

Warbixinta Kooban ee Hagaha Caabuqa COVID-19 ee Dugsiyada iyo Daryeellada Carruurta ee loogu talagalay Shaqaalaha Dugsiga

Markii ay ahayd bisha Ogoosto 5, 2022, Washington State Department of Health (DOH, Waaxda Caafimaadka ee Gobolka Washington) ayaa soo saartay nooca la cusbooneysiyeey ee [Shuruudaha iyo Hagista Isku Gudbinta Caabuqa COVID-19 Looga Yareynaayo gudaha Dugsiyada K-12 iyo Daryeellada Carruurta](#). Hagahaan caabuqa COVID-19 waxa uu muhiim u yahay shaqaalaha dugsiga iyo maamulayaasha gaaraya go'aanada wax ku oolka ah ee la xariira caabuqa COVID-19. Shuruudaha iyo tallooyinka ku jira hagaha waxa ay hoos u dhigayaan halista faafitaanka caabuqa COVID-19.

Qodobada muhiimka ah iyo isbeddelada lagu sameynaayo hagitaanka dugsiga & daryeelka carruurta ayaa lagu soo koobay hoos:

- Ardayda ama shaqaalaha laga helo caabuqa COVID-19 waa inay iska joogaan guriga oo ayna iskeli-yeelaan muddo 5 maalmood ah. Ku celcelinta tijaabooyinkii hore waxbo kama baddaleyso shuruudan. Ka eeg [Jaantuuska waxa la sameeyo haddii qofka calaamadaha laga helo](#) si aad uga hesho macluumaad dheerad ah. Ka eeg bogga 2-aad.
- Ardayda ama shaqaalaha kasoo laabanaya 5-ta maalin ee iskeli-yeelidda waa inay xidhaan maaskaro si fiican ula eg laga bilaabo maalinta 6-aad ilaa maalinta 10-aad. Ardayda iyo shaqaalaha waxaa sidoo kale la farayaa inay isbaaraan kahor inta aysan kusoo laabanin dugsiga. Ka eeg bogga 6-aad.
- Haddii ardayda ama shaqaalaha laga sii helo caabuqa COVID-19 kadib maalinta 5-aad, waa inay iskeli-yeelaan 10-ka maalin oo buuxa. Ka eeg bogga 6-aad.
- Dugsiyada loogagama baahna inay si toos ah ugu sheegaan ardayda iyo shaqaalaha halista weyn ugu jira soogaarista caabuqa laakiin waa inay sii wadaan inay lahaadaan hannaan u diyaarsan oo lagu ogeysiyo ardayda, shaqaalaha, iyo qoysaska marka ay kiisas ama cuddur dillaac uu ka jiro dugsiga. Ka eeg bogga 3-aad.
- Barnaamijka "isbaar si aad u joogto" hadda ma aha qayb ka mid ah qeybta talada; hase yeeshee, barotokoolada baaritaanka ayaa weli sii ah qaab muhiim ah oo lagu xaqiijinaayo badbaadada waxbarashada fool-ka-foolka ah. Ka eeg bogga 10-aad.
- Dugsiyada waxaa looga baahan yahay inay ka jawaab bixiyaan cudurrada dillaaca. Dhammaan cudurrada dillaaca ee laga shakiyo (3 kiis ama kabadan oo kadhax jira kooxda udub dhexaadka u ah ee la cayimay) waa in loo sheegaa maamulka caafimaadka maxalliga ah. Ka eeg bogga 4-aad.

DOH ayaa sii wada inay ku dhiirigeliso dugsiyada inay wada shaqeyn la yeeshaan maamulladooda caafimaadka ee maxalliga ah si ay gacan uga geystaan xeeladaha lagu yareynaayo caabuqa COVID-19. DOH waxa ay aqoonsan tahay dadaalada xoogga leh ee shaqaalaha iyo ardayda ay ku raacayaan hagitaanka caabuqa COVID-19 oo ayna oga dhigayaan bulshada dugsigeena kuwo badqab u leh waxbarashada fool-ka-foolka ah.

Qoysaska waxaa lagu dhiirigelinayaa inay tallaalaan carruurtooda uqalma iyadoo lala tashanaayo daryeel bixiyahooda caafimaadka. Tallaalka COVID-19 waxaa hadda loo heli karaa carruurta jirta da'da 6 billood iyo kasii weyn. Dhammaan

shaqaalaha iyo mutadawiciinta joogo goobta waxbarashada waxaa looga baahan yahay in si buuxdo loo tallaalay ama ay qaateen kadhaafitaan caafimaad ama diimeed sida ku xusan [Wareegtada Guddoomiyaha ee 21-14.3](#) (Ku qoran af-Ingiriis oo kaliya).

Waxaad [Hagaha caabuqa COVID-19 ee dugsiga iyo daryeelka carruurta](#) ee la cusbooneysiyeey kagali kartaa webseedka DOH ee ku yaala [bogga Ilaha iyo Tallooyinka](#) (Ku qoran af-Ingiriis oo kaliya) ee qeybta Dugsiga iyo Daryeelka Carruurta.

Haddii aad wax su'aalo ah qabto, fadlan la xariir lambarka khadka tooska ee macluumaadka caabuqa COVID-19 adiga oo wacaaya 1-800-525-0127, kadibna riix # ama su'aalahaada iimeel ugu dir DOH.Information@DOH.WA.GOV.

Si aad dukumiintigaan ugu hesho qaab kale, wac 1-800-525-0127. Haddii aad tahay macaamiil dhagool ah ama aad maqal culus tahay, fadlan wac 711 (Washington Relay) ama iimayl udir civil.rights@doh.wa.gov.