

# Qorannoo COVID-19 irratti poozitivii yoo taatan maal akka godhuu qabdan

## Cuunfaa jijjiiramoota Sadaasa 15, 2021

- Qorannoo COVID-19 irratti namoota Poozitivii taa'aniif irratti xiyyeeffannoo kennuuf galmees haaromfame

## Seensa

COVID-19'n yoo qabamtan, namoota birootti akka hin dabarref tatamsa'ina COVID-19 ittisuu ni dandeessu. Maaloo, qajeelfamoota kanaa gadii hordofaa.

## Af-gaaffii fayyaa hawaasaa irratti hirmaadhaa

COVID-19 dhaan yoo qabamtan, yeroo heddu karaa bilbilaatin, namni waajjira fayyaa hawaasaa irraa isin qunnamu jira. Namni af-gaaffii isin gaafatu maal gochuu akka qabdaniif fi gargaarsi akkamii akka jiru akka hubattan isin gargaaru. Namni gaafannoo gaafatu maqaa fi karaa ittiin nama yeroo dhiyootti tuttuqqii gootan argatan ni gaafatu. Odeeffannoo kana kan isin gaafataniif, tarii dhibichaaf saaxilamanii turuu akka malan itti himuufi. Maqaa keessan nama tuttuqqii qaamaa wajjin taasifan sanatti hin himan.

## Waldhaansa fayyaaf yoo ta'e malee manaa hin bayinaa.

Waldhaansa fayyaaf yoo ta'e malee manaa bahuu hin qabdan. Mana baruumsaa, hojii yookin bakka namni itti heddummatu hin deeminaa. Geejjiba uummataa, taaksii yookin nama waliin konkolaataa hin fayyadaminaa. Namni biroo gabaa akka isiniif dhaqu gaafadhaa yookin tajaajila giroosarii manatti isiniif fidu fayyadamaa.

## Mallattoolee COVID-19

[Mallattoolee](#) COVID-19 hoo'ina qaamaa ykn qorrisiisuu, qufaa, hafuura kutuuu ykn harganuu dadhabuu, dadhabbii, dhukkubbii maashaa ykn qaamaa, mataa bowwoo, madaa qoonqoo, funyanii cufamuu ykn furrii karaa funyaanii yaasuu, ol deebisuu yookin hojii, garaa kaasaa fi dhandhama ykn foolii dhabuu haaraa. Tarreeffamni kun mallattoolee ta'uu danda'an hunda of keessatti hin hammatu.

## Doktara bira osoo hin deemin dura bilbilaa

COVID-19 dhaan akka qabamtan yookin qorannoo COVID-19 taasisaa akka jirtan ogeessa fayyaa keessanitti himaa. Yeroo mana yaalichaatti ol lixxan haguuggii fuulaa godhadhaa. Wantoota kana hordofnaan, namoota waajjira yookin bakka turtii jiran dhibichaan akka hin qabamne ittisuu ni dandeessu.

## Namoota yookin bineeldota mana keessan keessa jiran irraa adda of baasaa.

- **Namoota:** Hanga danda'ametti, namoota biroo irraa adda bahaatii turaa, ni jira taanan mana fincaanii qophaatti fayyadamaa.
- **Bineensota:** Bineeldota manaa fi bineensota tuttuquu irraa of qusadhaa. Danda'ama taanan, miseensi maatii keessanii akka isiniif kunuunsu gaafadhaa. Bineeldota manaa keessan kunuunsun dirqama yoo ta'e, osoo bineensota manaa hin tuttuqin duraa fi booda harka keessan dhiqadhaa; ni danda'ama taanan, haguuggii fuulaa godhadhaa. Odeeffannoo dabalataatiif [COVID-19 fi Bineensota](#) kan jedhu ilaalaa.

## Adda of baasee hangam turuun qaba?

1. COVID-19'n qabamtaniirtu yoo ta'ee fi **mallattooleen yoo mul'atan**, mana keessatti adda of baaftanii turuu addaan kutuu kan dandeessan:
  - Yoo sa'aatii 24 darbaniif qoricha qaama gubaa hir'isu osoo hin fayyadamin qaama gubaa irraa bilisa taatani **FI**
  - Yoo [mallattoolen](#) isinitti fooyya'anii **FI**
  - Erga mallattoon jalqaba isin irratti mul'atee guyyoonni 10 darbaniiru yoo ta'e.
2. COVID-19'n qabamtaniirtu yoo ta'e, garuu immoo **mallattoon homaatuu isin irratti yoo hin mula'nne**, mana keessatti adda of baaftanii turuu addaan kutuu kan dandeessan:
  - Guyyaa jalqaba COVID-19 dhaan qabamuun keessan baramee kaasee guyyoonni 10 darbaniiru yoo ta'ee, **FI**
  - Yoo [mallattoolee](#) hin qabannee taatan.

Haalli talaallii keessan kan fedhe ta'us adda of baasuu qabdu.

## Mallattoolee ofirratti ilaalaa

Mallattoon isin irratti mul'ate yoo isinitti hammaate, gargaarsa ogeessaa isin barbaachisa. Osoo waldhaansa hin argatin dursa, ogeessa fayyaa keessaniif bilbiluun mallattoolee COVID-19 akka isin irratti mul'ate itti himaa. Namoota iddoo turtii yookin kutaa yaalii keessa jiranitti dhibichi akka hin tatamsaaneef, yeroo mana yaalichaatti ol liixan haguuggii fuulaa godhadhaa.

Rakkoo fayyaa hatattamaa yoo qabaattanii fi 911 tti bilbiluu yoo barbaaddan, mallattoo Covid-19 qabaachuu keessan hojjattoota dhimmi kun ilaallatutti himaa. Tajaajiltoonni yeroo hatattamaa osoo hin dhufin dursa, ni danda'ama taanan haguuggii guulaa godhadhaa.

## Tatatamsa'ina COVID-19 ittisaa

- Namoota yookin bineeldota manaa bira yommuu geessan yookin biiruu dhiyeessaa eegumsa fayyaa yommuu seentan **haguuggii afaanii fi funyanii fayyadamaa**. Haguuggii afaanii fi funyaanii godhachuu hin dandeessan yoo ta'e, miseensonni maatii manicha keessaa isin waliin turuu hin qaban yookin yeroo kutaa isin keessa jirtan seenan haguuggii afaanii fi funyaanii godhachuu qabu.
  - Haguuggin fuulaa, waanta afaani fi funyaan sirriitti haguugu fi karaa lamaaninuu akkasumas areeda keessan jalatti sirriitti kan ta'u ta'uu danda'a. Haguuggin kun huccuu gulantaa lama yookin isaa oliin hodhamee gurroon ittiin dudduubatti

yookin gurratti hidhatan itti godhame ta'ee qophaa'uu qaba. Namoonni rakkina fayyaa sammuu, amalaa yookin dhukkuba huccuudhan fuula isaanii haguuguu isaan dhorku qaban, waan akka pilaastikii fuula isaanii haguugu (face shield) fayyadamuu danda'u. Gosa haguuggii kana daa'imman bakka kunuunsa daa'immanii, oolmaa daa'immanii yookin K-12 jiran fayyadamuu danda'u. Bakka hojiitti, maaskiin yookin meeshan ittiin hafuura baafatan barbaachisuu malu sababni isaa huccuu ittin fuula haguuggatan caalaa nama irraa ittisa waan ta'eef.

- Qajeelchi Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Wiirtuu Itisaa fi To'annoo Dhibee) [karaa ittiin maaskiin haalan COVID-19 ittisu fooyya'u tooftaa kallattii kenna](#). Tooftaalen kuneen, maaskii meedikaalaa irra maaskii huccuu godhachuu, maaskii meediikaalaa fiixee isaa sirriitti jabeessanii hidhachuu, waan maaskiin akka nama irraa hin buune ittiin jabeessan fayyadamuu, yookin naayiloonii maaskii gubbaadhan fayyadamuu. Itti dabaluunis, maaskii qaawwa ittiin hafuura baafatan qabu, haguuggii afaani fi funyaanii qeenxee yookin huccuu leezarii fayyadamuu DOH, Muummen Fayyaa hin eeyyamu. (Akkaataa qajeelfama Department of Health (DOH, Muummee Fayyaa) fi [L&I\(Hojjataa & Industiriiwwan\)](#) (Ingiliffa) dhaan maxxanfameen haguugii afaanii fayyadamuun rakkoo hin qabu).
- Yeroo hundumaa, maaskii yoo godhattanii jirtan illee yeroo hundumaa walirraa fageenya faana 6 eegaa.
- **Yeroo hunda harka keessan dhiqadhaa.** Harka keessan bishaani fi saamunaadhan yoo xiqqaate sekondii 20 dhiqadhaa. Saamunaa fi bishaan hin jiru yoo ta'e, saanitaayizarii harkaa kan qabiyyee alkoolii 60% qabu fayyadamaa. Harka osoo hin dhiqatin fuula of hin qaqqabatinaa.
- **Qufaa fi axiffannaa keessan golgaa.** Sooftii fayyadamtan sana gatuun harka dhiqadhaa.
- **Bakkeewwan yeroo hunda "tuttuqqiin itti baay'atu"** kanneen akka maashinii herreegaa, qabattoo balbalaa, minjaala irra keessa, qabattoo mana fincaanii, mana fincaanii, bilbila, kiiboordii, taabileetiwwan fi minjaala siree biraa **qulqulleessaa**. Dhangala'aa ittii mana qulqulleessan fayyadamaa, qajeelfama achi irra jiru fayyadamaa.
- **Meeshaalee dhuunfaa** kanneen akka qodaa itti nyaatan, burcuqqoo itti dhugan, siinii, meeshaalee addaa adaa, fookaa, yookin huccuu siree **nama biroo wajjin hin fayyadaminaa**.
- **Beeladoota manaa fi bineensota biroo tuttuquu irraa of qusadhaa.** Yeroo barbaachisaa ta'etti, miseensi maatii keessanii akka isiniif kunuunsu gaafadhaa. Bineeldota manaa keessan kunuunsun dirqama yoo ta'e, osoo bineensota manaa hin tuttuqin duraa fi booda harka keessan dhiqadhaa; ni danda'ama taanan, haguuggii fuulaa godhadhaa. Odeeffannoo dabalataatiif [COVID-19 fi Bineensota](#) kan jedhu ilaalaa.

## Adda bahanii turuu fi yerodhaaf qophaatti adda bahuu gidduu garaa garummaa maaltu jira?

- **Adda bahuun,** COVID-19'n qabamtan yoo ta'ee fi bu'aa qorannoo eeggataa jirtu yoo ta'e, yookin COVID-19'n qabamtan yoo ta'e waanta gootaniidha. Adda bahuun, dhibichi akka hin daddabarre ittisuuf jecha [yeroo](#) murtaa'ef mana turuu fi namarraa adda bahuudha (miseensota maatii dabalatee).

**Yerodhaaf qophaatti adda bahuun** COVID-19 dhaf yoo saaxilamtan waanta gootaniidha. Yerodhaaf qophaatti adda bahuu jechuun dhibichaan qabamtaniirtu yookin ni daddabarsitu yoo ta'e [yeroo](#) murtaa'ef nama irraa adda baahanii turuu jechuudha. Boodarra COVID-19' qabamtan yoo ta'e yookin mallattooleen COVID-19 isin irratti mul'ate yoo ta'e, yerodhaaf qophaatti adda bahanii turuun gara adda bahuutti caha (quarantine becomes isolation).

## Odeeffannoo fi maddoota (sources) COVID-19 dabalataa

[Haala COVID-19 amma Waashington keessa jiru](#), [Labsiiwwan Bulchaa Islee](#), [mallattoolee](#) (Ingiliffa qofaan), [akkamitti akka tatamsa'u](#) (Ingiliffa qofaan), fi [yoomi fi akkamitti namoonni qoratamuu akka qaban](#) (Ingiliffa qofaan) ilaalchisee odeeffannoo waktaawaa hordofaa.

Odeeffannoo dabalataaf [Gaaffilee yeroo hedduu gaafataman](#) (Ingiliffaan qofaan) keenya ilaalaa.

Eenyummaan/sanyiin yookin lammummaan mataan isaa nama tokko COVID-19 dhaaf hin saaxilu. Haa ta'u malee, hawaasni gurraachi (communities of color) haalan dhibee COVID-19 tiin miidhamaa jiru. Kuni ta'uu kan danda'e sababa namoonni qoqqobbii sanyummaa irra gaheen namoonni kun ofii isani fi hawaasa isaanii dhibicha irraa ittisuuf carraa baay'ee hin arganne.

[Namaaf maqaa hin taane kennuun dhukkubicha ittisuuf hin gargaaru](#) (Ingiliffa qofaan). Jette jettee fi odeeffannoon sobaa akka hin babal'anneef, odeeffannoo dhugaa qofa qoodaa.

- [Qajeelcha fayyaa Weerara Novel Koronovaayirasii 2019 \(COVID-19\) Isteeta WA](#) (Ingiliffa qofaan)
- [Deebii Koronovaayirasii \(COVID-19\) Isteeta WA](#) (Ingiliffa qofaan)
- [Qajeelcha Fayyaa Naannoo yookin Aanaa Keessanii Barbaadaa](#) (Ingiliffa qofaan)
- [CDC Koronovaayirasii \(COVID-19\)](#)
- [Maddeen Maqaa namaaf kennanii nama qooduu hir'isuu](#) (Ingiliffa qofaan)

**Gaaffilee dabalataa waa'ee COVID-19 qabduu?** Sarara bilbilaa keenya irratti bilbilaa: **1-800-525-0127**, Wiixata – Jimaata, 6 a.m. hamma 10 p.m., Gaaffiilee dabalataa qabduu? Sarara bilbilaa keenya kan Odeeffannoo COVID-19 tti bilbilaa: 1-800-525-0127

Wiixata – 6 a.m. irra hamma 10 p.m., Kibxata – Dilbata fi ayyaanota biyyoolessaa, 6 a.m. to 6 p.m. Tajaajiloota afaan hiikuuf, yeroo isaan deebisan # tuquudhan afaan keessan dubbadhaa. Waa'ee fayyaa keessanii gaaffilee dabalataa gafachuuf, qorannoo COVID-19, yookin bu'aawwan qorannootif, dhiyeessaa eegumsa fayyaa qunnamaa.

Galmee kana bifa biraan gaafachuudhaf, 1-800-525-0127 tti bilbilaa. Maamiltoonni dhagahuu hin dandeenyee yookin dhagahuu irratti rakkoo qaban, 711 ([Washington Relay](#)) irratti bilbilaa (Ingiliffa qofaan) yookin [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov) irratti imeelii ergaa.