



COVID-19

Ku daryeelida astaamaha guriga

Cusboonaysiintii u danbaysay Luulyo 31, 2020

Joog guriga si aad u joojisid faafida COVID-19

Fayraska koroono, ama (COVID-19), waa jiro astaamaheedu uu la midyihiin hargabka ama infuluweynsada, waxaa ka mid ah qandho, qufac iyo neefsashada oo adkaata. Inta badan dadka waa ay ka buskoodaan iyadoon la baarin ama laga daaweyn.

Hay'ada xakamaynta iyo ka hortaga cudurada oo la yiraahdo Centers for Disease Control and Prevention (CDC) wuxuu soo jeediyay in ilmaha astaamaha fayraska koroono (COVID-19) qaba ay guriga joogaan – ka fogaadaan meelaha bulshadu isugu timaado – si looga hortago faafida jirada. Haddii aad isleedahay daawuu u baahanyahay, fadlan marka hore wac bukaan-socodkaaga, ka hor inta aadan aadin qaybta deg-dega ama bukaan-socodka.

Maxaan fishaa marka Isbitaalku Caruurta ka baaro COVID-19 ilmahayga?

Dhamaan saambalada laga uruuriyo ee fayraska koroono (COVID-19) waxaa lagu baaridoonaa Isbitaalka Caruurta ama waxaa loo diridoonaa shay baarka Isbitaalka Mayo, waxay ku xirantahay meesha ilmahaaga lagu arkay. Baarida Isbitaalka Caruurta wuxuu ku koobnaan doonaa bukaanka jeefa isbitaalka iyo kuwa camaliyaadka lagu suubsho. Natiijooyinka baarida waxaa lagu helayaa laba saac gudahood, Baarida loo dirayo Isbitaalka Mayo waa kan bukaanada ay ka muuqdaan astaamuhu, lakiin awooda in ay ku noqdaan gurgooda kadib markii dhakhtarku arko, iyo bukaanada balamada hawlgalka leh. Natiijooyinka baarida waxaa la helayaa dhowr maalmood kadib. Natiijooyinka baaridda waxaa laguugu soo diri doonaa laynka bukaanku ku leeyahay kombuu'utarka Isbitaalka Caruurta ama Isbitaalka Caruurta ayaa ku soo wici doona haddi wax laga helo, si looga wada hadlo daryeelka ilmaha.

Ku daryeelida ilmahaaga guriga waa isku mid, haddii laga baaray iyo haddii kaleba.

Sidee u caawini karaa ilmahayga si uu ugu buskoodo guriga?

- Nasiino badan hel, biyo badana cab.
- Ku dhaq gacmahaaga mar walba saabuun iyo biyo, ugu yaraan 20 ilbiriqsi.
- Ka fogoow dadka kale ee kugula nool guriga, si kasta oo ay suurtoagal u tahay.



COVID-19

Ku daryeel astaamaha guriga

- Dabool dhamaan qufaca iyo hindhisada. Ku rid warqadaha aad isticmaashid qashin qubka daboolan.
- Hala wadaagin maacuunka, koobabka, shukumaanada iyo sariirta dadka kale ee kula nool.
- Nadiifi, kana dil jeermiga dhamaan meelaha aad taabato maalin walba.
- Xiro maaskaro, haddii ay tahay in aad qol la joogto dad kale.

Maxaan sameeyaa haddii astaamaha ilmahaygu ka sii daraan?

Haddii ilmahaaga neeftu ku dhagto ama ku adkaato, fadlan wac dhakhtarkaaga iyo bukaan-socodka uu tago. Haddii ilmahaagu uu u baahanyahay daryeel deg-deg ah, wac 911 una sheeg in laga baaray COVID-19.

Goormaan ka saaraa go'doominta ilmahayga?

Ilmaha lagu arkay astaamaha COVID-19 waxay ka bixidu gurigu ku xirantahay sadexdaan waxyaalood:

- 10 maalmood, ama kabadan in ay ka soo wareegtay markii ugu horaysay oo astaamaha lagu arkay
- Astaamaha jirada oo hagaagay
- 24 saac ama ka badan oo aan qandho qaban, iyadoo aan la siinayn qando jabiye.

Maxay yihiin fariimaha loo raacayo ilmaha baahida gaarka ah qaba?

Ilmaha baahida gaarka ah qaba fayraska koroonuhu (COVID-19) wuxuu galinayaa khatar aad u badan, marka waa in ay ka fogaadaan meelaha uu uga imaan karo sii joogida guriga, waana in laga fogeeyaa meelaha bulshadu isugu timaado iyo safarkaba.

Su'aalo?

Macluumaadkan gaar uma ahan ilmahaaga, laakiin waa macluumaad guud. Haddii aad su'aalo qabtid, ka wac (MDH) 651-201-5414 ama gal shaashadan www.health.state.mn.us.

Si aad u heshid bukaan-socodkaaga, gal shaashadan www.ChildrensMN.org.