

Hagidda Cunto Keenista

Laga bilaabo 3/23/2020

Macluumaadkii ugu dambeeyay kala soco Caafimaadka Dadweynaha ee Degmada King:
<https://www.kingcounty.gov/covid>

Cunto Keenista Ka-hor

- Qofka wac oo xog wareysi kooban la yeelo; weyddii sida ay xaaladoodu tahay, iyo haddii ay qabaan baahiyo kale oo aan ahayn cunto
- Weyddii qofku haddii uu wax dhibaato ah kala kulmo maqalka gambaleelka albaabka, maqalka qof soo gargaraacaya albaabka, ama haddii ay u baahan yihiin wakhti dheeraad ah oo ay ku soo kacaan ama ay isku diyaariyaan si ay albaabka u furaan.
- Weyddii qofka habka ugu fiican ee loogu wargalin karo marka cuntooyinka la keeno.
- Ku wargeli qofka in cuntada(cuntooyinka) la keeni doono.... (taariikhda/wakhtiga) iyo in cudurka COVID-19 dartiisana ay wax isbeddeleen cunto keenista, haddii uu horey u heli jiray cuntooyinka guriga la keeno.
- Qofku ha oggaado in darawalku uu garaaci doono gambaleelka albaabka ama in uu soo gargaraaci doono ka-dibna uu ka fogaan doono albaabka (in u jirta ilaa 6 cagood) iyo in uu joogteyn doono masaafada 6da cagood
- Ku wargeli qofka in haddii uusan si degdeg ah uga jawaab in darawalku uu sugi doono ilaa muddo 5 daqiiqo ah iyo haddii uusan ka jawaabin, in darawalka uu qaadan doono cuntada maadaama cuntada aanan loogu tagi karin kaabiga guriga, gacanqabsiga albaabka, iwm.
- Qofku ha oggaado in uu dib u kululeysto cuntada kulul hadday suuragal tahay, si kastaba u xaqiiji in cuntada si ammaan ah loo soo diyaariyay.

Darawalka/Qofka Keenaya/Qofka Sida Iskaa Wax U Qabso ah Ku Shaqeeya

- Ku wargeli darawalka inta lagu guda jiro cunto keenista inta uu socdo cudurka COVID-19, salaan gaaban, iyo cunto keenista in ay yihiin waxa kaliya ee la oggol yahay
- Ku wargeli darawalka tilmaamo kastoo gaar ah, tusaale ahaan, in qofku uu socodka ku adag yahay oo uuna u baahan yahay wakhti dheeraad ah si uu uga jawaabo albaabka
- Gambaleelka albaabka yeeri ama gargaraac ka-dibna gadaal uga durug (in albaabka u jirta 6 cagood) sida ku cad tilmaamaha CDC
- Wakhti kasta joogtee masaafada 6' cagood
- Qofku ha oggaado in aad u shaqeyso hay'adda _____iyo in aad meesha u joogto in aad cunto(cuntooyin) u keento
- Qofka salaan ka-dibna cuntada(cuntooyinka) ku sur qacanqabsiga albaabka ama qataarka hadday suuragal tahay, oo sug ilaa iyo inta macmiilka uu cuntada ama bacda ay cuntada ku jirto kala galayo guriga, abaarmentiga gudahiisa
- Xusuusin: waa in laga fogaadaa xiriirka tooska ah ee shakhsiyaadka u dhaxeeya
- Ka-dib cunto keenista, gacmaha si fiican u dhaqo, ama isticmaal daawada gacmaha lagu nadiifiyo
- Darawalka/dadka sida iskaa wax u qabso ah ku shaqeeya: Cuntada ha ka soo tagin iyada oo aanan loo imaanoo haddii aan la helin wax jawaab ah, cuntada horey u sii qaado.
- Xubinka ka tirsan darawalada/dadka sida iskaa wax u qabso ah ku shaqeeya waa in uu muujiyaa weji diirran oo naxariis leh, xitaa haddii aadan muddo dheer la macaamili karin. Ha oggaadaan in ay qofku u sheegi karaan in ay macluumaadka la wadaagi doonaan hay'adooda haddii qofka uu muujiyo wax baahiyo dheeraad ah.