

Laga bilaabo Juun 30, Gobolka Washington wuxuu qaadayaa inta badan xayiraadaha COVID-19. Toddobaatan boqolkiiba dadka gobolka deggan ee lix iyo toban jirka ah iyo kuwa ka weyn ayaa helay ugu yaraan hal qiyaas oo tallaah ah - heerka ugu sarreeya Guddoomiyaha Gobolka Jay Inslee ayaa loogu talagalay inuu ku laabto howlihii caadiga ahaa ee goobaha badankood.

Intaas waxaa sii dheer, in ka badan 70 boqolkiiba dadka degan King County lix iyo toban iyo ka weyn ayaa si buuxda loo tallaalay, taas oo keeneysa heer sare oo ka-hortagga bulshada.

COVID-19 ma uusan lumin, noocyo badan oo faafa ayaa sii fidaya. Taxaddarrada sii socota ayaa weli muhiim u ah ilaalinta kuwa aan tallaalin ama aan weli is tallaali karin.

King County waxaa go'an inay gaarto [Talaalka oo boqollaal iyo todobaatan ku baahsan dhammaan qowmiyadaha iyo degmadaha gobollada \(Luqaada af ingriiska oo kaliya\)](#). Shaqadeenu wali ma dhamaan. Waxaan sii wadi doonaa inaan diirada saarno xiritaanka nusqaamaha helitaanka anagoo bixinayna talaalka wareega, taageerida dadaallada talaalka goobta shaqada, iyo istaraatiijiyadaha ku saleysan bulshada.

Xayiraadee ayaa qaadaysa Juun 30?

Ma jiraan xayiraad la saarayo tirada dadka ku jiri kara meheradaha iyo meelaha kale ee caamka ah sida maqaayadaha, dukaamada cuntada, dukaamada, tiyaatarada, iyo matxafyada. Shuruudaha kala fageynta bulshada kuma sii jiraan. Si kastaba ha noqotee, ganacsiyada shaqsiyadeed waxay dooran karaan inay ilaaliyaan xayiraadahaas.

Weli ma inaan ku xirtaa maaskaro dadweynaha dhexdiisa?

Faa'iido ayey leedahay in maaskaro aad haysato markii aad guriga ka baxdo.

- Dadka aan la tallaalin ama qayb ahaan la tallaalay waa inay sii wadaan inay xirtaan waji-dabool markay soo galayaan goobaha dadweynaha ee gudaha, sida laga soo xigtay [Tilmaamaha Gobolka \(Luqada af ingriis oo kaliya\)](#).
- Dadka si buuxda loo tallaalay waxay dooran karaan inayan xijaab xirnayn inta badan goobaha dadweynaha.
- Ganacsiyada waxaa loo oggol yahay inay codsadaan ama ka dalbadaan macaamiishooda iyo shaqaalahooda inay xirtaan maaskaro.
- Qof kastaa waa inuu sii wadaa inuu xirto maaskaro isbitaalada iyo goobaha kale ee daryeelka caafimaadka, xarumaha dhaqan celinta, hoyga hoy la'aanta ah, iskuulada iyo goobaha daryeelka caruurta, iyo gaadiidka dadweynaha. Xarumaha daryeelka muddada-dheer waxay sii wadaan inay ku shaqeeyaan si gooni gooni ah [Tilmaamaha \(Luqada af Ingriis oo kaliya\)](#).

6/28/2021

Miyaan sii wadi karnaa inaan ubaahanno waji-falka dadka soo galaya ganacsigeenna ama ururkeenna?

Haa, ganacsi ama hay'ad kasta waxay uga baahan kartaa dadka inay xirtaan waji-duub laakiin waa inay u sameeyaan waafajin macquul ah kuwa naafada ah, sida ku cad [Amarka Caafimaadka Gobolka ee ku saabsan Daboolida Wajiga \(Luuqada af ingriis oo kaliya\)](#). Maaskarada waxay ilaalisaa carruurta, dadka xaaladaha caafimaad qaba iyo kuwa aan la tallaalin. Waxay sidoo kale siiyaan lakab dheeraad ah oo difaac ah oo loogu talagalay dadka la tallaalay.

Maxay yihiin talaabooyinka kale ee aan qaadi karo si aan ganacsigeeyga ama goobteyda shaqo ugu ilaaliyo nabadgelyada qof walba?

Si loo ilaaliyo shaqaalaha, macaamiisha iyo booqdayaasha, talaabooyinka ilaalinta qaarkood ayaa weli muhiim ah, xitaa haddii aan loo baahnayn. COVID-19 wali wuu nalajiraa fayraskuna wuxuu ku faafayaa hawada.

- Shaqaalaha iyo macaamiisha aan la tallaalin waa inay xirtaan maaskaro.
- Abuur jawi lagu soo dhaweyn karo waji-gashiga (haddii aan loo baahnayn).
- Hagaajinta hawo-qaadashada iyo sifeynta gudaha (hagitaan waxaa laga heli karaa [Hagaajinta Hawada Gudaha](#)).
- [Ku dhiirigali shaqaalaha inay is tallaalaan \(Luuqada af ingriis oo kaliya\)](#) lana tijaabiyey hadba sida loogu baahdo. Tixgeli inaad siiso shaqaalaha tallaalka goobta.
- Sii wad inaad ku dhiirrigeliso isu imaatinka bannaanka markay suurtagal tahay.

Sida had iyo jeer, gacmo-dhaqashadu waa hab wanaagsan oo looga hortago faafidda cudurrada faafa.

Miyaan u oggolaan karaa dadka aan xirnayn maaskaro inay soo galaan meheraddayda ama goobtayda shaqada?

Sida laga soo xigtay Waaxda Caafimaadka, ganacsiyada iyo ururadu waxay leeyihiin ikhtiyaarro ku saabsan maaskaro-xirashada xarumahooda. Waxay awoodaan:

- u qaadan in dadka aan qarsoonayn ay si buuxda u tallaalan yihiin
- Dooro inaad weydiiso macaamiisha aan qarsooneyn iyo booqdayaasha caddeynta tallaalka, laakiin tan looma baahna
- Weydiiso qof walba inuu xirto maaskarada iyadoo aan loo eegin heerka tallaalka

Ganacsiyada iyo ururada leh meelaha caamka ah ee gudaha waa inay dhajiyaan calaamado tilmaamaya siyaasadooda isla markaana xusuusinaya dadka aan la talaalin inay sii wadaan maaskarada.

Ma u baahan karaa macaamiisha ama shaqaalaha inay muujiyaan caddeynta tallaalka?

Haa, laakiin waa inaad u sameysaa waafajin macquul ah kuwa naafada ah ama aan la tallaali karin. Haddii loo shaqeeyayaashu qorsheynayaan inay u oggolaadaan shaqaalaha tallaalka buuxa inay shaqeeyaan waji dabool la'aan, shaqaaluhu waa inay muujiyaan caddeynta tallaalka,

6/28/2021

sida ay sheegtay [Tilmaamaha ka socda Waaxda Shaqada ee Washington \(Luuqada af ingriis oo kaliya\)](#).

Noocyada dukumiintiga ee la aqbali karo waxaa ka mid ah:

- Kaarka tallaalka CDC
- sawirka kaarka tallaalka
- dukumeenti ka yimid bixiye daryeel caafimaad
- qoraal saxeehan oo ka socda shaqaalaha ama macaamilka

Waxaan leeyahay maqaaxi. Ma jiraan wax xannibaadyo gaar ah oo khuseeya ganacsigeyga?

Maya. Shuruudaha makhaayadaha ayaa lamid ah kuwa looga baahan yahay xarumaha kale ee tafaariiqda.

Ma jiraan wax xaddidaad gaar ah oo khuseeya ururada diinta?

Maya. Shuruudaha laga rabo ururada diimeed waxay la mid yihiin kuwa looga baahan yahay ganacsiyada kale iyo ururada. Booqo annaga [Bogga Ururada Diinta \(Luuqada af ingriis oo kaliya\)](#) si aad u hesho faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan sidii si ammaan ah dib loogu furi lahaa.

Ma jiraan wax xaddidaad ah oo khuseeya munaasabadaha waaweyn sida riwaayadaha iyo dhacdooyinka isboortiga?

Dhacdooyinka gudaha oo ay ka badan yihiin 10,000 qof ayaa lagu xaddidi doonaa boqolkiiba 75 awoodda. Haddii caddeyn buuxda ee tallaalka looga baahnaa gelitaanka, markaa ma jiraan wax xaddidaadyo xaddidan ah. Ma jiri doonaan shuruudo fogeyn muuqaal ahaaneed, kaqeybgalayaashuna waa inay raacaan shuruudaha daboolan ee hadda jira.

Ka waran filimada, matxafyada, iyo dhacdooyinka kale ee dhaqanka? Xayiraaduhu wali ma quseeyaan?

Awoodda iyo shuruudaha kala fogeynta bulshada ayaa laga tirtiray goobahan loogu talagalay macaamiisha / martida, laakiin qof kasta oo aan la tallaalin waa inuu sii wadaa inuu xirto maaskaro.

Ganacsiyada, ururada, iyo goobaha waaweyn ma talaali karaan aagagga aan la tallaalin?

Dhammaan ururada waxaa loo oggol yahay inay ka hirgeliyaan xarumahooda qeybaha tallaalka iyo kuwa aan la tallaalin. Dhacdooyinka waaweyn ee gudaha oo ay weheliyaan 10,000 ama ka-qaybgalayaal ka badan, oo leh qaybo tallaalka ah uma oggolaan doonaan dhacdooyinka inay ka sarreeyaan xaddidaadda awoodda 75%. (Tusaale ahaan, kuma xadidi kartid awoodda 75% qaybaha aan la tallaalin oo waxaad u oggolaan kartaa 100% awoodda qaybaha tallaalka.)

6/28/2021

Haddii urur doonayo inuu abuurro qaybo tallaah ah iyo kuwa aan la tallaalin, waa inay u baahdaan ka fogaanshaha bulshada iyo xirxirashada waji-gelinta qaybaha tallaalka, si loo yareeyo halista faafitaanka COVID-19.

Waa maxay tilmaamaha nadaafadda ee ay tahay in ganacsiyada iyo ururradu ay sii wadaan fulinta?

[Tilmaamaha CDC ee ku saabsan nadaafada iyo jeermiska \(Luugada af ingriis oo kaliya\)](#) sii ahaato mid muhiim u ah yareynta halista faafitaanka COVID-19 iyo cudurada kale ee faafa. Nadiifinta iyo fayadhowrka joogtada ah ee meelaha taabashada badan, dhiiri gelinta joogtada ah ee gacmo dhaqashada shaqaalaha, siinta gacmo nadiifiyaha macaamiisha, iyo dayactirka qalabka loo yaqaan 'plexiglass' ama caqabadaha kale si looga hortago dhibcaha ka soo baxa hindhisada iyo qufaca ayaa sii wadi doonta yareynta jirrooyinka ku dhaca macaamiisha iyo shaqaalaha. Tixraac Waaxda Shaqada & Warshadaha ee Washington [Shuruudaha iyo hagidda goobta shagada ee ka-hortagga COVID-19 \(Luugada af ingriis oo kaliya\)](#) tilmaamaha ku saabsan yaraynta halista gudbinta COVID-19 ee goobta shaqada.

Ma haysaa su'aal aan halkan ku taxnayn?

Jawaabaha su'aalaha dheeraadka ah, fadlan eeg Waaxda Caafimaadka ee gobolka Washington [Dib-u-furista iyo su'aalaha inta badan la iswaydiiyo \(Luugada af ingriis oo kaliya\)](#) iyo [Waji daboolida iyo su'aalaha inta badan la iswaydiiyo \(Luugada af ingriis oo kaliya\)](#).

6/28/2021