

# Mga Pangunahing mga Sintomas ng COVID-19 na kailangang bantayan



Sa panahon ng pandemyang ito, mas importante na ituon ang pansin sa kung ano ang nararamdaman ng iyong katawan. Maaaring ikaw ay nag-iisip kung ikaw ay may COVID-19 dahil sa iilang mababaw na sintomas na nararamdaman na katulad ng pang-sipon. O maaaring ikaw ay nagpositibo sa COVID-19 ngunit wala kang anumang sintomas at iniisip mo kung ano ba ang dapat bantayan. Alin man dito, ang maagang pagtukoy sa mga sintomas ng COVID-19 ay importante. Nakakatulong ito sa pagtukoy ng mas madaming kaso ng coronavirus at ang maagang paggamot sa COVID-19 at nakakapagpababa ng panganib para sa mas matinding sakit. Narito ang dapat mong malaman.

Ang mga karaniwang narereport na sintomas ng COVID-19 ay:

- Ubo
- Pagkahapo o hirap sa paghinga
- Lagnat na may panlalamig/panginginig
- Pananakit ng mga kalamnan o katawan
- Pagsusuka o pagtatae
- Bagong pagkawala ng panlasa o pang-amoy

Diarrhea, nausea, runny nose, namamagang lalamunan, pagkapula ng mata ay mga nai-report din ngunit hindi gaanong pangkaraniwan. Maaari ka ring makaranas ng iilan ngunit hindi lahat ng sintomas na ito, o iba pang mga sintomas na hindi nailista, at puwede silang magmula ng mababaw hanggang sa malubha.

Kung hindi maganda ang iyong pakiramdam o mayroon ka nitong mga sintomas, manatili sa bahay at huwag pumasok sa trabaho o makipagkita sa mga kaibigan. Makipag-ugnayan sa iyong manggagamot upang malaman kung dapat ka bang i-check-up. Kung ikaw ay hindi pa nasusuri, sasabihan ka ng iyong doktor kung kailan at saan ka dapat magpasuri.

Ang mga sintomas ay karaniwang nagsisimula sa pagitan ng 2-14 na araw pagkatapos na ma-expose sa coronavirus. Tandaan na hindi pare-pareho ang sintomas ng COVID-19 ang nararanasan ng lahat ng tao.

---

## Kailan dapat agad na magpatingin

Kung ikaw ay mayroong mga sumusunod na sintomas, kailangan mo na agad magpatingin:

- Nahihirapan huminga
- Walang kakahayan na magising o manatiling gising
- Paulit-ulit na pagsakit o paninikip sa dibdib
- Pagiging asul ng labi o mukha
- Bagong pagkalito

Ang ilang mga grupo ng tao ay nasa mas malaking panganib sa malubhang mga sintomas, kabilang ang mga matatanda na 65 anyos pataas at mga taong mayroong maraming medikal na kondisyon tulad ng obesity, sakit sa puso, hika o sakit sa baga. Kung ikaw ay kabilang sa isa sa mga grupong ito o higit pa, kailangan ay maging mas masipag ka sa pagsubaybay ng iyong mga sintomas.

## Pagtukoy ng pagkakaiba sa pagitan ng trangkaso at COVID-19

Habang paparating na ang panahon ng trangkaso, maaaring mahirap tukuyin kung ang ubo at lagnat ay dahil sa virus ng trangkaso o ng novel coronavirus. Ang dalawa ay may parehong sintomas ngunit mahirap tukuyin base sa mga sintomas lamang. Ang iyong manggagamot ay maaaring magsabi sa iyo kung kailan magpapasuri sa alinman o parehong mga virus. Kung ikaw ay may duda, magpasuri na para sa parehong virus.

Ang ilang mga pangunahing mga pagkakaiba sa pagitan ng trangkaso at COVID-19 -- ang COVID-19 ay mas madaling kumakalat kaysa sa trangkaso, na nagiging sanhi ng mas matinding sakit sa ibang mga tao, maaaring mas matagal magpakita ng sintomas sa mga tao at mas matagal na nakakahawa sa mga tao.

Habang walang bakuna para sa COVID-19 sa kasalukuyan, mayroong bakuna para sa trangkaso. Sa pandemyang ito, napakaimportanteng agad na kumuha ng flu shot hangga't maaari.

---

# #TakeTheTest

Make your voice heard! Share your testing experience on social media