

HADDA WAXAAD QABTAA CUDURKA COVID-19, HADDA MAXAA DHACAYA?

Haddii lagaa helay caabuqa COVID-19, fadlan raac tallaabooyinka hoose si aad gacan uga geysato ka hortagga faafitaanka cudurku ee ku faafayo dadka gurigaaga iyo bulshadaada ka mid ah.

GURIGA JOOG MARKA LAGA REEBO HADDII DOONANAYSID DARYEEL CAAFIMAAD

Dadka si fudud ugu bukooda COVID-19 waxay **karantiilaan guriga** inta ay jiran yihiin. Aad ayey muhiim kuugu tahay inaad kormeerto caafimaadkaaga inta aad joogto guriga si aad u ogaato wixii astaamo ah oo ka daraya si laguugu daryeelo laguuguna daweyo si dhakhso ah haddii loo baahdo. Waa inaad **xaddiddaa howlaha** ka baxsan gurigaaga, marka laga reebo helitaanka daryeel caafimaad. Ha aadin shaqada, iskuulka, ama goobaha caamka ah. Ka fogow isticmaalka gaadiidka dadweynaha, wadaagista, ama tagsiga. Haddii aad ballan caafimaad leedahay, wac daryeel bixiyaha caafimaad oo u sheeg inaad qabto ama laga yaabo inaad qabto COVID-19.

Haddii aad leedahay calaamado dhexdhexaad ah ama dhexdhexaad ah ama aad dareentid inaad halis sare ugu jirto dhibaatooyinka COVID-19, fadlan la xidhiidh xafiiska bixiyaha xanaanada caafimaadkaaga si aad macluumaad dheeraad ah u hesho iyo u gudbin suurtoagal ah oo laguugu gudbiyo xarun faleebo bukaan-socod oo COVID-19 ah oo kuugu dhow. Haddii aad qaadatay daawaynta lidka-jirka ee COVID-19, tallaalka COVID-19 waa in dib loo dhigo ugu yaraan 90 maalmood si looga fogaado faragelinta daawaynta ee jawaabaha difaaca ee tallaalku keenay.

XUSUUSNOW: qaar ka mid ah daawooyinkan ayaa leh saameynta ugu wanaagsan haddii lagu siiyo wax yar ka dib baaritaankaaga, ka hor intaanad yeelan calaamado iyo/ama u baahnid isbitaal, sidaas darteed fadlan wac isla markiiba ka dib markaad hesho natiijada baaritaanka togan.

KA FOGOOW DADKA KALE EE JOOGA GURIGAAGA OO KU DHAQAN DHAQAMO CAAFIMAADDEED

Inta ugu badan ee suurtoagalka ah, joog qol gaar ah oo ka fog dadka kale ee gurigaaga jooga. Tilmaamo faahfaahsan oo ka socda CDC ayaa la heli karaa, ka eeg [Ka-hortagga Faafidda Cudurka Coronavirus 2019 ee Guryaha iyo Bulshada Deegaanka](#). Hagahaani ayaa sidoo kale bixiya macluumaad ku saabsan talaabooyinka ka hortagga ee xubnaha qoyska, la-hawlgalayaasha dhow, iyo daryeel-bixiyeyaasha goob daryeel caafimaad oo aan ahayn qof qaba cudurka COVID-19.

JOOJINTA ISKU GO'DOOMINTA GURIGA

Shakhsiyaadka laga helay COVID-19 waa inay karantiilaan ilaa 5 maalmood ay dhaafaan, haddii qofku asymptomatic yahay, ama haddii astaamuhu ka soo raynayaan oo uu qofku qandho ka xoroobay daawo la'aan 24 saacadood maalintii shanaad. Muddada go'doominta waa in ay raacdaa shan maalmood oo xidhashada maaskaro si fiican ugu habboon adiga iyo kuwa kale. Lagugula talin maayo inaad dib isku baarto COVID-19 90 maalmood gudaheed laga bilaabo bilawga jirradaada haddii aad sii ahaato astaan la'aan; natiijooyinka baaritaanka ee soo baxa inta lagu jiro waqtigan waxaa laga yaabaa inay qeyb ahaan kuwo togan. Haddii aad mar labaad xanuunsato, kala tasho daryeel bixiyahaaga caafimaad wixii ku saabsan jiradaada.

HADDA WAXAAD QABTAA CUDURKA COVID-19, HADDA MAXAA DHACAYA?

Dadka deggan xarumaha daryeelka muddada-dheer iyo goobaha kale ee lagu noolaado, iyo shaqaalaha daryeelka caafimaadku waa inay raacaan hagidda NDDoH [halkan](#) iyo [halkan](#).

Waa inaad sugtaa ilaa go'doomintaadu dhammaanayso ka hor inta aanad helin tallaalka COVID-19; Haddii aad qaadatay daawaynta kahortaga-jirka monoclonal ee COVID-19, waa inaad sugtaa 90 maalmood ka hor inta aanad helin tallaalka COVID-19.

Wixii su'aalo dheeraad ah ee ku saabsan COVID-19, wac khadka caafimaadka dadweynaha ee NDDoH 1-866-207-2880, inta udhaxeysa 8 subaxnimo -5 galabnimo. Isniin ilaa Sabti.