SUNDHEDSSTYRELSEN

corona | covid-19

Maswali yanayo ulizwa mara kwa mara kuhusu familia zilio na watoto

Utangulizi

Kunawezekana kuwa na changamoto ya mipangilio ya kila siku wakati huu, haswa kwa familia za watoto. Kwa hivyo, tumekusanya maswali na majibu ambayo kwa matumaini yanaweza kusaida.

Kuwa pamoja/umoja

Je, naweza panga makubaliano ya kucheza?

Ndio, watoto wazima-wa afya bora wanaweza kucheza. Walakini tunapendekeza kwamba makubaliano yawe kati ya watoto 1-2, na ikiwezekana haya makubaliano ya kucheza, isibadilishwe na kuungana na watoto wapya. Tunashauri watoto wacheze nje ili kupunguza uwezekano wa maambukizi na inarahisisha uwezekano wa kukaa mbali mbali.

Je, watoto wanaruhusiwa kucheza nje?

Ndio wanaruhusiwa, lakini soma maelezo zaidi hapo juu. Unashauriwa uwe mwangalifu zaidi kwamba watoto wanaosha mikono mara tu wanaporudi nyumbani na waepuke kugawana vitu vya kuchezea.

Mtoto wangu anasherekea sikukuu ya kuzaliwa kwake- je, tunaweza kuwa na karamu ndogo ya pamoja?

Hapana, tunakushauri kuhairisha karamu za kusherekea siku ya kuzaliwa kwa familia yote na mikusanyiko mingine.

Je, tuko hatarini kama tunasomesha watoto wengi zaidi nyumbani?

Kuhusu masomo ya pamoja hapo nyumbani na watoto wengine, sheria sawa kama zile za kucheza na watoto 1-2 zitazingatiwa, ikiwezekana musibadili watoto kila mara. Na kumbuka ikiwa watoto wana dalili ya maambukizi, hawapaswi kuwa na watoto wengine wakae nyumbani.

Je, ni sawa kuwa na mipangilio ya kulala, ikiwa watoto wote ni wazima?

Hapana, tunashauri kwamba musifanye miadi ya watoto kulala pamoja. Wanapo lala pamoja, watoto wako karibu na kila mmoja ndani ya nyumba na kwa muda mrefu. Ni heri kupiga simu pamoja na kutakiana usiku mwema.

Ufanye nini ikiwa unaishi katika eneo ambao kuna watoto wengi, na wanatake kucheza pamoja?

Mapendekezo sawa yatatimizwa kama ya kucheza pamoja- watoto wachache na watoto sawa (wasibadilishe).

Kijana/mschana wangu anafanya kazi kwa duka la supermarket. Je tunapaswa kumukataza kwenda kazini?

Hapana, lakini unashauriwa kuzungumza naye, ili amuulize msimamizi wa duka juu ya sheria na tahadhari zilizowekwa za kukinga maambukizi.

Je, ninaweza kwenda na watoto wangu kwa duka la supermarket?

Tunashauri kwamba mtu mmoja pekeyake aende dukani kununua chakula, ikiwezekana. Waache watoto nyumbani.

SUNDHEDSSTYRELSEN

corona | covid-19

Hofu kwa watoto

Je, napaswa kusema nini kwa watoto?

Ongea nao juu ya wasiwasi kulingana na umri wao kuhusu kwa nini muda huu kuna sheria zaidi kidogo kuliko kawaida. Watu wengi ambao wameambukizwa na virusi vya homa ya mapavu ya CORONA wanapata dalili ndogo. Ikiwa wewe ni mzee au mgonjwa tayari, inaweza kuwa hatari kwa maisha yako. Lakini tuna mfumo mzuri wa afya na madaktari wenye ujuzi ambao wako tayari kusaidia ili watu wapone tena. Ikiwa watoto ni wa umri mkubwa, wanaweza tazama habari za watoto na kuzungumza juu yake pamoja.

Je, ninapaswa kusema nini ikiwa watoto hawatii sheria?

Ongea na ueleze vipi na jinsi ya kujikinga.

Je, nifanye nini mtoto wangu akiwakosa marafiki, nyaya/babu zake?

Piga simu mara nyingi iwezekanavyo. Kwa mfano unaweza tumia video au kwa kutumiana barua.

Watoto na nyanya/babu

Je kikomo kiko wapi, wakati gani itabidi tuache kuwatembelea nyanya/babu?

Ikiwa babu/nyanya anamagonjwa sugu- basi hakuna matembezi. Nyanya/babu akiwa mzee zaidi, ako katika kikundi ya hatari zaidi kuwa mgonjwa. Ingawa watu wazee wanahisi wako katika afya njema kinga ya mwili ni dhaifu kuliko wakati walikuwa vijana.

Usafi

Tunapaswa kuosha mikono mara ngapi na wakati gani?

Mara nyingi – unashauriwa kama kanuni kuosha mikono wakati unapoingia nyumbani na kabla ya kula chakula.

Je, ninapaswa kuwakanya wato wangu mara ngapi – kwa mfano kutoweka vidole kwa mapua, kwenda kuoga, na kutogusa wengine?

Zingatia ushauri wa jumla juu ya kunawa mikono na kupiga chafya kwa kiwiko cha mikono yako.

Je, ninapaswa kusafisha chumba cha watoto na nyumba yote mara ngapi?

Mara nyingi zaidi kuliko kawaida, haswa kwa wakati huu ambapo muko nyumbani sana na muko karibu zaidi.

SUNDHEDSSTYRELSEN

corona | covid-19

Watoto na wazazi wagonjwa

Nina magonjwa ya CORONA na sina uwezo ya kuwatunza watoto wangu. Nifanyaje?

Ikiwezekana- pata msaada kutoka kwa marafiki na familia au watu wengine watakao jitolea.

Mtoto wangu ana dalili za CORONA, tunazungumuzaje juu yake?

Ni muhimu kuzungumzia juu ya wasiswasi ambayo inasababishwa na uambukizi. Watu wengi ambao wataambukizwa wata hisi dalili ndogo. Lakini wazee na watu wa magonjwa sugu wanaweza kuwa wagonjwa zaidi.

Je,mtoto wangu ana magonjwa ya asma, yuko kwa kikundi ya hatari?

Ikiwa ako na asma mbaya, ndio. Lakini akiwa na asma abayo anapata matibabu, hapana.

Je, watoto waneweza kuambukiza hata kama hawaonekani kuwa wagonjwa?

Ikiwa mtoto anazo dalili nyingi, ndivyo anavyoongeza uwezekanao wa kuambukiza watu wengine.
Ikiwa watoto hawana dalili, hawana uwezo wa kuambukizana.

Watoto walio gawika kimalezi

Je, miongozo gani itafwatiliwa kati ya wazazi ambao wametengana kwa kulea watoto wao?

Ni sawa kwa watoto kudumisha mipangilio yao ya malezi kama kawaida- lakini ikiwa watoto wanapata dalili, wanapaswa kukaa na mzazi mmoja.

Mke/mume wangu wa zamani amerudi nyumbani kutoka safari ya nchi za nje, je anapaswa kupimwa kabla ya kukutana na watoto?

Yule aliye safiri inapaswa ajitenge nyumbani kwa siku 14, tunashauri kwamba muhairishe mkutano hadi wiki mbili zitakapopita.