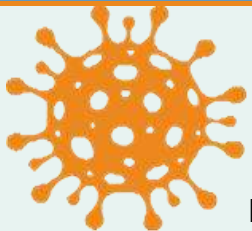


# Ogow xaqiiqooyinka kusaabsan coronavirus



## Waa maxay COVID-19?

COVID-19 waa xanuun neefmareenka ku dhaca oo uu keeno nooc cusub oo coronavirus ah. Coronaviruse-yadu waa fayrasyo isku koox ah oo keeni kara jirrooyin fudud iyo qaar daran. Coronavirus-kan cusub wuxuu kaliya dadka bilaabay inay qaadaan Diisambar 2019. Khubarada caafimaadku waxay marba marka ka dambaysa wax ka ogaanayaan coronavirus-kan cusub iyo jirrooyinka uu keeno. Wakhtigan ma jirto daawayn loogu talagalay ama tallaal si looga hortago COVID-19.

## Waa maxay astaamaha COVID-19?

Dadka qaba COVID-19 waxay yeeshaan astaamo badan – kuwaasi oo ka bilaabma astaamo fudud ilaa jirrooyin daran. Astaamaha ugu caansan waxa kamid ah:



Qufac



Qarqaryo



Qandho



## Sidee buu ku faafa coronavirus?

Fayrasku wuxuu dadka iskugu gudbaa sida badan dhibcaha neefmareenka ka yimaadda ee qofka caabuqa qabaa soosaaro marka uu qufaco, hindhiso, ama hadlo. Dhibcahan yaryar ayaa fuuli kara afka ama sanko dadka meesha ka dhaw – u jira 6 fuudh ka yar. COVID-19 way fidin karaan dad aan calaamado ka muuqan. Sidoo kale waxa suurtoagal ah inaad qaaddo caabuqa kadib taabashada walax fayrasku saaran yahay.



Cune xanuun



Xanuun murqaha ah



Neefka oo yaraato ama neefsashada oo dhib ah



Lumin cusub ee dareenka dhadhanka ama urta

## Waa sidee darnaanshaha COVID-19?

Khubarada caafimaadku waxay marba marka ka dambaysa wax ka baranayaan cidda ku bukoota iyo jirrooyinka kala duwan ee ka yimaadda coronavirus. Kiisaska la soo sheegay ayaa baaxadiisa dhaafay xanuun meel dhexdhexaad ah (wuxuu la mid yahay hargabka caadiga ah) oofwareen daran oo u baahan in isbitaal lagu dhigo. Ilaa iyo hadda, dhimashada COVID-19 ee Oregon ee la soo sheegay inta ugu badan waa dad waayeel ah oo xaalado caafimaad oo kale qabay. Laga bilaabo markii aafada cudurku bilaabantay, inta ugu badan carruurta qaadday coronavirus-ka cusub astaamo fudud ayey leeyihiin. Dhawaan, jirro cusub oo carruurta ah ayaa la sheegay taasi oo keenta hafeef daran oo jirka oo dhan ah. Carruurta jirradan qabaa aad ayey u bukoodaan waxayna u baahdaan in cusbitaal la dhigo.



## Yaa halis ugu jira qaadista coronavirus?

Qof kasta oo fayrasku soo gaadho wuxuu noqon karaa mid caabuqa qaba waxaana dhici karta inuu astaamo yeesho ama aanu yeelan – coronavirus si sahlan ayuu ugu gudbaa dadka waawayn iyo carruurta. Ma jiraan koox dad ah oo si gaar ah ugu dhaw inay qaadaan ama faafiyaan fayraska. Hase yeeshee, waxaynu sii wadnaa inaynu wax ka ogaano kooxaha halista sare ugu jira inay aad ugu bukoodaan COVID-19 oo ay kujiraan: dadka xaaladaha caafimaad ee daba dheeraaday qaba, dadka ku nool xarumaha daryeelka kooxaha, daryeelka caafimaadka iyo shaqaalaha kale ee daruuriga ah.



## Sidee ayaan u ilaalin karaa naftayda iyo dadka kale?

Qaabka ugu wanaagsan ee looga hortagi karo jirro waa ka fogaanshaha inaad u baylahdo fayraskan.

### Tallaabooyinka aad qaadi karto waxa kamid ah:

- Joog guriga haddii aad xanuunsan tahay.
- Haddii aad halis sare ugu jirto, guriga joog inta ugu badan ee suurtoagal ah xiitaa haddii aad dareemayso caafimaad-qab.
- Haddii aad bukooto inta aad dadwaynaha dhex joogto, guriga ku laabo, is-takoor, oo wac bixiyaha dayreelkaaga caafimaadka.
- Ku dhaqan fayodhwrka gacmaha ee fiican adigoo had iyo jeer gacmaha maydhaya.
- Nadiifi oo jeermiska ka dil walxaha iyo sagxadaha inta badan la taabto.
- Ku dabool qufaca/hindhisada xusulka ama tiish.
- Ka fogow taabashada wajigaaga.
- Ku dhaqan kala fogaanshaha jireed - lix (6) fuudh oo u dhaxeeyso adiga iyo dadka aadan la nooleyn.
- Xiro daboolada wejiga ee marada ah, warqadaha ah ama waxyaalaha kale ee la tuuri karo markaad joogto goob dadweyne.
- Joog meel u dhaw gurigaaga. Iska ilaali safarada habeenkii la dhaxo oo socdaal masaafada ugu yar ee aad ugu baahan tahay helista adeegyada daruuriga ah.

Shakhsiyaadka naafada ah ama shakhsiyaadka ku hadla luuqad aan ka aheyn Ingiriis, OHA waxay ku siin kartaa dukumiintiyo qaabab kale ah sida luqadaha kale, daabacaad ballaadhan, farta indhoolayaasha ama qaab aad adigu doorbidayso. Kala xiriir Mavel Morales lambarka 1-844-882-7889, 711 TTY ama OHA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us.

Oregon  
**Health**  
Authority

QAYBTA CAAFIMAADKA  
DADWEYNAHA