

ኮቪድ-19 (COVID-19) እንታይ ኢዩ?

ኮቪድ-19 (COVID-19) (ወይ ድማ ሓድሽ ኮረና ቫይረስ ዝበሃል) ሓድሽ ቫይረስ ኮይኑ ካብ ሰብ ናብ ሰብ ዚመሓላፍ ኢዩ። ኣብዚ እዋንዚ ኣብ ዩናይትድ ስቴትስን ኣብ ብዙሓት ካልኦት ሃገራትን ይርከብ።

ሓድሽ ኮረና ቫይረስ(COVID-19) ብከመይ ይመሓላፍ?

ከኢላታት ጥዕና ብከመይ ከምዝመሓላፍ ተወሳኺ መጽናዕቲ ይገብሩኳ እንተሃለዉ ኣብዚ እዋንዚ ዝመሓላፈሉ እዮም ተባሂሎም ዝእመኑ፡

- ካብ ኣካላት መተንፈሲ ሕሙማት ብምህንጣስ ወይ ብምስዓል ዝወጽእ ነጠብጣብ፡
- ኣብ መንጎ ነንሕድሕዶም ተቐራሪቦም ዝርከቡ ሰባት(ኣብ ከባቢ ትሕቲ 6 ፊት)
- ቫይረስ ዘለዎም ኣቕሑት ወይ ቦታ ሒዝካ/ኪ መሊስካ ኣፍካ፡ ኣፍንጫኻ ወይ የዲንትኻ ምሓዝ።

እቶም ምልክታት እንታይ ኢዮም?

ሕማም ሓድሽ ኮረና ቫይረስ ከምዘለዎም ዝተረጋገጸ ሰባት ከምዝሕብርዎ ነቲ ቫይረስ ካብ ዝተቐልዕሉ እዋን ጀሚሩ እንተወሓደ 2 መዓልቲ እንተበዘሐ ድማ ከባብ 14 መዓልቲ ምልክታት ናይቲ ሕማም ከምዝርእ ይሕብሩ።



መምርሒ ኣብ ሓደጋ ብርቱዕ ሕማም ኮቪድ-19 (COVID-19) ንዘለዉ ሰባት

ህዝባዊ ጥዕና (ፓብሊክ ሄልዝ) ኣብሓደጋ ብርቱዕ ሕማም ዝርከቡ ሰባት ኣብ ገዝኦም ከምዝጸንሑ ከምኡውን ብዝተኻእለ መጠን እኩብ ሰብ ካብ ዘለዎ ክርሕቁ ይላቡ። ኣብ ከቢድ ሓደጋ ዝርከቡ ሰባት እዞም ዚስዕቡ ሓዊስካ ኢዩ።

- ዕድሚኦም ልዕሊ 60 ዓመት ዝኾነ
- ሕዳር ሓደገኛ ኩነታት ጥዕና ዘለዎም ነዞም ዚስዕቡ ሓዊስካዮ ሕማም ልቢ፡ ሕማም ሳንቡእ፡ሕማም ሸኮር ዘለዎም
- ድኹም ናይ ምክልኻል ዓቕሚ ዘለዎም
- ነብሰጾራት ዝኾና

ነብሰ ጾራት ዝኾና፡ ከምኡውን ዝኾና ዝኾነ ሰብ ኩነታት ጥዕና ንሓደጋ ሕማም ኮቪድ-19 (COVID-19) ዝተቐልዕ መሲሉ እንተተራእይዎ ምስ ሓኪሙ ክመክር ኣለዎ።

መምርሒ ንነብሲ-ወከፍ ሰብ

ነቲ ሓዲጋ ንነብስኻ ከተጉድሎ ትኽእል ኢኻ፡-በዝያዳ ድማ ነቶም ንኮቪድ-19 (COVID-19) ተቐሊጾም ዘለዉ።



እንተሓሚምካ ኣብ ገዛኻ ጽናሕ ናብ ህዝቢ'ውን ኣይትተሓወስ።

- ብሓፈሻ ግድን እንተዘይኮይኑ ናብ ቦታት ሕክምና ዘይምኻድ። እንተሓሚምኩም ግን ቅድሚ ንሕክምና ምኻድኩም ንሓኪምኩም ደውሉ።



- ዋላ እንተዘይሓመምኩም ብዝተኻእለ መጠን ናብ ሆስፒታል፡ ሎንግ ተርም ኬር ፋሲሊቲ፡ ነርሲንግ ሆም ምኻድ ኣወግዱ። እንተኾነ ግን ናይ ግድን ናብዘን ዝተጠቐሻ ትካላት ከትኮዱ እንተኾንኩም ግዜ ጸንሖትኩም የሕጽርዎ ከምኡ'ውን ካብ ሕሙማት 6 ፊት ርሓቑ።



- ግድን እንተዘይኮይኑ ናብ ህጹጽ ሕክምናዊ ረድኤት ዝወሃቡኩ ክፍሊ ኣይትኺዱ። ህጹጽ ሕክምናዊ ረድኤት ዝወሃብ መጀመርታ ነቶም ኣዝዮም ዝሓመሙ ወይ ድማ ውጹዓት ኢዮ። ሰዓል፡ ረስኒ ወይ ድማ ካልእ ምልክታት እንተሃልዩኩም መጀመርታ ናብ ምዱብ ሓኪምኩም ደውሉ።

- ልምዲ ወልቃዊ ጽሬትኩም ኣማዕብሉ፡እንተላይ ኣእዳውኩም ብሳሙናን ማይን ኣዘውቲርካ ምሕጻብ፡ክትሰዕሉ ከለኹም ኣብ ቲሹ ወይ ኤልቦ (ዕጻፍ ኩርናዕ ኢድ) ኮይኑ ዓይንኹም ኣፍንጫኹም ወይ ኣፍኩም ዘይምሓዝ።



- ካብ ዝሓመሙ ሰባት ርሓቑ ፡-በፍላይ ኮሮና ቫይረስ ብቐሊሉ ከጥቅዓኩም ዝኽእል እንተኾይኑ።
- ዝተተንከፉ ቦታትን ኣቐሙትን ኣዘውቲርካ ምጽራይ (ከም ለዓት መዓጺ፡ መወልዕን መጥፍእን መብራህቲ)። ስሩዕ ንዘቤታዊ ጽሬት እንጥቀመሎም መጽረይታት ብቐዓት ኢዮም።
- እኹል ዕረፍቲ ምግባር፡ እኹል ፈሳሲ ምስታይ፡ንጥዕና ሓገዝቲ ዝኾኑ መግብታት ምምጋብ፡ ከምኡ'ውን ዘጋጥመካ ስትረስ/ ወጥሪ ምቁጽጻር፡ ንተጻዋርነትካ የሓይሉ ኢዮም።

ምልክታት ኮቪድ-19 (COVID-19) ወይድማ ሕቶታት እንተሃልዩኩም በዘም ዚሰዕቡ ደውሉ።

- ማእከል ጸውዒት ተለፎን ኪንግ ካውንቲ ሓድሽ ኮረና ቫይረስ 206-477-3977 ደውሉ።እዚ መስመር ሓገዝ እዚ ካብ 8 ቅ.ቀ. —7 ድ.ቀ. መዓልታዊ ክፉት ኢዮ።
- ማእከል ጸውዒት ተለፎን ዋሽንግተን ስተይት ኖቨል ኮረና ቫይረስ 1-800-525-0127 ደዊልኩም፡ ድሕሪኡ ምልክት # ጽቕጡ። እዚ መስመር ሓገዝ እዚ ካብ 6 ቅ.ቀ.— 10 ድ.ቀ. መዓልታዊ ክፉት ኢዮ።

ኣፕሪል 15-16 ተለፎን ምስ ሳልሳይ ኣካል ኣስተርጓሚ ኮራኽባኹም ኢዮን።-በምንታይ ቋንቋ ክትርጎመልኩም ከም ትደልዩ ብእንግሊዝኛ ጌርኩም ንገርወን።ነዊሕ ምጽባይ ከጋጥመኩም ይኽእል ኢዮ።

ነንሕድሕድኩም ንምትሕግጋዝ ድሉዋት ኩኑ። ሓያል ማሕበረሰባዊ ምትሕልላይ ሓያል ግዜ ንምስጋር ሓጋዚ ኢዮ።