****

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Kamusi ya maneno muhimu yanayohusiana na COVID - 19**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Tangu mapema 2020, janga la COVID-19 limeenea ulimwenguni kote, pamoja na Afrika Kusini mwa Jangwa la Sahara. Kama ilivyo kwa maswala mengine ya kiafya, wakati wa kutaja COVID-19, sheria maalum zinahitajika. Maneno haya yana ufafanuzi maalum. Watangazaji wa vijijini na wasikilizaji wao wanahitaji kuwa na uelewa wa kawaida wa maneno haya ili kila mtu aweze kuelewa kikamilifu jinsi virusi vinavyofanya kazi na jinsi ya kujikinga navyo. Kusipokuwa kuna ufafanuzi wa ujumla wa maneno muhimu, kuna uwezekano wa kutokea kuchanganyikiwa na habari potofu.

Ifuatayo ni orodha ya maneno 41 ya kawaida na muhimu yanayotumiwa na wataalamu wa Afya na wengine wanapozungumza juu ya COVID-19.

1. **Ambukiza** Kuambukiza, kusambaza ugonjwa.
2. **Chakula bora** Mlo uliokamilika ambao hutoa vitu vyote muhimu kwa utunzaji na utendaji mzuri wa mwili.
3. **Dalili**  Ishara ambayo ni tabia ya ugonjwa.
4. **Dalili nzuri** Pole, Sio mbaya, si-a kudhuru, Sio mbaya.
5. **Dalili tofauti** Ishara ambayo haiwezi kutambuliwa kwa hakika, ishara ambayo haionyeshi wazi.
6. **Dhibiti janga** Simamisha, zuia au dhibiti janga.
7. **Dyspnea** Ugumu wa kupumua, kukosa pumzi.
8. **Habari isiyo ya kweli** Mawasilisho ya habari ya uwongo, habari ambayo haijathibitishwa.
9. **Hatua za kuzuia** Hatua za kuzuia maambukizi ya ugonjwa, ili kuepuka kuambukizwa.
10. **Janga/Magonjwa ya mlipuko** Ugonjwa ambao huathiri idadi kubwa ya watu kwa wakati mmoja mahali pamoja.
11. **Janga/Magonjwa ya mlipuko** Janga linaloathiri sehemu kubwa ya idadi ya watu katika eneo kubwa la ulimwengu, au katika

mabara kadhaa.

1. **Karantini** Kuwekwa kwa kutengwa sehemu ya pekee kwa muda Fulani.
2. **Kesi ya maambukizi ilichothibitishwa** Mtu ambaye amepimwa na kukutwa na maambukizi.
3. **Kijidudu/kisababishi magonjwa** Viumbe vidogo ambavyo husababisha magonjwa.
4. **Kinga**  Uwezo wa mwili kujilinda wenyewe dhidi ya ugonjwa/magonjwa.
5. **Kipimo** Kuchukua sampuli kutoka kwa mtu kupima ugonjwa huo.
6. **Kipindi cha kuatema** Muda kati ya maambukizo na mwanzo wa ugonjwa.
7. **Kisa kinachoshukiwa** Mtu anayeonyesha dalili za ugonjwa na anapaswa kupimwa.
8. **Kiua vijasumu (Antibiotiki)** Dawa ambayo inaua viini vya magonjwa.
9. **Kuenea** Kupanuka, ujumla, kutawanya, kuongezeka.
10. **Kuenea** Kuenea, kutawanyika, kupanuka.
11. **Kujifunga** Mtu binafsi anaamua mwenyewe kukaa nyumbani, anaamua kutokwenda nje na kuhatarisha

kuwaambukiza wengine au kuambukizwa ugonjwa huo.

1. **Kula kwa Afya** Chakula ambacho hakidhuru (hakileti usumbufu, uharibifu, na shida zingine) utendaji mzuri wa

mwili.

1. **Kutotangamana na watu** Umbali unaochukuliwa kati yako na mtu mwingine.
2. **Kuvuta pumzi** Ingiza vitu vyenye gesi ndani ya mapafu kwa njia ya kupumua.
3. **Kuziba kwa njia ya hewa** Msongamano, mkusanyiko wa majimaji kwenye pua. Kuhisi pua imeziba.
4. **Mazoea ya usafi** Vitendo vinavyochangia utunzaji wa afya.
5. **Mchanganyiko wa maji na pombe** Kimiminika kilicho na maji na pombe.
6. **Mfumo wa kinga** Mifumo ya mwili inayojilinda dhidi ya vijidudu vya magonjwa kutoka nje ya mwili.
7. **Miongozo ya usimamizi** Miongozo ya Wizara ya Afya kwa matibabu ya wagonjwa.
8. **Mkusanyiko wa dalili** Seti ya ishara za tabia (udhihirisho) wa ugonjwa
9. **Mlipuko wa ugonjwa** Ongezeko la ghafla la idadi ya kesi za ugonjwa.
10. **Mpango wa dharura** Uliotengenezwa katika hali isiyotarajiwa kama hii ambayo nchi yetu inakabiliwa na COVID-19.

Mpango wa dharura unaelezea hatua za kinga zinazohitajika kupunguza athari za janga hilo na hatua za kuchukua ili kurudisha hali halsi, ili kurudi katika hali ya kawaida.

1. **Pasipo dalili** Kutokuwa na dalili za ugonjwa.
2. **Safisha kuua vimelea** Fanya afya, takasa. Safisha, ondoa, au ua vijidudu vyenye magonjwa.
3. **Ufuatiliaji wa watu waliokutana /** Kutambua watu ambao wanaweza kuwa walikuwa karibu au kugusana na mtu aliyeambukizwa kabla

**kugusana na wenye maambukizi** ya mtu huyo kuugua.

1. **Ugonjwa wa virusi vya Corona** Jina la ugonjwa wa sasa wa virusi vya corona.

**(COVID-19)**

1. **Unyanyapaa** Kulaumu, kulaani, kukosoa, kukemea, kushutumu.
2. **Upimaji wa kliniki** Utafiti juu ya dawa mpya.
3. **Vizuizi/Kufungiwa** Kwa kesi ya COVID-19, kufungiwa au vizuizi kunamaanisha kukaa nyumbani na kutokwenda nje ili

kuzuia kuenea kwa ugonjwa. Ni hatua iliyochukuliwa na mamlaka ya umma.

1. **Watu waliokuwa karibu/kugusana na** Watu ambao wanaweza kuwa walikuwa karibu na mtu aliyeambukizwa.

mwenye maambukizi.

**Shukrani**

Imechangiwa na: Adama Zongo, mshauri elekezi, mkufunzi wa redio, mwandishi wa michezo na mtayarishaji.   
Imepitiwa na: Mganga Mkuu wa Wilaya ya Leo (Jimbo la Sissili) na Dr. Léandre Komi, Mganga Mkuu wa Wilaya ya Baskuy/Ouagadougou, Burkina Faso

*Rasilimali hii imeandaliwa kwa msaada wa kifedha kutoka kwa serikali ya Canada uliotolewa kupitia Global Affairs Canada.*