Region Örebro län
Smittskyddsenheten

27 August 2021

Warbixin ku socota waalidiinta oo ku saabsan kiisaska covid-19 - dugsiga hoose dhexe (Xannanada – fasalka 9aad)

Ilmahaaga wuxuu la xiriiray qof qaba covid - 19 waxaana dhici karta in la qaadsiiyay. Sidaa daraadeed waxaad u baahantahay inaa wax ka ogaato macluumadkaan hoos ku qoran.

Tani waxay khuseysaa haddii ilmahaaga uusan lahay wax calaamada cudurka ah:

- Ilmaha waa sii wadan karaa tegitaanka dugsiga iyo xarumaha xilli faraaqada.
- Ka feejignoow calaamadaha laga yaabo inay yihiin covid -19 14ka maalmood ee ugu horeeya. Caruurta waxay yeelan karaan calaamado qafiif ah sidaa daraadeed waa muhiim in taxadar dheeri ah loo yeesho

Tani waxay khuseysaa haddii ilmahaaga yeesho wax calaamada cudurka ah, xitaa haddii ay yihiin kuwo qafiif ah:

- Ilmuhu waa inuu guriga joogaa oo uusan la kulmin dad ka baxsan dadka la deggan.
- Ilmuhu waa inuu sida ugu dhaqsiyaha badan iskaga qaadaa tijaabada covid -19 oo uu sii joogaa guriga inta uu sugaayo natiijada baaritaanka.

Tani waxay khuseysaa haddii aad heshay macluumaad ah in ilmahaagu xiriir dhow la yeeshay qof qaba xanuunka covid-19

Marka la eego raadraaca caabuqa waxaa qiimeyn lagu sameeyaa cidda xiriir dhow la yeelatay qofka xannuunka qaba. Xiriir dhow waxaa loola jeedaa inaad la kulantay qofka masaafo ah in ka yar 2 mitir isku dar 15 daqiiqadood 24 saacadood gudahood. Haddii ilmahaaga loo arko inuu xiriir dhow la yeeshay qof cudurka qaba, waxaa warbixin ka heli doontaa qofka cudurka qaba laftigiisa, raadraacaha cudurka ama maamulaha/macallimiinta.

- Ilmaha waa in laga baaraa covid-19 xitaa haddii aysan wax calaamad ah ka muuqan (marka laga reebo liiska hoos ku qoran).

  - Baaritaan waa in si dhaqso ah loo sameeyaa ka dib marka uu ku soo gaaro macluumaadka ku saabsan in ilmaha xanuunka la qaadsiiyay.
    baaritaan kale ayaa la sameynaayaa maalinka 5aad ka dib markii xiriir dhow lala sameeyay qofka xannuunka qaba.

  - Haddii 4 maalmood ay ka soo wareegatay tan iyo markii xiriirka ugu dambeeyay 1 baaritaan ayaa ku filan.
    Haddii ay ka soo wareegatay ilaa 7 maalmood tan iyo xiriirkii ugu dambeeyay ilmaha uma baahna in baaritaan lagu sameeyo.

- Haddii ilmaha uusan wax calaamad ah lahayn dugsiga iyo xarumaha xilli faraaqada waa tegi karaa inta jawaabta la sugaayo.
- Ilmaha waa inuu ka fogaado isboortiska iyo dhaqdhaqaaqyada kale ee xilli faraaqada ee dugsiga dibadiisa ah 7da maalmood ee ugu horeeya.
- Ilmaha calaamada cudurkaka muuqdo waa inay guriga joogaan.

Da'da dugsiyada dhexe sida ku cad qeexitaanka kore badanaa waa sahlan tahay in la garto xiriirada dhow.

Region Örebro län
Smittskyddsenheten

27 August 2021

Caruurta/ardayda yar yar mararka qaarkood way iska adagtahay in laga garto, laakiin waxaa lagu talinaayaa in tijaabo laga qaado
kiisaska lagu garto xiriirka dhow ee lala yeesho qofka cudurka qaba sida tusaale ahaan saaxiibka/saaxiibada ugu dhow iyo ardayga ay dugsiga wada dhigtaan.

Kiisas badan oo la xiriira covid-19 oo ah fasal/koox xadidan

Haddii ay dhacdo 2 kiis ama wax ka badan oo covid-19 ah oo la xaqiijiyay fasalka/kooxda dhexdeeda muddo laba todobaad gudahood ah waxaa lagu talinaayaa in tijaabo laga qaado fasalka/kooxda oo dhan. haddii ay wax kugu soo baxaan waxaa macluumaad ka heleysaa dugsiga.

Maxaa quseeya dadka uu ku dhacay caabuqa covid-19?

Haddii ilmahaaga uu ku dhacay covid-19 lixdii bilood ee ugu dambeeyay, tillmaamahaan kore ma quseeyaan. Haddii wax calaamad ah ka muuqato ilmaha guriga ayuu joogaa, laakiin uma baahna in laga qaado tijaabada covid-19.

Maxaa quseeya dadka ka tallaalan caabuqa covid-19?

Haddii ilmahaaga si buuxda u tallaalan yahay ugu yaraan 2 todobaad ka hor ma quseyso tillmaamaha ah inuu ka fogaado dhaqdhaqaaqyada. Sidoo kale ilmahaaga uma baahna in la baaro hadii uusan lahayn wax tilmaamo cudur ah. Dadka tallaalan ee leh calaamadaha cudurka waa inay guriga joogaan oo ay iska qaadaan tijaabada caabuqa covid-19.

Sidee tijaabada loo sameynaa?

Haddii adiga ama ilmahaaga aad haysataan aqoonsiga elektarooniga ah, waxaa soo qaadan kartaan ama geyn kartaan xirmooyin ay ku jiraan qalabka tijaabo qaadista sanduuqyo qaas ah oo yaala xarumaha caafimaadka gobolka. Mararka qaarkood xirmooyinka tijaabada waxaa laga heli karaa dugsiyada. Waalidka ayaa mas'uul ka ah in tijaabada la qaado oo la geeyo sanduuqyada tijaabo qaadista. ka aqri sida tijaabada loo qaado 1177.se. Halkaas waxaa kaloo ku jira sida qofka aan haysan aqoonsiga elektarooniga uu tijaabada iskaga qaadi karo. Tijaabo qaadista waa lacag la'aan.

Xaqiiqooyinka ku saabsan covid-19

Muddo intee la'eg ayay qaadaneysaa fiditaanka cudurka?

Waqtiga qofka la qaadsiiyay cudurka ilaa inta uu ka soo muuqanaayo (mudada fiditaanka) waa inta u dhaxeysa 2 ilaa 14 maalmood, caadi ahaan 5 maalmood.

Waa kuwee calaamadaha caadiga ah ee covid-19?

Qandho, calaamadaha hargabka (sida diif, qufac iyo dhuun xannuun), urta iyo dhadhanka oo la waayo, madax xannuun, murqo xannuun, calool xannuun iyo shuban. Dadka intiisa badan waxay qaadaan jiro fudud oo astaamo khafiif ah leh, laakiin qaar aad ayay ugu xanuunsadaan oo waxaa dhib ku noqda neefsashada waxayna u baahanyihiin daryeel dhaqtar.

Sidee laysu qaadsiiyaa caabuqa Corona?

Covid-19 waxaa lagu qaadaa dhibco ama taabasho. Marka hindhiso ama qufaco dhibco xannuun fidiye ayaa hawada ku faafaaya. Markaas qofka u dhow ayaa xannuunka qaadaaya. Marka dhibcaha ku dhacaan dusha meel ama walax kale halkaasna waa ka faafi karaa cudurka, oo badanaa gacmaha ayaa lagu soo qaadanaa.

Tallaabooyin ka hortagidda guud oo quseysa qof walba

- Mar walba gacmaha si fiican ugu dhaq saabuun iyo biyo
- Ilaali ka fogaanshaha dadka kale
- Gacantaada oo laaban ku qufac ama ku hindhis