COVID-19

Macluumaadka aasaasiga ah | ***bogga 2 aad***

Astaamaha Lagu garto Cudurka | ***bogga 4 aad***

COVID-19 iyo Hargabka | ***bogga 5 aad***

Baaritaanka cudurka COVID-19 | ***bogga 8 aad***

Ka dheeraanshahaha Bulshada | ***bogga 9 aad***

OhioHealth

COVID-19: **Macluumaadka aasaasiga ah**

Waxaa maxay coronavirus?

Cudurada loo yaqaano coronavirus waa fayrisyo balaaran oo iswata kuna dhawaca dadka iyo xayawaanka. Fayrisyada noocaas ah waxay sababi karaan hargabka caadiga ah, ama xanuuno aad halis u ah sida SARS (xanuunada aadka u daran ee kudhaca neefmareenada), MERS (Xanuunka Neefmareenka ee Loo yaqaano Middle East) iyo COVID-19, oo ah cudur cusub oo markii ugu horeeysay dabayaaqadii 2019 kasoo biloowday Magaalada Wuhun, ee Gobalka Hubei, China. Fayrisyada COVID-19 tan iyo markii uu biloowday waxaa dalalka kale ee aduunka geenayay dadka socdaala.

Cudurka COVID-19, CO waxay u taagan tahay corona, VI waxay u taagan tahay fayris, halka D na ay u taagan tahay xanuun. Waxaa sidoo kale loo yaqaanaa 2019 novel coronavirus iyo 2019-nCOV.

Sidee xanuunka cusub ee coronavirus ku faafaa?

Fayriska cusub waxa uu si fudud ugu kala gudbaa qof tu qof, caadiyan kuwo isku jira wax ka yar 6 talaabo. Waxa uu ku faafi karaa si fudud waxa uuna keeni karaa caabuq ka badan cudurada kale ee coronavirus ka sababtoo ah waa cudur aafo ah oo cusub oo dadku aysan wali ka hortag u helin.

Waxaa la aaminsan yahay in caabuqa cusub uu ka dhasho firirka kasoo baxa neefmareenada marka qof xanuunsan uu hindhiso ama qufaco, si lamid ah sida hargabku ku faafo. Firirkaas kasoo baxa qofka xanuunsan wuxuu gaari karaa dadkale ayagoo ka galaaya afka ama sanka. Waxaad qaadi kartaa cudurka haddii aad taabatid meel ama shay lahaa caabuqa kadibna aad sii taabatid indhahaaga, sankaaga, ama afkaaga. Laakiin looma maleenaayo inay tahay habka ugu badan ee caabuqu ku faafo.

Dadku waxay u muuqdaan inay yihiin kuwa ugu badan ee faafiya caabuqa marka ay xanuunsan yihiin ama ay leeyihiin astaamaha. Dad qaar ayaa faafiya cudurka ayagoo uusan ka muuqan wax astaamo ah, laakiin tani waa mid dhif ah.

Sidaan horeyba usoo sheegay, COVID-19 waa cudur cusub waxaana wali wadnaa inaan wax ka barano sida uu u faafo.

Waa maxay astaamaha cudurka cusub ee coronavirus?

Astaamaha lagu arkay qandhada xanuunkaan waxay u dhaxeeyaan xanuun meel dhexaad ah oo wata qandho, qufac iyo neefta oo qofka ku adkaata, illaa xanuun aad u daran. Inta badan dadka waxay dareenaan astaamo khafiif ah, laakiin dadka ka wayn 60 sano iyo kuwa qaba xanuuno kale waxay la kulmi karaan astaamo aad u daran, oo ay kamid yihiin sanbabo xanuun, keeni kara xaalad aad u adag.

Muddo imisa la'eg ayay qaadan kartaa in astaamuhu soo muuqdaan?

Waxaa la aaminsan yahay in astaamaha caabuqa cusub ay kusoo muuqdaan labo illaa 14 bari kadib marka qofku qaado xanuunka.

Sidee ayaan naftayda oga ilaalin karaa?

Waa inaad raacdo tallaabooyinkaan si aad u yareyso halista aad ugu jirtid inaad qaado xanuunka cusub ee coronavirus, iyo sidoo kale si lamid ah caabuqyada hargabka, qaboowga ama kuwa neefmareenada:

+ Iska ilaali inaad u dhawaato dadka xanuunsan.
+ Iska ilaali inaad ku taabato indhahaaga, sankaaga, afkaaga gacmo aadan dhaqin.
+ Badanaa gacmahaaga ku dhaq biyo iyo saabuun ugu yaraan 20 sikin.
+ Isticmaal daawada gacmaha lagu nadiifiyo ee ka sameysan aalkaholada haddii aadan heli karan biyo iyo saabuun.
+ Si joogto ah infakshanka oga dil meelaha iyo shay'yaasha badanaa la taabto.

Maxay tahay inaan sameeyo haddii aan iskaga shakiyo inaan qaaday caabuqa?

Waa inaad wacdaa adeeg bixiyahaaga caafimaadkaaga hadii:

+ Aad dareemayso xanuun wata qandho, qufac ama neefta uu kugu dhaqta iyo
+ Aad u dhawaatay qof qaba xanuunka cusub ee coronavirus ka.
+ Ama haddii aad mar dhaw u socdaashay goob uu kajiro xanuunka COVID-19

Wac adeeg bixiyahaaga caafimaadka kahor inta aadan booqan si aad oga wada hadashaan halisaha iyo astaamaha aad qabto. Tani waxay gacan ka geesanaysaa inaysan dadka kale qaadin iyo in adeeg bixiyahaagu kuu diyaariyo baaritaan. Haddii aad xanuunsan tahay, ha socdaalin hana aadin banaanka si aad u yareeysid suurtagalnimada ah in aad dadka kale gaarsiisid cudurka.

Mala iga baari karaa cudurka cusub ee coronavirus?

Qofka caadiga ah uma baahna inuu iska baaro cudurka coronavirus ka. Haddii adeeg bixiyahaagu aaminsan yahay inaad kujirtid xaalad halis ah, waxay waaxda dadwaynaha caafimaadka ee gobalka iyo CDC kala shaqeen doonaan sidii lagu go'aamin lahaa in lagu baaro iyo halkii lagugu baari lahaa.

Maxaa dhacaaya hadii ay ogaadaan inaan qabo cudurka cusub ee coronavirus ka?

CDC waxay soojeedinaysaa in qof kasta oo la xanuunsan COVID-19 uu isku karantiilo guriga ama isbitaalka (adoo lagu saleenaayo heerka xanuunka qofka) illaa iyo inta uu qofku ka dareemaayo caafimaad ama qof uusan qatar galin karin dadka kale. Muddada xanuunka dadku way ku kala duwaanaan karaan, sidaas daraadeed go'aanka qofka looga saaraayo karantiilka ayadoo la eegaayo xaalada kiiskiisa waxaa go'aan ka gaara dhaqaatiirta, khubarada qaabilsan xakameynta iyo saraakiisha caafimaadka dadwaynaha. Waxaa tixgelin lagu sameeyaa hadba heerka xanuunka, astaamaha, iyo natiijada baaritaanada.

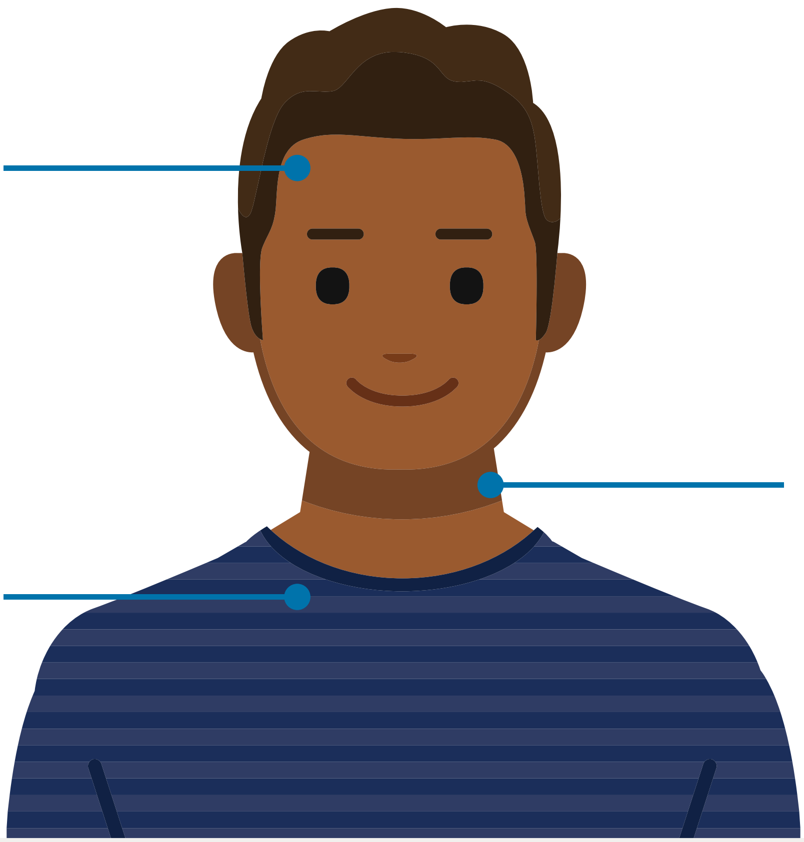
Sidee loo daweeyaa cudurka cusub ee coronavirus ka?

Waqti xaadirkaan, majiraan talaal ama daawo loo hayo xanuunkaan aafada ah. Haddii aad qaado xanuunka, daryeel bixiyahaaga caafimaadka ayaa kugula talinaaya inaad nasatid, cabtid biyo aadna sidoo kale qaadatid daawooyinka xakameeya qandhada iyo astaamaha. Dadka xaaladoodu aadka u adagtahay waxay u baahan doonaan daryeel si xubnaha jirkooda loo taageero.

Haddii aad isleedahay waxaad qabtaa hargab ama aad la kulantay qof la xanuunsan cudurka COVID-19, wac dhaqtarkaaga daryeelka ee koowaad ama Wac Xarunta Waaxda Caafimaadka ee Ohio. Xarunta wicitaanada hada waxay furan tahay 7 da bari ee asbuuca laga bilaabo 9 ka subaxnimo-8 da habeenimo si ay oga jawaabaan wicitaankaaga su'aalaha la xariira cudurka COVID-19 waxaana laga wici karaa 1-833-4-ASK-ODH (1-833-427-5634).

Macluumaadka ku qoran bayaankaan waxaa la cusbooneysiiyay Maarso 14, 2020, waxa uuna waafaqsan yahay talada ay soojeediyeen Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Xarumaha Ka hortaga iyo Xakameynta Cudurada). Si aad u heshid macluumaadkii ugu danbeeyay ee la xariira cudurka cusub ee coronavirus, booqo webseetka CDC.

COVID-19: **Calaamadaha Astaamaha**



Qandho

Dadka waawayn, heerka heerkulka jirkoodu waxa uu gaaraa 100.4°F ama kasii badanba.

Neefta oo qofka ku yaraata

Waxay u muuqataa inay bilaabato kadib asbuuc marka qofku qaado infakshanka.

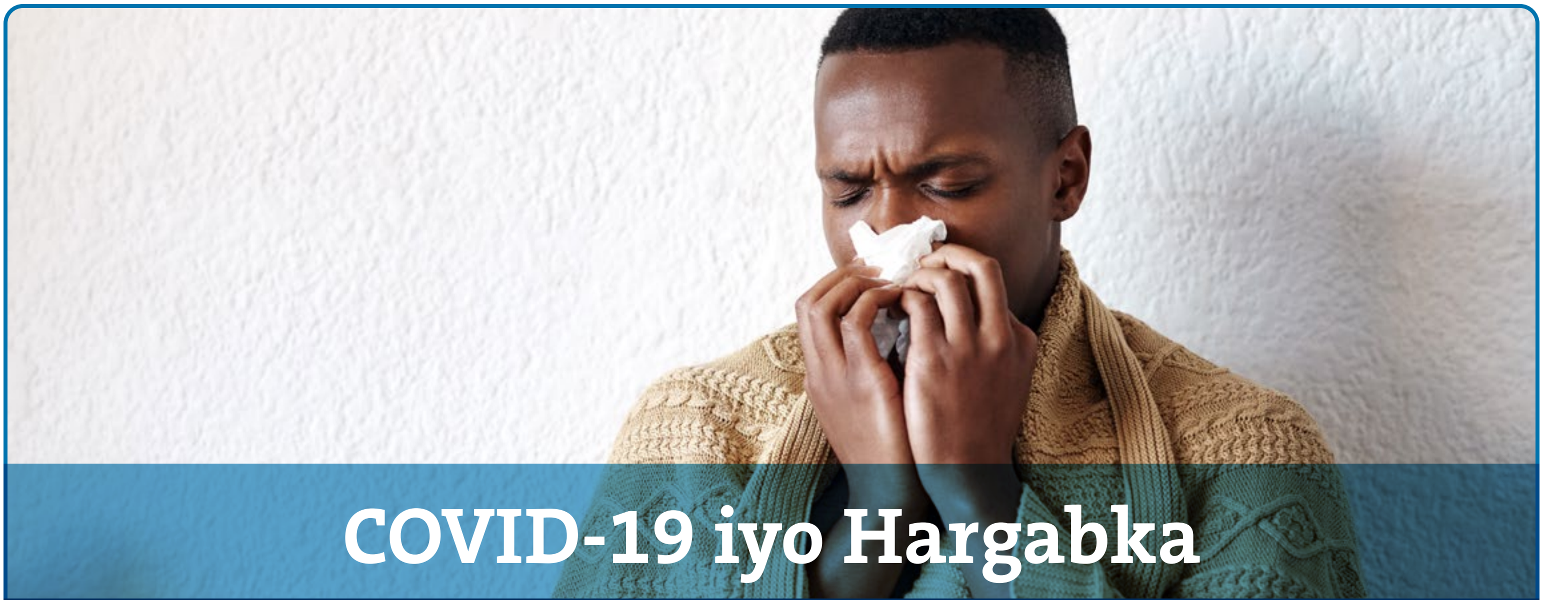
Waxaad dareemaysaa inaysan neef kugu filan aysan gaareen sanbabada si aad si fiican uu neefsato.

Qufac Qalalan

Oo aan lahayn xab iyo xaako. Waxaa laga yabaa inaad dareentid cuncun iyo xasaasiyad.

Inta badan dadka uu ku dhaco cudurka COVID-19 waxay dareemaan astaamo khafiid ah, laakiin dadka ka wayn 60 sano ama kuwa qabo xaalado caafimaad oo kale ayaa la kulmi kara xaalad aad halis u ah, oo ay kamid yihiin sanbabo xanuun iyo kalyaha oo istaaga.

Haddii aad iskaga shakiso inaad qabto cudurka COVID-19, wac dhaqtarka daryeelkaaga koowaad ama xarunta wicitaanka ee Waaxda Caafimaadka Dadwaynaha ee Ohio adoo ka wacaaya 1 (833) 427.5634.



COVID-19 iyo Hargabka

Illaa iyo markii uu COVID-19 bilooday inuu faafo, dadwaynahu waxay badanaa isku dayaaan inay la mid dhigaan hargabka. Baarista waxyaabaha ay ka siman yihiin oo la xariira wax horey naloogu soo tababaray waxay kugu abuuri karaan kalsooni marka aad la dagaalamaysid cadoow qarsoon.

Laakiin dhab ahaantii, sidee COVID-19 iyo hargabku iskugu eg-yihiin? Waxaan u eegnay si qoto dheer, waxaana isbarbar dhignay iskuna fiirinay labada cudur anagoo isticmaalayna macluumaadka ay diyaariyeen [Centers for Disease Control and Prevention (Xarumaha Ka hortaga iyo Xakameynta Cudurada)]. Halkaan waxaa kujira waxa aan la socono.

Astaamaha

Waxyaabaha ay isku midka ka yihiin: Astaamahu waxay u dhaxeeyaan kuwo khafiif ah illaa kuwo daran. Astaamaha ay ka siman yihiin waxaa kamid ah qandho, qufac, daal, jir xanuun iyo madax xanuun.

Waxyaabaha ay kukala duwan yihiin: Astaamaha hargabka waxay yimaadaan isla markiiba, caadiyana hal illaa afar maalmood. Astaamaha cudurka COVID-19 waxaa laga yabaa inaysan soo muuqan labo illaa 14 maalmood kadib marka aad qaado fayriska. Hargabka waxaa sidoo kale la socda astaamo badan oo kale. Waxaa laga yabaa inaad sidoo kale dareentid cune xanuun, sanka uu duuf kaa yimaada, san cuncun, iyo hunqaaco iyo shuban (inkastoo astaamahaan ay ku badan yihiin caruurta). Calaamadaha u gaarka ah COVID-19 waa neefta yaraanta, iyo qufac aan waxba wadan oo qalalan.

Waa muhiim in la ogaado inay soo baxayaan astaamo cusub, iyo in dhamaan astaamuhuhu aysan badanaaa soo muuqan, sida laga soo xigtay Waaxda Caafimaadka Ohio. Haddii aad dareento xanuun, joog guriga wacna dhaqtarkaaga.

Halista cudurka

Waxyaabaha ay isku midka ka yihiin: Qof kasta waa u nugul yahay caabuqa, laakiin dadka waawayn iyo dadka qaba xanuunada kale ayaa ugu jira qatar aad u wayn inay dareemaan astaamo aad u daran.

Waxyaabaha ay kukala duwan yihiin: Dumarka uurka leh iyo caruurta 5 sano kayar ayaa loo aarkaa inay yihiin halis wayn ugu jira ifilada. Kooxahaas si rasmi ah looguma darin kooxaha halista wayn ugu jira cudurka COVID-19.

Gudbinta cudurka

Waxyaabaha ay isku midka ka yihiin: Habka la iskaga qaado cudurka COVID-19 iyo hargabka waxay u muuqdaan kuwo isku mid ah. Labada cudurba waxay si fudud oga kala gudbi karaan shaqsi ka shaqsi haddii midka xanuunsan firirka kasoo baxa uurkiisa uu gaaro midka kale. Firiradaas waxay qofka kasoo baxaan marka uu qufaco, hindhiso ama xataa uu hadlo. Hab kale oo badanaa caabuqa lagu qaado waa inaad taabatid meel ay ku dhaceen firirkaas kadibna aad sii taabatid indhahaaga, sankaaga ama afkaaga.

Waxaad dadka u gudbin kartaa labada fayrisba adoon xataa ka warqabin inaad xanuunsan tahay. Waa muhiim in la raaco tallaabooyinka lasoo jeediyay si loo yareeyo faafida cudurka, sida in la dhaqo gacmaha loona jirsado dadka kale wax badan 6 talaabo.

Waxyaabaha ay kukala duwan yihiin: Hargabku waxa uu u faafaa si ka dhaqsiyo badan COVID-19 sababtoo ah waqtiga xanuunka waa wax kooban (muddada infakshanka ilaa

xiliga astaamaha) iyo waqtiga uu sii jiro (ee u dhaxeeya kiisaska) marka loo eego COVID-19. Hargabku waxa uu sidoo kale u muuqdaa inuu si fudud u faafo kahor inta aan astaamuhu soo bixin. Dadka qaba cudurka COVID-19 waxay fariska gudbin karaan 24-48 saacadood kahor inta aysan astaamuhu kasoo muuqan, laakiin arintaas uma muuqato inay tahay habka ugu badan ee faafiya infakshanka.

Inkastoo arintaan ay jirto, hadana xogta hadda la haayo waxay sheegaysaa in halkii qof ee qaba cudurka COVID-19 uu infakshanka celcelis ahaan gaarsiiyo 2-2.5 qof, marka lala barbardhigo qofka qaba hargabka oo celcelis ahaan 1.3 qof qaadsiiya. Caruurta ayay u badan tahay inay aad u faafiyaan hargabka marka loo eego dadka waawayn, laakiin xogta hordhaca ah ee daarasada lagu sameeyay China kuna saabsan dadka xanuunka ku kala qaada xaafada waxay muujinaysaa in xaqiiqda COVID-19 tahay mid kasoo horjeeda tan hargabka.

Ka hortaga cudurka

Waxyaabaha ay isku midka ka yihiin: Tallaabooyinka aan qaadno si aan oga hortagno hargabka ayaa sidoo kale qayb kaqaata COVID-19. Tallaabooyinkaas waxaa kamid ah gacmaha oo si joogto ah loo dhaqo, bulshada oo laga dheeraado, walxaha oo la tirtiro, iyo inaan qufaca iyo hindhisada ku daboolno tiisha ama safaleeti.

Waxyaabaha ay kukala duwan yihiin: Sanad kasta waxaa soo baxa talaal cusub oo loogu talagalay hargabka si looga hortago infakshanka. Majiro wax talaal ah oo loogu talagalay COVID-19, laakiin waxaa socda baaritaano caafimaad.

Baaritaanka cudurka

Waxyaabaha ay isku midka ka yihiin: Waxaan baari kartaa hargabka iyo COVID-19 si loo ogaadi caabuqa. Haddii aad xili dhaw u socdaashay meel uu kajiro cudurka COVID-19 ama aad la kulantay qof qaba cudurka COVID-19, CDC waxay soojeedinaysaa inaad wacdid dhaqtarka daryeel bixiyahaaga koowaad, si ay u go'aamiyaan in baaritaan lagugu sameeyo iyo in kale. Dadka qaba xaaladaha caafimaad ee kale waa inay si degdeg ah u wacaan dhaqtarkooda, xataa haddii astaamuhu yihiin kuwo khafiif ah. Haddii aadan haysan dhaqtar daryeel, la xariir xarunta wicitaanada ee Waaxda Caafimaadka ee Ohio. Xarunta wicitaanada waxay furan tahay todobada bari ee asbuuca laga bilaabo 9 ka subaxnimo illaa 8 da habeenimo, waxaana laga wici karaa 1 (833) 4-ASK-ODH (427.5634).

Waxyaabaha ay kukala duwan yihiin: Waqtigaan la joogo, agabyada baaritaanada curuka COVID-19 waa kuwo gabaabsi ku ah Dalka Maraykanka. Ayadoo inta badan dadka leh astaamaha laga baari karo hargabka, dhanka kale awood uma lihin inaan isla tiro intaas la'eg aan ka baarno cudurka COVID-19. CDC waxay soo bandhigtay tilmaamaha la raacaayo ee baaritaan si loo ogaado cida ku habboon in la baaro, laakiin go'aanada waxaa loo daayay gobalka iyo waaxaha caafimaadka ee deegaanka, iyo daryeel bixiyaasha caafimaadka.

Daaweynta cudurka

Waxyaabaha ay isku midka ka yihiin: Qaar kamid ah daawooyinka lagu gado miisaska waxaa loo isticmaali karaa in lagu xakameeyo astaamaha labada cudurba COVID-19 iyo hargabka, sida acetaminophen oo loogu talagalay inay yareeyso qandhada. Gabi ahaanba waa inaan daawada Antibiyootigu loo isticmaalin si looga hortago ama loo daaweeyo hargabka, COVID-19 iyo dhamaan fayrisyada kaleba. Antibiyootigu kaliya waxaa lagu daaweeyaa infakshanada ay sababeen bakteeriyada.

Waxyaabaha ay kukala duwan yihiin: Waxaa jira daawooyin caabuqa ka hortaga oo yareen kara muddada hargabka sidoo kalena latacaali kara astaamaha ayagoo xakameenayaa aafooyinka. Inkastoo ay socdaan tijaabooyin badan oo ku aadan soosaarista daawada lagu daaweenaayo COVID-19, majiraan wax daawo ah oo illaa hada la ansixiyaay.

Heerarka Infakshanka iyo Geerida

Waxyaabaha ay isku midka ka yihiin: Inkastoo inta badan kiisaska hargabka iyo COVID-19 ay yihiin kuwo khafiif ah, hadana qaar ayaa sababa dhimasho.

Waxyaabaha ay kukala duwan yihiin: Bishii Maarso 24, 2020, DCC waxay sheegtay in 44,183 qof oo ku nool Maraykanka ama jooga daafaha Maraykanka uu ku dhacay cudurka COVID-19 halka 544 qofna ay u dhinteen. Tani waxay heerka geerida ee guud ka dhigaysaa 1.2%.

Anthony S. Fauci, oo ah agaasimaha Machadka Qaranka ee Cudurada sababa Infakshanka iyo Xasaasiyada, waxa uu sheegay heerka geerida hargabka inuu yahay 0.1%. Tani waxay COVID-19 ka dhigaysaa inuu wax ka badan toban jeer uu ka badan yahay heerka geerida hargabka.

Waa muhiim in la ogaado, inkastoo, xogtaas ay isbadelayso maalin kasta, maadaama kiisas badan oo khafiif ah kuna saabsan COVID-19 aan lagu xaqiijin baaritaan lana tirin. Haddii dhamaan kiisaska suurtagalka ah la xaqiijiyo, caadiyan waxay u badan tahay in heerka geeridu isbadelayso.

COVID-19 iyo Hargabka

Dadka qaar ayaa dhaha COVID-19 waa sida hargabka oo kale. Laakiin waxaan ku dhanaa, haku degdegina! Waa kuwaan faahfaahinta waxyaabaha ay ku kala duwan yihiin iyo waxyaabaha ay isku midka ka yihiin.

	COVID-19	HARGABKA
Astaamaha		
Heerka darnaanshaha	Heer dhexdhexaad ah illaa mid daran	Heer dhexdhexaad ah illaa mid daran
Muddada uu kusoo muuqdo	2-14 maalmood	1-4 maalmood
Astaamaha u gaarka ah	Qufac qalalan, neefta oo qofka ku dhaqta	Cune xanuun, san duuf ama san cuncun, hunqaaco iyo shuban
Halista cudurka		
Halista Dhexdhexaadka ah	Qof kasta	Qof kasta oo aan qaadan talaal
Halista aadka u daran	Dadka waawayn iyo dadka horey u qabay xanuuno kale	Dadka waawayn iyo dadka horey u qabay xanuuno kale
Gudbinta cudurka		
Waxa uu ka faafaa firirka kasoo baxa neefmareenada	Haa	Haa
Iyo in la taabto walxo	Haa	Haa
Ka hortaga cudurka		
Talaal	Majiro, laakiin waxaa socdo baaritaano caafimaad	Haa, mid cusub sanad kasta
Baaritaanka cudurka		
Waxaa lagu ogaan karaa baaritaan	Haa, laakiin majiraan baaritaano ku filan	Haa
Daaweynta cudurka		
Daawooyinka loo qaato	Wax daawo ah malahan, laakiin waxaa socdo tijaabooyin caafimaad	Daawooyinka loo qaado caabuqa ayaa yareeya muddada waxayna xakameeyaan astaamaha cudurka
Daawooyinka laga gato miiska	Xakameynta astaamaha cudurka	Xakameynta astaamaha cudurka
Geerida		
Bishii Maarso 24, 2020	1.2%	0.1%

Tallaabooyinka aan qaadno si aan oga hortagno hargabka ayaa sidoo kale qayb kaqaata COVID-19. Tallaabooyinkaas waxaa kamid ah gacmaha oo si joogto ah loo dhaqo, bulshada oo laga dheeraado, walxaha oo la tirtiro, iyo inaan qufaca iyo hindhisada ku daboolno tiisha ama safaleeti.

Baaritaanka Cudurka COVID-19:

Yaa la baaraa, goorma la baaraa, halkeese lagu baraaa

Marka kiisaska COVID-19 ay kor u kaceen ayna gaareen Ohio, waxaan dooneynay inaan caddeeno jahwareer kasta oo aad ka qabi karto baarista cudurka.

Yay tahay in la baaro?

Xirfadlayaasha caafimaadka ayaa qiimeyn ku sameenaaya, go'aana ka gaaraya haddii uu qofku u baahan yahay in laga baaro cudurka COVID-19. Waxaa lagugula talinayaa inaad wacdo daryeel bixiyahaaga caafimaadka kahor inta aadan aadin isbitaal, daryeel degdeg ah ama qolka arimaha degdeg ah.

Inta badan dadka qaba COVID-19 waxay dareemaan astaamaha sida qandho iyo/ama xanuun dhanka neefmareenada ah, sida qufac iyo neefta oo ku dhagta. Waxyaabaha kale ee go'aamin kara in qofka la baaro waxaa kamid ah inuu la kulmay qof si cad shaybaar loogu xaqiijiyay inuu qabo cudurka COVID-19 muddo 14 bari gudahood marka ay astaamaha bukaanka biloowdeen, ama qof u socdaalay meel uu kajiro cudurka. Waxaad dhamaan Ogeysiisyada Caafimaadka Socdaalka Fayriska COVID-19 ka heli kartaa webseetka CDC.

Waa muhiim inaad ogaato inaadan isla waqtigaan la joogo aadan codsan karin baaritaanka cudurka. Waxaa qasab ah in xirfadlayaasha caafimaadka kuu gudbiyaan baaritaanka haddii aad ka gudubtid astaamaha baaritaanka.

Sidee looguu baarayaa?

Baaritaanada COVID-19 waxaa kujira muunad laga qaado neef-mareenada. Taasi waxay la micno tahay in afka ama sanka wax lagaagalin doono.

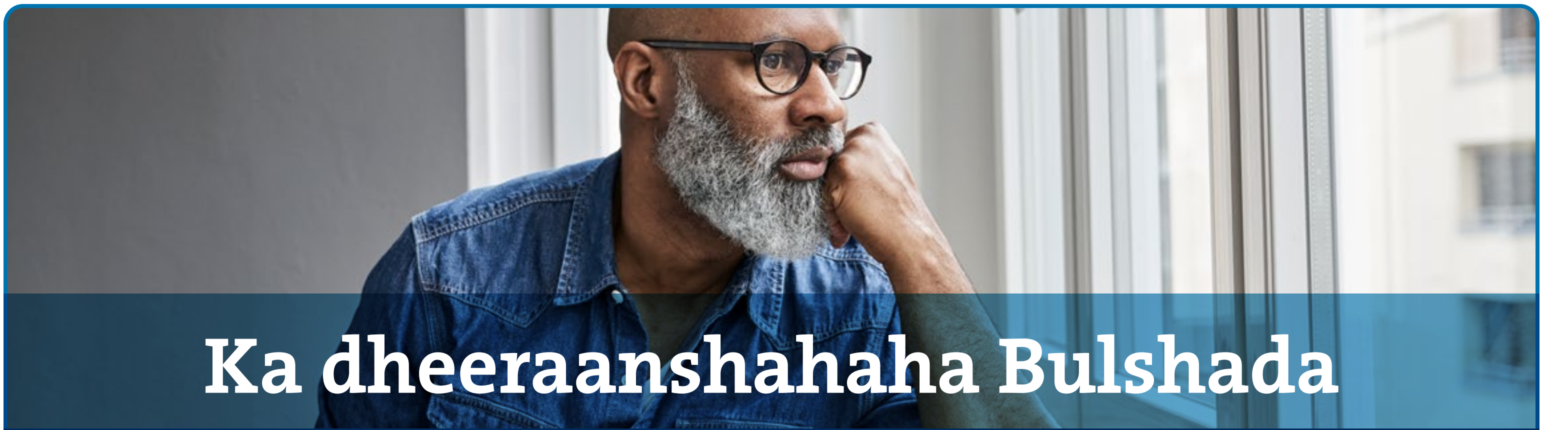
Halkee aadaysaa si aad u heshid baaritaan?

Wac dhaqtarkaaga haddii aad iskaga shakiso inaad qabtooo astaamaha cudurka aadna u socdaashay meel uu ka jiro cudurka lagana soosaaray digniinada safarka ee Heerka 2 ama 3 ama haddii aad la kulantay qof qaba cudurka COVID-19, markaas kadib waxay go'aamin doonaan inaad u baahan tahay dhaqtar waxayna kuu gudbin karaan baaritaan haddii ay muhiim tahay.

Waxa ay tahay inaad sameyso haddii baaritaankaagu sheego inaad qabto cudurka?

Majiraan daawooyin gaar ah oo ka hortagta caabuqa COVID-19, sidoo kalena dhamaan bukaanada uma baahan doonaan in la jiifiyo isbitaal ama goob lagu daryeelo caafimaadkooda. Inta badan, waxaa u baahan doontaa inaad daaweyso astaamaha iilaa inta caabuqu jiro. Haddii aadan aad u xanuunsanayn si laguu dhigo isbitaal, waxaa lagu siinayaa macluumaadka ku saabsan sida loo daryeelo naftaada loogana ilaaliyo cudurka dadka kale adooguriga jooga illaa inta qatarta xanuunka baaba'aayo.

Macluumaadka ku qoran bayaankaan waxaa la cusbooneysiiyay Maarso 14, 2020, waxa uuna waafaqsan yahay talada ay soojeediyeen Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Xarumaha Ka hortaga iyo Xakameynta Cudurada). Si aad u heshid macluumaadkii ugu danbeeyay ee la xariira cudurka cusub ee coronavirus, booqo webseetka CDC.



Ka dheeraanshahaha Bulshada

Ka dheeraanshaha bulshada waa habka kaliya ee looga hortagi karo faafida cudurka COVID-19, sidaas daraadeed waa wax anaga noo yaala inaan ilaalino caafimaadka dadka halista saaidka ah kujira.

Joogtee ka dheeraanshaha dadka

Ka dheeroow 6 talaabo dadka iskana ilaali inaad tagtid meelaha aadka loogu badan yahay.

Is mashquuli

Iska ilaali inaad caajistid sameena waxyaabaha aad jeceshay inaad sameyso ama isku day waxyaabo cusub inta aad joogtid guriga.

Yaree dadka booqashada kuugu imaanaya

Adeegso go'aankaaga ugu fiican marka aad marti aqbalayso, laakiin iska ilaali dadka xanuunsan.

Joogtee heerka bulshanimadaada

Wac saaxiibadaa ama qoyskaaga si aad ula socotid una ogaatid xaaladooda.

Iska ilaali socdaalka aan muhiimka ahayn

Kaliya guriga ka bax marka aad doonanaysid adeegyada raashinka, daawada, ama haddii aad sameynaysid jimicsi.

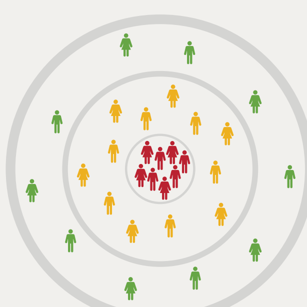
Ha ilaalin inaad is nadiifisid

Qaado safaleeti iyo daawada gacmaha lagu nadiifiyo marka aad guriga ka baxaysxo, dhaqna gacmahaaga marka aad imaato guriga.

Joogtee ka dheeraanshaha bulshada

Iska ilaali

- Meelaha dadku iskugu imaadaan
- Goobaha caruurtu ku ciyaaraan
- Dadka soo booqanaaya gurigaaga
- Dukaamada aadka loogu badan yahay



Isticmaal habka ka hortaga

- Marka aad adeeganaysid raashin
- Marka aad banaanka kasoo qaadanaysid cunto
- Marka aad soo qaadanaysid daawooyin

Waxyaabaha Badbaadada ah

- Lugeenta ama socodk
- Shaqada dayrka
- Nadiifinta gurigaga
- Ciyaarta qoyska ee habeenkii
- Wada hadalka kooxda ee muuqaalka ah

OhioHealth

© OhioHealth Inc. 2020. All rights reserved. FY20-445200. 04/20.