

SMITTSKYDDSBLAD

Information och förhållningsregler till hushållskontakter

Översättning till somaliska

Version 2020-12-03

Covid-19, warbixinta qawaaniinta ku dhaqanka ee dadka guri wadaaga

Xaashida iska ilaalinta cudurada faafa ee dhakhaatiirta ka hortaga cudurada faafa

Maxay tahay micnaha in guri lala wadaago qof qaba covid-19?

Adigu waxaad heshay warbixintan maadaama qof aad la nooshahay ama la noolayd uu qabo covid-19 oo adiguna sidaas darteed ay dhici karto inaad ka qaatay cudurka. Tani micnaheedu waxay tahay inuu jiro khatar ah in aad xanuusan kartid. Si loo yareeyo in cudurku ku faafdo dad kale waxaa adiga waajib kugu ah inaad raacdo qaar ka mid ah qawaaniinta ku dhaqanka (eeg hoos).

Waa maxay covid-19?

Covid-19 waa caabuq faayras kaas oo badanaaba sababa calaamado khafiif ah sida diif, dhuun xanuun, qufac iyo xummad, laakiin dadka qaarkood si khatar ah ayay u xanuusadaan oo yeeshaan dhibaatooyin neefsashada ah una baahdaan in lagu daryeelo isbitaal. Calaamadaha kale ee covid-19 waxay ahaan karaan muruq xanuun, madax xanuun, daal, dareenka urta iyo dhadhanka oo xumaada iyo dhibaatooyin caloosha oo wata shuban.

Sidee baa laysu qaadsiiyaa covid-19?

Covid-19 waxaa laysku qaadsiiyaa waxa loogu yeero dhibac- iyo istaabasho ku qaabsiin. Marka uu qofi hindhiso ama qufaco waxaa hawada ku abuurmaya dhibco si aad ah dadka cudurka u qaadsiiya. Markaas ayuu cudurku ku dhacayaa qofka u dhaw qofka buka. Marka dhibcuhu ku dhacaan meelo ama alaab ayaa maaddooyinka cudurka faafiya ay halkaas ka sii gudbaan, badanaaba dhinaca gacmaha. Laga soo billaabo marka uu qofka cudurka qaado ilaa iyo inta uu ka xanuunsanayo (wakhtiga soo ridashada cudurku) waxay u dhexeysaa 2 ilaa iyo 14 maalin, inta ugu badanse waa shan maalmood.

Qodobada xiriir la leh hab-dhaqamada ee ku saabsan isku-dhowaashada xubnaha qoyska maxay yihiin?

Covid-19 waa khatar dadweyne iyo cudur bulshada khatar ku ah oo soo hoos gelaya xeerka ka hortaga cudurada la kala qaado. Adigaaga guri la wadaaga qof la xaqiijiyay inuu qabo covid-19 waxaad xisaabsantahay in lagaaga shakisanyahay cudurka. Taasoo macnehedu tahay in sidii aad ugu hortegi lahayd inaad qof kale cudurka qaadsiiso awgeed, waa in muddada lagu wargeliyo aad tixgeliso nidaamyada hab-dhaqamada u degsan

Nidaamyada hab-dhaqamada u degsan waxaa weeyaan:

- aanad tegin goobta shaqada, dugsiga sare, jaamicadda ama waxbarashada kale ee ka dambeysa dugsiga sare. In aad shaqayso adigoo guriga jooga iyo waxbarashada iyadoo aan la joogin goobta wax lagu barto way fiicantahay. Haddii aanad fursad u haysan inaad shaqayso adigoo guriga jooga waxaad xaq u leedahay caddayn dhakhtar si aad u codsato gunnada cudurada faafa lagana helo Qasnadda Caymiska. Adigu maaha inaad iyanna ka qayb-qaadato hawlaha xilli-firaaqaha, meelaha aad xiriir kula yeelanayso dad kale sida tusaale ahaan goobaha isboortiga.
- ay khasab tahay in aad raacdid nidaamyada nadaafadeed oo gaar ah: Waa in aad si fiican u hubisaa nadaafadda gacmahaaga (dhaq gacmaha), ku qufacdaa, kuna hindhistaa laabatada xusulka ama istiraashada sanko, aadanna ula jeesan dadka kale dhankooda.
- waa in aad sheegtaa in aad guri kula nooshahay qof qaba covid-19 haddii aad la xiriirto shaqaalaha daryeelka caafimaadka iyo bukaanka.

Qofka adigoo kale ah oo ah xilhaayaha xannaanadda/waalidka, waxaa ku xilsaaran inaad hubsato in ilmahaaga ay tixgeliyaan qodobada hab-dhaqamada ee hirgaleen. Sidoo kale, markii qoysku u xiriir la yeelanayo xarumaha daryeel-caafimaadeedka waxaa waajib kugu ah inaad shaqaalaha caafimaadka wargeliso, in cunugga u xiriir la leeyahay qof ku dhacay cudurka [Covid-19].

Sida uu dhigayo xeerka ilaalinta cudurrada lays qaadsiiyo waxaa waajib ku ah qofka qaba, ama looga shakisanyahay cudur la kala qaado in uu sameeyo waxa laga rabo si dadka kale looga ilaaliyo cudurada la is qaadsiiyo (waxa loogu yeero waajibka ilaalinta). Tani micnaheedu waa in adigu inta lagu jiro wakhtiga ay waajib kugu yihiin qawaaniinta ku dhaqmida aanad la kulmin dad kale oo aan ahayn kuwa ku nool gurigaaga oo aanad ku safrin gaadiidka dadweynaha. Adigu waad joogi kartaa banaanka markay suurtagal tahay inaad masaafo u jirsato dadka kale. Adigu wixii lagama maarmaan ah waad ka soo iibsana kartaa tusaale ahaan dukaanada raashinka iyo farmasiga iwm. Haddii aad xiriir dhow la leedahay shaqaalaha daryeelka oo ay ku jiraan shaqaalaha dadka waayeelka ah ugu shaqeeya gurigooda waa khasab inaad iyaga u sheegto inaad guri la wadaagto qof qaba covid-19.

Hab-dhaqamada hirgaleen ilaa intee muddo ayay ansaxsan yihiin?

Laga bilaabo maalinta lagu wargeliyay waa inaad tixraacdo hab-dhaqamada hirgaleen, ilaa 7 maalmood ay ka soo wareegteen taariikhda maalinta qofka qoyska ka tirsan laga qaaday shaybaarka cudurka [Covid-19]. Kaddib markii muddadaas ay dhamaato ayaa tegi kartaa goobta shaqada ama waxbarashada, waa haddii calaamadaha cudurka aadan lahayn. Haddiise laga qaaday shaybaarka loo yaqaanno [PCR], waa inaad jawaabta sugta kahor inta aad goobta shaqada ama waxbarashada ku laaban. Markaas kaddib waxaa lagula talinayaa in 7 maalmood ee ku xigta aad fiirogaar siiso calaamadaha cudurka, oona dad badan la kulmin aan ahayn kuwa goobta shaqada ama iskuulka iyo aadan tegin goobaha wakhtilummiska.

Dadyowga hab-dhaqamada hirgaleen aynan khusayn waa kuwee?

Dadyowga 6 bilood ugu dambeeyeen la xaqiijiyay in u berri hore ku dhacay cudurka [Covid-19] ma khuseeyaan qodobada hab-dhaqamada hirgaleen. Dadkaas waxay tegi karaan goobaha ay ka shaqeeyaan ama wax ku bartaan.

Maxaan sameeyaa haddii aan isku arko calaamadaha cudurka?

Haddii aad isku aragto calaamado inta lagu jiro wakhtigan waa inaad baaritaan iska qaado oo aad guriga joogto ilaa inta aad helayso jawaabta baaritaanka, xitaa haddii isu geynta wakhtiga aad markaasi u baahantahay inaad guriga joogto ay ka badantahay 7 maalmood.

Miyaan u baahanahay inaan is baaro haddii aan dareemayo inaan caafimaad qabo?

Hab-raacyada xiriirka la leh shaybaarrada xubnaha qoysaska oo aan lahayn calaamadaha cudurka way kala duwan yihiin hadba gobolka u qofku degan yahay. Haddii shaybaar laga qaaday waa inaad jawaabta sugta kahor inta aad ku noqon goobaha shaqada, iskuulka ama dugsiga xannaanadda. Sido kale ha iloowin inaad fiirogaar siiso calaamada cudurka haddii natiijada shaybaarka loo yaqaanno [PCR] ay noqoto waxkamajiraan (negatiiv). Tan kale, mar labaad shaybaarka iska qaad haddii calaamadaha cudurka aad dareento.

Maxaan sameeynayaa haddii aan daryeel caafimaad u baahanahay covid-19 ama cudur kale awgiis?

Adigu maaha inaad toos u tagto rug caafimaad/rugta deg-degga ee dhow/isbitaal. Marka hore telfoon kula xiriir Hagida Daryeelka 1177 si aad u hesho caawimaada in lagu tilmaamo meesha saxda ah ee daryeelka caafimaadka oo aad u sheegta inaad guri la wadaagto qof qaba covid-19. Haddii aad u xanuunsatid si nollosha khatar gelineysa wac 112.

Sidee ayaan rafcaan uga qaadan karaa qawaaniintayda ku dhaqmida?

Haddii lagugu soo rogay qaanuun ku dhaqmid oo aad u aragto inuu khalad yahay waxaad la xiriiri kartaa dhakhtarka ka hortaga cudurada faafa ee gobolkaaga.