmula sa Wuhan, China, at siyang sanhi ng kasalukuyang pagsiklab ng parang pneumonia na sakit. Maaaring ito ay nagmula sa mga hayop, ngunit ngayon ay maaari ng kumalat sa mga tao.

**Ang COVID-19 ba ay tulad ng SARS at MERS?**
Hindi, ang mga ito ay ibang mga coronavirus.

**Papaano kumakalat ang COVID-19?**
Kahit ang SASRS-CoV-2 (ang virus na pinagmulan ng COVID-19) na ito ay mula sa isang hayop, ito ay maaaring kumalat mula sa isang tao at hawahan ang mga ibang tao. Ang ilang mga virus ay lubhang nakakahawa (tulad ng tigdas), samantalang ang iba ay hindi nakakahawa. Hindi pa rin maliwanag kung gaano kadaling kumalat sa mga tao ang COVID-19. Ang pangkaraniwang pagkalat ng mga coronavirus (pati na ang pangkaraniwang sipon) ay sa pamamagitan ng droplets kung ang isang taong may sipon ay umubo o bumahin. Ang isang tao ay maaaring mahawa kung ang mga droplets ay tumama sa bunganga o ilong o sa mga mata.

**Hanggang kailan nakakahawa ang isang taong may COVID-19?**
Sa ngayon, pinag-aaralan ng CDC at ang mga iba pa ang mga nakalap na mga impormasyon para ito ay maintindihang mabuti. Tulad ng ibang mga coronavirus, ang isang tao ay nakakahawa habang siya ay may sakit. Kung gayon, patuloy kaming kumakalap ng impormasyon para laging bago ang ating mga balita.

**Inilalathala ba ng HDOH ang mga pangalan ng mga kumpirmadong kaso o mga tao na kasalukuyang ini-imbestigahan?**
Pinoprotektahan ng HDOH ang pagkapribado ng isang pasyente at hindi nito inilalathala ang kanilang mga pangalan o iba pang mga impormasyon na maaaring pagkakilanlan ng pagkatao ng isang taong nahawa ng COVID-19 o isang tao na naka-quarantine.

Gayundin naman na ang mga nakihalubilo sa mga maysakit ay may karapatang malaman nila at protektahan ang kanilang mga sarili. Kung may nalaman ang HDOH na mayroong tao na may posibleng COVID-19, isang masusing imbestigasyon ang mangyayari at tutuntunin at makikipag-ugnayan sa mga nakahalubilong mga tao sa panahong sila ay nakakahawa. Nakakahawa ang virus sa matagal na pakikihalubilo sa taong mayroon nito, kaya ang mga taong saglit lamang ang kanilang naging pakikihalubilo sa loob at labas man ng bahay ay hindi maibibilang na nasa panganib ng pagkahawa.

## MGA SINTOMAS AT KUNG PAPAANO GAMUTIN

**Anu-ano ang mga sintomas ng ng COVID-19?**

Ang mga pasyenteng may COVID-19 ay mayroong katamtaman hanggang grabe na respiratory illness, pati na ang mga sumusunod na sintomas:

- Lagnat
- Ubo
- Parang kinukulang ang paghinga o talagang hindi makahinga

Ang ilang mga pasyente ay maaaring hindi lagnatin, tulad ng mga bata, matatanda, immunosuppressed, at mga taong umiinom ng pangpababa ng lagnat o iba pang mga gamot.

**Gaano katagal bago makita ang mga sintomas?**
Naniniwala ang CDC na ang mga sintomas ng COVID-19 ay maaaring lumabas pagkatapos ng 2 o 14 na araw ng pagkalantad.

**Mayroon bang kumplikasyon ang COVID-19?**
Maraming pasyente na may COVID-19 ang nagkumplikasyon ng pneumonia sa dalawang baga. Ang ilan ay namatay.

**Paano ginagamot ang COVID-19?**
Ang COVID-19 ay walang espisipikong antiviral na gamot. Ang mga taong mayroon nito ay dapat tumanggap ng kaukulang pag-alaga para maibsan ang mga sintomas.

**Dapat ba akong magpa-eksamen para sa COVID-19 impeksiyon?**
Kung ikaw ay galing sa China (hindi kasali ang Hong Kong, Macau, o Taiwan) sa nakalipas na dalawang linggo at nakakaramdam ka ng mga sintomas ng sakit sa respiratory (tulad ng ubo o parang kulang ang paghinga mo), o nakasalamuha mo ang isang taong mayroon ding sintomas nito sa loob ng 14 na araw na pamamalagi mo sa China, mangyaring tawagan mo ang iyong healthcare provider at banggitin ang iyong biyahe o ang nakasalamuha mo doon. Makikipagtulungan ang healthcare provider sa Hawaii Department of Health (HDOH) para malaman kung ikaw ay kailangang maeksamen.

Ang mga taong nagpunta sa mga lugar na sinabi ng CDC na may malawakang pagkalat ng COVID-19 (tulad ng South Korea, Japan, Italy, Iran, at iba pang mga bansa) ay dapat nilang obserbahan ang kanilang kalusugan sa loob ng 14 na araw pagtapos nilang lisanin ang mga lugar na iyon. Kung sila'y magkakaroon ng lagnat o ubo, dapat nilang tawagan ang kanilang healthcare provider para sa patnubay at sabihin sa kanila ang kanilang mga sintomas at ang mga pinuntahang mga lugar.

**Ano ang eksamen para sa SARS-CoV-2 o COVID-19? Maaari ba na alinman sa mga laboratoryo ng Hawaii ang mag-eeksamen nito?**
Makikita ang SARS-CoV-2 (ang virus na pinagmulan ng COVID-19) sa pamamagitan ng eksamen ng mga respiratory specimen at serum (dugo). Ang mga komersyal at laboratoryo ng mga ospital ay walang kakayahang gawin ang eksamen para sa virus. Ang mga healthcare provider na nag-aakalang may mga pasyente sila na may COVID-19 ay maaaring makipag-ugnayan sa HDOH para

maeksamin ang kanilang mga specimen. Ang pag-eeksamin ay maaaring gawin sa Hawaii State Laboratories Division, o sa CDC sa Atlanta, Georgia. Maaari ring hilingin ng provider ang eksamin ng transkaso para masabing ang mga sintomas ay hindi galing sa trangkaso.

**Ihahayag ba ng HDOH kung mayroong kumpirmadong kaso dito sa Hawaii at kung saang lugar ito?**
Ihahayag ng HDOH sa publiko kung mayroong kumpirmadong kaso. Nirerespeto ng HDOH ang pagkakilanlan ng mga tao at ang kanilang mga pamilya at tinataya na hindi malalabag ang aming misyon na protektahan ang kalusugan ng publiko. Kaya, ang pangalan lamang ng county ang babanggitin kung saan nakatira ang taong napag-alamang apektado.

> **Di ba may isang kaso na mula sa isang bisita na galing Japan? Anong nangyari dito?**
> Noong Pebrero 14, sinabi ng CDC sa HDOH na may bisita mula sa Japan na naospital at nagpositibo ng COVID-19 pagkatapos nitong bumisita sa Hawaii. Nagkaroon rin ng mga sintomas ang asawang babae nito pagkatapos makabalik sa Japan at nagpositibo rin ito sa COVID-19. Bumisita ang mag-asawa sa Maui mula Enero 28 hanggang Pebrero 3, at sa Oahu mula Pebrero 3 hanggang Pebrero 6, 2020.
>
> Kahit hindi maaaring ilathala ng HDOH ang pangalan ng mga nahawang tao dahil sa privacy concerns, ang HDOH ay nakikipagtulungang maigi sa Japanese consulate sa Honolulu at sa Japan’s Ministry of Health para malaman kung saang mga lugar ang pinuntahan ng mga ito sa Hawaii. Hinihiling ng HDOH ang mga taong maaaring nakahalubilo ng mga ito na obserbahan ang kanilang mga sarili kung may mga sintomas ng impeksiyon sa loob ng 14 na araw. Pagkatapos ng masusing pag-iimbestiga ng HDOH, walang natuklasang tao na nakahalubilo ng mga bisita na nagkasakit. Patuloy pa rin ang pagbabantay ng HDOH para sa alinmang sitwasyon na maaaring ma-ugnay sa sitwasyong ito.

## PRIBENSYON AT PROTEKSYON

**Paano ko mapoprotektahan ang sarili ko at ang aking pamilya?**
Ang pinakamabuting paraan para maiwasan ang pagkahawa sa alin mang sakit ng respiratory (pati trangkaso) ay ang pagsunod sa mga pang-araw-araw na aksyon ng pribensyon:

- Magpabakuna ng para sa trangkaso. Sa kasalukuyang panahon ng trangkaso, maaaring magkaroon ng kalituhan dahil magkapareho ang mga sintomas ng mga ito tulad ng lagnat at pag-ubo. Inirerekomenda namin na ang mga residente mula 6 na buwan ang gulang at mas matanda pa na magpabakuna ng para sa trangkaso para maprotektahan ang kanilang mga sarili.
- Laging maghugas ng kamay ng sabon at tubig sa loob ng di bababa ng 20 segundo, lalo na pagkagaling sa banyo; bago kumain; at pagkatapos magsinga sa ilong, umubo o magbahin.

- Kung walang tubig at sabon, gumamit ng alcohol-based hand sanitizer nang may 60% alcohol. Laging hugasan ang kamay ng sabon at tubig lalo na kung marumi talaga ang mga ito.
- Iwasang hawakan ang iyong mga mata, ilong, at bunganga kung hindi pa naghugas.
- Iwasang makisalamuha sa mga taong may sakit.
- Huwag lumabas ng bahay kung ikaw ay may sakit.
- Balutin ang iyong plema ng tisyu at magtakip kung magbahin; at saka itapon sa basurahan ang tisyu.
- Palagiang linisin at mag-disinfect lalo na sa mga bagay na laging hinahawakan gamit ang isang regular na cleaning spray o wipe.

**May bakuna ba sa SARS-CoV-2/COVID-19?**
Sa ngayon ay wala pang bakunang pangproteksyon kontra sa virus na ito. Ang tanging pamamaraan para maiwasang mahawa ay ang paggawa sa mga panghadlang na gawain tulad ng laging paghugas ng kamay.

**Ang bakuna ba ng trangkaso ay nakakapagbigay proteksyon laban sa COVID-19?**
Ang taunang bakuna ng trangkaso ay hindi proteksyon kontra sa COVID-19, ngunit ito ay inirerekomenda para sa lahat ng may edad 6 na buwan o mas matanda pa para maiwasan ang influenza (ang trangkaso).

**Bakit pa rin ako magpapabakuna?**
Ang mga sintomas ng COVID-19 ay kapareho ng mga sintomas ng influenza (trangkaso). Ang mas mababang kaso ng trangkaso (pagpapabakuna ng trangkaso) ay nakakatulong maibsan ang mga trabaho ng mga healthcare provider at facilities, dahil kung kaunti ang may mga sintomas ng trangkaso ay mas madaling pagdiditek sa mga taong may COVID-19 infection.

Mahalaga din ito dahil ang bakuna ng trangkaso ay pinoprotektahan ka nito sa trangkaso, at hindi mahawa ang mga ibang tao, at sa mga may mahinang immune systems. Para sa mga taong ganito, ang trangkaso ay maaaring maging sanhi ng kanilang kamatayan.

**Ang pagsusuot ba ng mask ay proteksyon kontra sa COVID-19?**
Kung ang isang tao ay malusog, hindi na kailangang magsuot nito para makaiwas ng impeksiyon. Ang pinakamabuting pag-iwas ay ang paghuhugas ng kamay (bago hawakan ang iyong mukha, ilong o bunganga), takpan ang iyong ilong at bunganga ng tisyu o ng siko mo kung uubo o magbabahin, limitahan ang pakikisalamuha sa mga taong may sakit, huwag lalabas ng bahay kung may sakit. Kung may sakit ka, ang pagsusuot ng face mask ay maaring makatulong para hindi mahawa ang ibang tao kung ikaw ay magbabahin o uubo.

## ANG PAGBIBIYAHE SA/MULA CHINA AT ANG MGA IBA PANG APEKTADONG BANSA

**Kagagaling ko lamang sa China. Ano ang dapat kung gawin?**

Kung kararating mo dito sa Estados Unidos mula mainland China (hindi kasali ang Hong Kong, Macau, o Taiwan) **bago o pagkatapos ng Pebrero 3, 2020**, huwag lalabas ng bahay at imonitor ang iyong kalusugan sa loob ng 14 na araw pagkatapos mong umalis sa China:

- Huwag lalabas ng bahay at iwasan ang mga grupo, pati na sa trabaho at paaralan. Kung maaari, mayroon sanang miyembro ng pamilya/kaibigan, na hindi bumiyahe ng China, na siyang gagawa ng mga trabaho mo tulad ng pagkuha ng pagkain o mga gamot. Iwasan ang paggamit ng pampublikong transportasyon, mga taxi, o nakikisakay kung maaari.
- Kung ikaw ay may lagnat (100.4°F/38°C) o ubo, tawagan ang HDOH at sumangguni sa kanila bago magpakonsulta. Kung hindi mo makontak ang HDOH at nahihirapan kang huminga, *pumunta kaagad* sa sa opisina ng iyong doctor o emergency room at *sabihin sa kanila ang iyong pinakabagong biyahe at mga sintomas*.

Kung galling ka sa mainland China (hindi kasali ang Hong Kong, Macau, o Taiwan) **bago Pebrero 3, 2020**, at wala ka namang mga sintomas, maaari kang pumunta sa paaralan o sa trabaho. Kung galing ka sa China ng hindi hihigit sa 14 na araw at may lagnat ka, ubo, o nahihirapang huminga, dapat kang:

- Sa bahay lamang at iwasang makisalamuha sa mga tao liban sa pagpapakonsulta.
- Tawagan ang HDOH para sa advice bago magpakonsulta. Kung hindi mo makontak ang HODH, bago ka pumunta sa opisina ng doktor o emergency room, *call ahead at sabihin sa kanila ang iyong pinakabagong biyahe at mga sintomas*.

**Hindi ba mapanganib ang pagpunta sa China?**

Noong Pebrero 2, 2020, nagpalabas ang U.S. Department of State ng level 4 travel advisory para sa buong China at inirerekomenda na huwag bumiyahe sa China dahil sa pagsiklab ng COVID-19 (U.S Department of State China Travel Advisory).

- Bilang pagtugon sa pagsiklab ng respiratory illness, pinatigil ng mga opisyal ng China ang transportasyon sa loob at paglabas sa Wuhan at sa ibang mga lungsod ng lalawigang Hubei, kasali na rito ang buses, subways, trains, at international airport. Maaaring magkaroon ng mga karagdagang mga limitasyon at kanselasyon.
- Limitado ang kaukulang paggamot sa mga apektadong lugar.
- Ang mga bumibiyaheng tao na hindi citizen ng U.S. o walang green card na galing China sa loob ng 14 na araw ay maaaring pagbawalang pumasok sa Estados Unidos ayon sa presidential directive na epektibo noong Pebrero 2, 2020.

**Balak kong bumiyahe sa labas ng bansa, ngunit hindi sa China. Hindi ba mapanganib ang pagpunta sa mga ibang bansa?**

Patuloy ang pagkalat ng COVID-19 at hindi natin masasabi kung ang mga ibang bansa ay maituturing pa ring “ligtas” na destinasyon sa mga susunod na buwan. Sinumang tao ang may plano na pumunta sa ibang bansa ay dapat nitong alamin ang pinakabagong Traveler’s Health Recommendations para sa kanilang espisipikong destinasyon, dahil patuloy nga ang pagkalat nito.

Sa kasalukuyan ay ipinagbabawal lamang ng Department of State ang pagpunta sa mainland China(hindi kasali ang Hong Kong, Macau, at Taiwan).

Gayun pa man, itinaas ng CDC ang Travel Notice para sa South Korea sa Level 3 (“Babala”) dahil sa malawakang pagkalat ng COVID-19 sa bansang ito. Inirerekomenda ng CDC na iwasang pumunta sa South Korea kung hindi talagang kailangan.

Idineklara ng CDC ang Level 2 (“Alert”) Travel Notice para sa Japan, Italy, at Iran dahil sa patuloy na pagkalat ng COVID-19 sa mga bansang ito. Ang alert na ito ay sinasabihan ang mga matatanda at mga taong may mga pangmatagalang sakit na huwag munang pumunta sa mga lugar na ito dahil mataas ang pagkakataon na mahawa ng mas grabeng sakit.

Idineklara rin ang Level 1 (“Watch”) Travel Notice para sa Hong Kong, at ito ay nagpapahiwatig na ang mga tao ay dapat nilang “gawin ang karaniwang gawi ng pag-iwas” kung dumadalaw sa mga lugar na ito. Binibigyang-importansya ang pagsunod sa mga pangunahing gawi ng pag-iwas para makaiwas sa sakit habang nasa biyahe at obserbahan ang kalagayan. Ang mga pangunahing pag-iwas sa sakit ay ang hindi pakikihalubilo sa mga maysakit, iwasang hawakan ang mga mata, ilong at bunganga kung hindi nahugasan ang mga kamay, at laging hugasan ang mga kamay ng sabon at tubig sa loob ng hindi bababa ng 20 na segundo.

Mabuting i-tsek ng mga residente ng Hawaii ang mga travel advisories sa ibang mga bansa na matatagpuan sa mga website ng U.S. Department of State at CDC. Kahit hindi ipinagbabawal ng U.S. ang pagpunta sa ibang bansa sa ngayon maliban sa mainland China, ngunit alam natin ang nagiging sitwasyon sa China at ang mga kalapit nitong bansa sa East asia nang dahil sa COVID-19, maaring isiping-muli ng mga residente ng Hawaii ang kanilang mga plano tungkol sa pagpunta sa rehiyon dahil sa mga restriksyon at quarantine criteria na pinapatupad ng mga ibang bansa o ipapatupad pa lang. Maaring ang mga restriksyon na ito ang siyang maging dahilan ng pagkaantala ng iyong byahe at maaaring lumikha ng problema para sa mga residente ng Hawaii na umuuwi.

**Dapat ko bang bigyang pansin ang mga produktong galing sa China?**
Walang ebidensya na ikaw ay maaaring mahawa ng COVID-19 sa pamamagitan ng mga produkto na mula sa China. Ang COVID-19 ay tulad ng mga coronavirus na SARS at MERS na hindi nabubuhay ng matagal sa mga ibabaw. Kundi, ang mga ito ay karaniwang kumakalat mula sa bawat tao sa pamamagitan ng respiratory droplets.

**Paano naman ang mga animal products mula China?**
Sa kasalukuyan, walang ebidensya ang CDC na ang mga hayop o mga animal products na mula China ay maaaring makapagbigay ng panganib sa pagkalat ng COVID-19. Laging mapapabago ang mga impormasyon tuwing mayroong pagbabago.

**Nasa panganib rin ba ang aking alagang pet mula sa COVID-19? Mayroon bang COVID-19 ang mga hayop sa Hawaii?**
Kahit na ang coronavirus ay parang galing sa hayop, ito ay kumakalat na mula tao sa tao. Walang rason para paniwalaan na ang mga hayop o pet sa Hawaii o saan mang lugar sa Estados Unidos ay maaaring nasa panganib ng impeksiyon mula sa COVID-19.

## SITWASYON SA HAWAII

**Ano ang ginagawa ng HDOH para mabantayan ang sitwasyon sa COVID-19?**
Maraming ginagawa ang HDOH para mabantayan ng maigi ang sitwasyon ng COVID-19:

- Sa ngayon, walang sino mang tao sa Hawaii ang nangangailan ng imbestigasyon para sa posibleng pagkakaroon ng impeksiyong COVID-19; binabantayan namin ang kasalukuyang disease surveillance systems at nirerepaso ang mga dapat na aksyon ng pagresponde kasama ang mga kaugnay na in-state partners.
- Kami ay laging nakikipagtulungan sa CDC at sa mga state public health partners para mabantayang maigi ang sitwasyon at para masigurado na ang Hawaii ay handa kung mayroon mang matutuklasan na isang tao na posibleng nakihalubilo o nahawa ng COVID-19 sa Hawaii.
- Kami ay nakikipagtulungan sa mga pasilidad ng healthcare para masiguro na ang mga ospital at mga healthcare provider ay alam nila ang mga pinakabagong rekomendasyon para sa pagkontrol ng impeksiyon kung sakaling mayroong isang tao na posibleng nahawa ng COVID-19.
- Kami ay regular na nakikipag-ugnayan sa mga pangpubliko at pribadong travel partners para masiguro na ang pinakabagong CDC guidance at impormasyon ay naibabahagi sa mga kaugnay na personel.
- Ini-inspeksiyon namin kung may sakit ang sinumang pumapasok sa Daniel K. Inouye International Airport na galing sa mga ibang bansa mula pa Oktubre 2005 at aming ipinagpapatuloy ang pakikipagtrabaho sa mga airport partners para sa kasalukuyan at regular na pag-iinspeksiyon.

**Anong Paghahanda ang ginagawa ng mga ospital sa Hawaii?**
Ibinabahagi ng HDOH at nagbibigay ng bagong impormasyon tungkol sa infection control guidance sa mga healthcare facility para masiguradong handa ang mga ospital at healthcare provider kung sakaling may isang tao na mayroong ng COVID-19. Ang mga ospital at healthcare provider ay palitang pinag-aaralan ang kanilang mga policy sa pagkontrol ngf impeksiyon. Regular na nakikipag-ugnayan ang mga ospital at ang HDOH sa mga federal partner para masigurado na sapat ang suplay ng mga personal protective equipment para sa mga healthcare worker.

**May mga kaso na ba ang COVID-19 sa Hawaii?**
Sa ngayon ay wala pa namang naitala ang HDOH na posibleng mayroong tao na may COVID-19.

**Ang mga pasahero ba ay naeekasamen sa Daniel K. Inouye International Airport?**
Naglathala ang White House ng isang proklamasyon na umpisa Pebrero 2, 2020, 5:00 p.m. EST (12:00 p.m. HST) ang mga foreign national na bumiyahe sa China (hindi kasali ang Hong Kong, Macau, at Taiwan) nitong nakalipas na 14 na araw ay pinagbabawalang pumasok sa Estados Unidos. Ang mga U.S. citizen, green card holder, at ang kanilang unang pamilya na bumiyahe sa China sa nakalipas na 14 na araw ay maaaring pumasok ngunit kailangang sasailalim ng special screening at maaaring ma-quarantine hanggang 14 na araw. Lahat ng US citizens at ang kanilang miyembro ng pamilya na galing sa China ay kailangang pumasok sa isa sa mga 11 na paliparan ng Estados Unidos (kasali ang HNL), na kung saan sila eeksaminin ng Customs and Border Protection agents sa pakikipagtulungan sa CDC.

- Kung ang mga bumiyahe ay nakikitaan ng mga sintomas ng respiratory illness, sila ay pupunta sa healthcare facility para sa medical na pag-aalaga.
- Kung ang mga bumiyahe ay galing sa Hubei Province sa nakalipas na 14 na araw, sila ay ma- quarantine sa isang ligtas na lugar at mabantayan para sa sakit sa loob ng 14 na araw mula pag-alis nila sa China.
- Kung ang mga bumiyahe ay galing sa ibang lugar ng China at siya'y nakisalamuha sa isang tao na kumpirmadong may novel coronavirus, sila ay maaari ring ma- quarantine sa loob ng 14 na araw mula sa huling araw na pakikisalamuha niya sa kumpirmado..
- Kung ang mga bumiyahe ay galing sa iba't – ibang bahagi ng China at hindi naman sila nakisalamuha sa mga kumpirmadong may novel coronavirus, sila ay maaaring umuwi sa kanilang mga tahanan o pinal na destinasyon ngunit sila'y babantayan ng kanilang local public health department at huwag lalabas ng bahay at iwasan ang mga pangpublikong lugar sa loob ng 14 na araw mula pag-alis nila sa China.

Ang HDOH ay regular na nakikipag-ugnayan sa mga travel partner sa HNL para siguraduhin na ang pinakabagong CDC guidance at impormasyon ay naibabahagi sa mga airport personnel. Ang Ang HDOH ay nagsagawa rin ng influenza-like illness surveillance sa Daniel K. Inouye International Airport mula Oktubre 2005 at patuloy na nakikipagtulungan sa mga airport partners sa kasalukuyang regular surveillance.

Lahat ng mga biyahero na galing China ay mabibigyan ng CDC Travel Health Notice, para malaman ng mga biyahero kung ano ang dapat nilang gawin kung sakaling sila ay magkakasakit at may mga sintomas sa loob ng 14 na araw pagkatapos dumating sa Estados Unidos.

**Maku-quarantine pa rin ba ang mga pasahero ng na-quarantined na cruise ship kapag nilisan na nila ang barko at papasok na sila sa Hawaii? Ano ang mga basehan ng pagku-quarantine sa mga pasahero ng isang passenger ship?**

Ang mga nanggaling sa Mainland China (hindi kasali ang Hong Kong, Macau, at Taiwa) na cruise ship passengers sa loob ng 14 na araw ay pinagbabawalang pumasok sa U.S. waters, pati na rin ang waters off Hawaii. Hindi makabababa sa barko ang mga crew at pasahero nito hanggang makalipas ang 14 na araw mula nilisan nila ang China.

Sa panahong natapos nila ang kanilang 14-day quarantine, sila'y malaya nang makakabalik sa kanilang regular na pang-araw-araw na buhay. Hindi na kailangang ma-quarantine ulit ang isang tao maliban kung nai-exposed siya ulit sa isang taong may COVID-19 infection.

**May mga quarantine restrictions rin ba ang mga hindi pampasaherong commercial ships?**
Ang mga hindi pampasaherong komersyal na barko na nanggaling sa o ang kanilang crew ay nanggaling sa Mainlland China, at wala namang maysakit na crew ay makakapasok sa U.S., ngunit ang mga crew nito ay mananatili lamang sa kanilang barko.

**Kung mayroon mang mga kaso ang Hawaii, paano sila maihihiwalay? Ano ang mga proseso at mga protocol?**
Ang HDOH ay nakikipagtulungang maigi sa mga healthcare facility ng Hawaii para siguraduhing handa ang alinmang klinika, ospital, o iba pang healthcare setting na alagaan ang isang tao na apektado o posibleng may COVID-19 may kaukulang isolation recautions. Ang mga kasong hindi nangangailangan ng pagpapaospital ay sasailalim sa quarantine at babantayang maigi ng public health at mayroong akses sa medical na pag-aalaga.

**Ano ang pag-oobserba sa sariling katawan?**

Ang mga taong naglakbay sa China o sa mga ibang bansa na kung saan may malawak na pagkalat ng virus ngunit wala namang mga sintomas ng COVID-19 ay hinihiling na obserbahan ang sariling katawan sa loob ng 14 na araw at tingnan ang mga sarili para sa mga sintomas ng COVID-19. Kung sila'y magkakaroon ng lagnat o ubo, kailangang tawagan nila ang kanilang healthcare provider para malaman ang gagawin at sabihin sa kanila ang kanilang mga sintomas at kung saang mga lugar ang pinuntahan nila.

**Kung sa palagay ko ay maysakit ako o ang isang miyembro ng aking pamilya ay nahawa ng COVID-19 ngunit wala kaming health insurance dahil sa pagkatanggal sa trabaho o iba pang dahilan, ano ang dapat naming gawin? Tatanggapin ba kami ng ospital?**
Ang mga ospital sa Hawaii ay tinatanggap lahat ang mga emergency cases, ano pa man ang kalagayan ng insurance coverage. Gayun pa man, hinihikayat ang sinumang tao o pamilya na walang health coverage nang dahil sa pagkatanggal sa trabaho o ano pa mang dahilan na

makipag-ugnayan sa pederal at sa Hawaii state resources para makakuha ng health insurance, tulad ng federal government’s healthcare marketplace o Hawaii’s Quest.

Bisitahin ang www.healthcare.gov/connect o humanservices.hawaii.gov/mqd o tawagan ang Quest sa 1-877-628-5076 para malaman mo kung ikaw ay kwalipikado para sa libre o bahagi lamang na healthcare coverage.

**Saan matatagpuan ang iba pang mga impormasyon?**
Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa COVID-19, bisitahin ang Centers for Disease Control and Prevention (CDC) website sa **http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html**. Maaari mo ring bisitahin ang HDOH website sa **health.hawaii.gov/docd/advisories/novel-coronavirus-2019**. Panghuli, maaari mong tawagan ang Aloha United Way sa **211** kahit nasaan ka man sa Hawaii para sa impormasyon at mga serbisyo ng pagrerekomenda.

2·1·1
Get Connected. Get Help.™