



MACLUUMAADKA COVID-19

SOOYAALKA XANUUNKA

Fayrasyada karoona waa fayrasyo u balaaran sidii qoys oo kale kuwaas oo dunida ku baahay. Fayrasyada karoonaaha dadku waa mid ku fida sida durayga ama hargabka oo kale - isagoo ku gudba qufaca ama hindhisada; iyada oo la sameeyo xiriir shakhsi ahaaneed oo dhow, sida taabashada ama gacan qaadka; adoo taabanaya shay ama oogada sare ee fayrasku ku dul yaal; iyo marmarka qaarkood, iyadoo ay kusoo gaaro saxaro dikhaw leh. Xaaladan oo kale ayaa hore u dhacday iyadoo uu dilaacay Xanuunka Neefsashada ee Bariga Dhexe (MERS-CoV) iyo Xanuunka Neefsashada Ba'an (SARS). Karona fayraska cusub (COVID-19) waa fayras cusub oo sababa xanuun neef-mareenka dadka ku dhaca.

Waa muhiim in aad wacdo (814) 451-7801 ka hor intaadan aadin dhakhtar ama qolka xaaladaha degdegga ah ka dib markaad ka soo laabato safarka goob uu cudurka COVID-19 ku badan yahay. Haddii aad la ildaran tahay qandho ama xumad (38 ° C / 100.4 ° F ama ka sareeya), qufac, ama neefsashadu ku dhibayso, raadso daryeel caafimaad; u sheeg dhaqtarkaaga safarkaagii ugu dambeeyay iyo astaamahaaga, iska ilaali inaad dad kale xiriir la samayso.

WAA CIDEE DADKA UGU NUGUL XANUUNKAN?

Dadka waa weyn iyo dadyawga la nool xanuunada dabo-dheeraada sida wadno xanuunka, sambab xanuunka ama kelyo xanuunka ayaa u muuqda kuwo khatar sare ugu jira xanuunka COVID-19. Daraasadihii u dambeeyey ayaa muujinaya in dadka waayeelka ay laba gooraba u nugul yihiin in cudurkani ku dhaco maxaa yeelay:

- Marka ay dadku da' noqdaan, nidaamyada difaaca jirkoodu waa isbadalaa, taas oo adkaysa in jirkoodu iska difaaco xanuunada iyo caabuqa.
- Dad badan oo waayeel ah ayaa sida kale la nool xanuuno taas oo adkaynaysa inay iska difaacaan ama ay kasoo kabtaan xanuunka.

Hadii aad khatar korodh ah ugu jirto COVID-19 iyadoo ay ugu wacan tahay da'da ama adigoo la nool xaalado xanuun oo daran, aad bay muhiim kuugu tahay inaad qaado talaabo aad hoos ugu dhigayso khatarta kusoo gaaraysa.

MAXAANU QABANAYNAA?

Waaxdu had iyo goor waa mid u carbisan una diyaarsan xanuunada caabuqa ah ee dilaaca. Waxa aanu si dhaw ula soconay oo aanu darsanay xaalada xanuunka karoona fayras anaga isticmaalayna macluumaadka federaalka, gobolka iyo shuraakada maxaliga ah, waana kuwo diyaarsan shaqaalaha falcelintu hadii uu xanuunku ka dilaaco halkan. Waxa aanu kala hadalnay shirkadaha daryeelka caafimaadka aanu wada shaqayno suurto galnimada hadii uu xanuunka COVID-19 ku faafo Maraynkana iyo sida ay ula shaqaynayaan waaxda caafimaadka dadweynaha si loo qiimeeyo kiisaska suurtoogalka ah.

WAA MAXAY ASTAAMUHU??

Astaamaha xanuunka COVID-19 waxaa kamid ah:

- Xumad (38°C/100.4°F ama ka sareeya)
- Qufac
- Neefta sambabada gasha oo yaraata

Astaamuhu waxay ku muuqan karaan ugu yaraan 2 maalmood ama ugu badnaan 14 maalmood. Xanuunada lasoo gudbiyay ayaa u dhexeeya dadyaw aan lahayn wax astaamo ah iyo kuwo aad u xanuunsanaya oo dhimanaya.

MAXAAD QABAN KARTAA?

- **Saar** suxulkaaga afka markasta ood hindhisayso ama qufacayso, ha isticmaalin gacmahaaga!
- **U nadiifi** oogooyinka si joogto ah, sida xagga sare ee miiska, goobaha laga damiyo laydhka, taleefanada gacanta iyo goobaha kale ee sida joogtada loo taabto. Had iyo jeer ku maydh gacmaha saabuun iyo biyo ugu yaraan 20 ilbiriqsi. Isticmaal alkahoosha gacmaha nadiifisa hadii biyo iyo saabuun la waayo. Marka aad isticmaalayso alkahoosha gacmaha nadiifisa, mari baabaacada hal gacan (akhri waraaqda ku dhajisan si aad u ogaato xadiga saxda ah) mari dhamaan oogada gacmahaaga ilaa ay gacmahaagu qalayl noqonayaan.
- **Ha faafin** - Hadii aad xanuunsan tahay, guriga joog ilaa aad kasoo fiicnaanayso.

ILAHA AAD KA HELAYSO MACLUUMAAD DHEERI AH

Wixii macluumaad ee dheeri, booqo <https://www.health.pa.gov/topics/disease/Pages/Coronavirus.aspx>

Macluumaadki u danbeeyey ee COVID-19 ee Mareykanka iyo daafaha caalamkaba waxaa laga heli karaa website-ka CDC ee ah CDC.gov Wixii su'aalo ama walaac ah waxaa lagu soo hagaajin karaa Waaxda Caafimaadka Degmada Erie (814)451-6700 ama taleefan laynka loogu talagalay su'aalaha COVID-19 oo ku Xadidan Dadka sida Wacan ugu Hadla Ingiriisiga (814)451-7801

Taariikhda la sameeyey: 03/10/2020

Maclumaadkan waxa baahiyay Waaxda Caafimaadka Pennsylvania