



Aasaaska Baaritaanka COVID-19

Yay tahay in laga baaro?

Dad badan ayaa danaynaya in laga baaro COVID-19 maadaama ay u walwalsan yihiin nafahooda iyo ehelkooda. Haddii neefsigu kugu adag yahay ama xanuun daran dareemayso, la xiriir bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ama, haddii ay dhacdo xaalad degdegga ah, wac 911.

Bixiyayaasha daryeelka caafimaadku ayaa dhici karta inay go'aamiyaan in marka hore lagaa baaro xanuuno kale, sida hargabka, taasi oo kusalaysan taariikhdaada u baylah noqoshada suurtoogalka ah iyo wixii ah astaamo kale ee aad yeelan karto.

- **Shakhsiyaadka xanuunka aadka ah dareemaya waa inay raadsadaan daryeel habboon.** Haddii ay tahay xaalad degdegga ah, wac 911. Haddii aysan ahayn xaalad degdeg ah laakiin uu ku hayo xanuun aad ugu baahan tahay ballan caafimaad, wac xafiiska dhakhtarkaaga. Haddii aadan lahayn dhakhtar, wac 211 si aad u heshid liiska rugaha caafimaad oo kugu dhaw. Haddii laga maarmi waayo, booqo xarunta daryeelka degdegga ah ee deegaankaaga.
- **Wac kahor inta aadan tagin.** Haddii aad leedahay astaamo sida kuwa hargabka ama ay jirto sabab aad ugu malaynaysid inaad qabtid COVID-19, u sheeg bixiyahaaga daryeelka caafimaadka kahor inta aadan booqan. Tani waxay dadka jooga xarunta bixiyaha ka ilaalin doontaa inay baylah u noqdaan cudurka.

Halkee ayaan baaritaanka ka heli karaa?

La xiriir bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ee kowaad ama rug caafimaad. Waxay go'aamin karaan inaad u baahan tahay baaritaan iyo in kale. In kastoo cusbitaaladu ay codsan karaan baaritaan shaybaar marka la eego bukaanada halista sare ku sugan qaarkood, qolalka xaaladda gurmada ah waa inaan loo arag meesha kowaad ee baaritaanka bukaanku codsado.

Haddii la go'aamiyo inaan u baahanahay baaritaanka COVID-19, maxaan fishaa?

Ka baarista COVID-19 waxay u badan tahay inay ku lug leedahay bixiyahaaga daryeelka caafimaad oo sankaa qori yar kaga qaadaya sambal lagu sameeynayo baaritaan shaybaar.

Ka waran haddii aan dareemayo inaan u baylah noqday laakiin aanan u baahnayn inaan la kulmo bixiye daryeel caafimaad ama baaritaan?

Haddii aad u malayso inaad baylah u noqotay COVID-19, oo aad leedahay xummad, qufac ama neeftu kugu adag tahay, dadka kale ha u dhawaan, si aadan cudurka u qaadiin. La tasho dhakhtarkaaga ama rug caafimaad adigoo kala xiriiraya taleefan si ay tilmaamo kuu siiyaan.



Ka waran haddii la iga helo?

Bixiyahaaga daryeelka caafimaad ama shaqaalaha caafimaadka dadweynaha ayaa sidoo kale ku siin doono macluumaad kusaabsan sida looga hortago ku faafinta fayraska qoyskaaga iyo saaxiibadaada. Waxaad u baahan doontaa inaad gaar uga baxdo dadka kale ilaa inta bixiyahaaga daryeelka caafimaad ku fasaxayo. Sidoo kale waxaad u baahan doontaa inaad ku quficin dadka kale iyo inaad gacmaha had iyo jeer iska dhaqdo, si aad uga ilaaliso inuu caabuqu soo gaaro dadka.

Intee ayey qaadan doontaa helitaanka natiijooyinka baaritaanku?

Natiijooyinka sida badan waxay ku soo baxaan 3-4 maalmood gudahood. Bixiyahaaga daryeelka caafimaad ayaa dhici karta inuu kuu sheego inaad gooni uga baxdo dadka kale inta wakhtigan lagu jiro, si aad u yarayso in fayrasku faafo.

Waa kuwee shaybaarada lagu baaro COVID-19?

Shaybaarka Oregon State Public Health Lab (OSPHL) iyo shaybaarada ganacsiga ah, sida LabCorp iyo Quest Diagnostics ayaa wakhtigan baari kara COVID-19. Qaar kamid ah nidaamyada caafimaadka deegaanku ayaa awoodi doona inay goor dhow baaraan.

Sidee shaqaalaha daryeelka caafimaad loo ilaaliyaa?

Shaqaalaha ururinaya muunaduhu waa inay xirtaan qalabka qofka ilaaliya, oo ay kujiraan goonada, gacmo-gashiyada, qalabka ilaalinta indhaha iyo af-xirrada/maskarooyinka. Waxaannu la wadaagaynaa tilmaamo shaqaalaha daryeelka caafimaadka iyo xarumaha si aannu uga caawinno inay badqabaan.

Ka socda tilmaamahayga baaritaanka:



Shaqaalaha caafimaad ee bulshada ka tirsan waxay amri karaan baaritaanka COVID-19 markii ay sidaas gartaan iyagoo adeegsanayo shaybaarada ganacsiga ah, oo ay kamid yihiin LabCorp iyo Quest Diagnostics. A). Shaqaalaha caafimaadku uma baahna inay si joogto ah ula socodsiiyaan maamulka caafimaadka dadwaynaha ee deegaanka (LPHA) ama OHA markii ay qiimaynayaan bukaanada qaba xanuun neefmareenka ah ama ay ka dalbanayaan baaritaanka COVID-19 shaybaarada ganacsiga ah. B). Inta ay wareegayaan, shaqaalaha caafimaadku waa inay marka hore qofka ka baaraan hargab inta aan laga b aarin COVID-19.

Waxaad ku heli kartaa dokumentigan luuqado kale, far waawayn, farta indhoolaha ama qaabka aad doorbidayso.

Kala xiriir Waaxda Caafimaadka Dadweynaha teleefanka 971-673-0977. Waannu qabanaa dhammaan wicitaanada gudbinta ama waxaad wici kartaa 711.