

# Tilmaamaha Ku-meelgaarka ah ee Iska-Baarista COVID-19

## Guudmarka Isbaddelada Diseembar 5, 2022

- Xogta kusoo korartay macluumaadka la xariira qalabka isku baarista oo lagu baaro carruurta ka yar 2 sano da'da ahaan
- Macluumaadka la cusbooneysiyeey ee kusaabsan [waxa la sameeyo haddii lagaa waayo caabuqa](#)

## Hordhac

Baaritaanka aad ayuu muhiim u yahay si loo yareeyo faafitaanka COVID-19. Is baaridu waxa ay muhiim tahay xaalado badan:

- Haddii aad qabto astaamaha COVID-19, waa in aad isku baartaa sida ugu dhakhsaha badan ee suurtagalka ah oo aadna raacdaa tallaabooyinka kujira [Geedaha Go'aanka Astaamaha COVID-19](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa).
- Haddii aad la kulanto qof qaba caabuqa COVID-19, waa inaad raacdaa tilmaanta kujirta [Waxa la sameeyo haddii ay suurtagal tahay inaad la kulantay qof qaba caabuqa COVID-19](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa), oo ay ku jirto baaritaanku.
- Waxaad mararka qaarkood isbaari kartaa goor hore kahor hawsha, sida safar, xitaa haddii aadan qabin astaamo oo aadna ka warqabin inaad u dhawaatay qof qaba COVID-19.

Waxaa ku baari kara daryeel-bixiye caafimaad, goob lagu baaro caafimaadka dadweynaha, ama waxaa la isticmaali karaa **xirmada iska qaadista muunada** ama **is-baarista** oo aad ku isticmaali karto guriga ama meel kasta. Mararka qaarkood is-baarista waxaa sidoo kale loo yaqaanaa “baaritaanka guriga,” “baaritaanka lagu dhex sameeyo guriga,” ama “qalabka baaritaanka la iska soo gato.” Xirmooyinka iska-qaadista muunada iyo is-baarista ee hadda la heli karo waxaa loo isticmaalaa in lagu hubiyo caabuqa hadda jira, taas oo la micno ah inay u badan tahay inaad hadda COVID-19 qabto iyo in kale. Maku siinayaan macluumaadka kusaabsan in marhore uu kugu dhacay COVID-19.

Xirmooyinka iska-qaadista muunada iyo is-baarista waxaa lagu heli karaa midood warqad qorista dhakhtarka ama waxaa laga soo iibsan karaa farmashiyaha (dhakhtar qoris la'aan) ama dukaamada tafaariiqda. Inta badan caymiska gaarka ah waxaa [loo baahan yahay](#) (ku qoran Af-Ingiriis oo kaliya) inuu daboolo 8 agabka gaarka la isku baaro ah ee qofka kujira ceymiska bishiiba. Qoysaska kudhaqan guud ahaan gobolka waxa ay sidoo kale uqalmaan inay agabka la isaga baaro COVID-19 oo bilaash ah ka helaan Department of Health (DOH, Waaxda Caafimaadka) iyadoo loo sii marayo hindisaheeda Say Yes! COVID Test (Dheh Haa! Baaritaanka COVID). Tani waxa ay dheeraad ku tahay hindise kasta oo federaal ah. Qoysasku waxa ay hadda dalban karaan laba jeer bishiiba, oo ay kujiraan ilaa 10 agabka la isku baaro ah oo bilaash ah bishiiba. Dalabaadka waxaa oonleenka looga gudbin karaa iyadoo lasii marsiinaayo [Home \(Bogga Hore\) - Say Yes! To Covid Test \(sayyescovidhometest.org\)](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa) ama iyada oo loo marayo Khadka Caawinta COVID-19 ee DOH 1-800-

525-0127. Waa muhiim in la diyaariyo oo agabka la isku baaro gacanta lagu haysto si la isugu baaro markii loo baahdo. Agabka la isku baaro waxaa la filan karaa inuu ku yimaado 2-4 maalmood gudahood laga soo bilaabo markii dalabka la helay inkasta oo tani ay ku kala duwanaan karto qeybaha kala duwan ee gobolka.

Waqtii xaadirkaan, US Food and Drug Administration (FDA, Maamulka Cuntada iyo Daawada Mareykanka) ma uusan ansixin ama fasixin baaritaanka difaaca jirka ee degdega ah ee COVID-19 ee guriga lagu qaado in loo isticmaalo carruurta ka yar da'da 2 sano. Hase yeeshee, baaritaanada difaaca jirka ee degdega ah ee guryaha la isaga baaro waxay badqab u noqon karaan in loo adeegsado carruurta 2 sano ka yar marka ujeedadu tahay in looga baaro inuu soo gaaray caabuq, si loogu karantiilo guriga, iyo si looga eego astaamaha caabuqa ee ay tahay in la baaro. Waxaa lagu talinayaa in waalidiinta ama masuuliyiinta go'aansanaya inay carruurta da'doodu ka yar tahay 2 sano ku baaraan iyadoo adeegsanaaya baaritaanka antijiinka ee degdega ah ee guriga lagu qaado in iyaga laftoodu isku baaraan.

Sababo la xariira in FDA aysan ansixin ama aysan u oggolaan baaritaanka antijiinka ee degdega ah ee COVID-19 ee guriga lagu qaado in loo isticmaalo carruurta ka yar da'da 2 sano, dugsiyada K-12 iyo goobaha daryeellada ilmaha ee haysta ruqsada medical test site (MTS, goobta baaritaanka caafimaadka) ee laga dhaafay looma oggola baaritaanada antijiinka ee degdega ah ee guriga lagu qaado inay ka qaadaan carruurta kayar da'da 2 sano. Dugsiyada K-12 iyo goobaha daryeellada ilmaha waxay waalidiinta iyo daryeel bixiyaasha siin karaan agabka baaritaanka difaaca jirka ee degdega ah ee guriga lagu qaado si ay iyaga u adeegsadaan.

**Qoraalkaani wuxuu bixinayaa hagitaan ku saabsan waxa la samaynayo is-baarista kadib.** Tani micnaheedu waxaa waaye baaritaan aad adiga iska qaadayso, kaas oo uusan kuu soo qorin ama ku siinin daryeel-bixiye caafimaad ama aanan loo direyn shaybaar.

Haddii aad isticmaaleyso qalabka is-baarista, iska hubi inaad akhriso tilmaamaha soo-saaraha oo dhammeystiran kahor intaadan isticmaalin qalabka baaritaanka. La hadal daryeel-bixiye caafimaad haddii aad qabtid su'aalo ku saabsan natiijooyinkaaga. Dugsiyada iyo goobaha shaqada qaarkood ayaa laga yaabaa inay aqbalaan baaritaanada aad adigu isku sameyso si aad ugu laabato shaqada ama dugsiiga. Waa inaad natiijooyinkaaga kala hadashaa loo-shaqeeyahaaga, dugsiiga, iwm si loo ogaado haddii aad diyaar u tahay inaad ku noqoto.

Oonleenka ku gudbi natiijooyinkaaga is-baaridda (labadaba in lagaa helay caabuqa iyo in lagaa waayey) adiga oo isticmaalaya [Say Yes! COVID Test ee Digital Assistant \(Caawinta Dhijitaalka ah\)](#) (lagu heli karo Af-Isbaanish). Waxaad aaladan u isticmaali kartaa inaad ku gudbiso baaritaan kasta oo aad iska qaado, xitaa haddii qalabka aad isku baartay aadan ka dalban barnaamijka Say Yes! COVID Test (Dheh Haa! Baaritaanka COVID). Ka warbixinta baaritaanada la isku sameeyo waxa ay naga caawineysaa inaan si wanaagsan u fahano faafitaanka uu COVID-19 ku dhex faafayo gudaha Washington.

## Haddii Natiijada Baaritaankaaga Ay Tahay Mid Togan

Haddii caabuqa aad isaga hesho baaritaanka aad adigu isku sameysay, u tixraac tilmaanta DOH ee Gobolka Washington [Waxa la sameeyo haddii lagaa helo COVID-19](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa) si aad ooga hesho macluumaad faahfaahsan oo kusaabsan sida loo ilaaliyo naftaada iyo kuwa kaleba, oo ay kujiraan macluumaadka kusaabsan is-takooridda iyo sida daawada loo helo haddii aad khatar dheeraad ah ugu jirto inuu kugu dhaco xannuunka daran. Baaritaanka kuceliska ah laguma

talinayo natiijada laga helo caabuqa. U sheeg daryeel bixiyahaaga caafimaadka natiijada baaritaankaaga ee lagaa helay caabuqa oo la xiriir inta aad jirran tahay. Haddii aad su'aalo qabtid oo aadan heli karin daryeel bixiye caafimaad, Khadka Caawinta WA ka wac 1-800-525-0127.

Waxbarashada dhallaanka ee ay weheliso daaweynta COVID-19 (daawaynta iyo daawooyinka) waxay yarayn kartaa halista xanuunka daran iyo isbitaal dhigista dadka qaba COVID-19 ee khatarta sare ugu jira inay ku dhacaan xanuuno aad u daran. Dadka ay aad ugu dhowdahay inay aad ula xanuunsadaan waxaa ka mid ah dadka da'da ah (da'aha 50 sano ama kasii weyn, iyadoo khatarta ay usii kordheyso da'da weyn), dadka aanan tallaalka qabin ama aan qabin tallaaladi ugu dambeeyey, iyo carruurta iyo dadka waaweyn ee qaba xaaladaha caafimaad qaarkood, sida habdhiska difaaca jirka ee liita. Haddii aad u malaynayso inaad u qalmi karto, fadlan la hadal dhakhtarkaaga si aad u go'aamiso u-qalmitaankaaga ku aadan daaweynta COVID-19 (PrEP (ka hortaga u dhawaanshaha hore), borotiinka difaaca jirka ee hal unuglaha ama fayras dilaha afka laga qaato). **Dib ha u dhigin: Daaweynta waa in lagu bilaabaa maalmo gudahood ka dib marka ugu horeysa ee aad isku aragto astaamo wax ku ool ah.**

Haddii aad daneyneyso inaad hesho adeegyada caafimaadka ee wicitaanka taleefanka ah oo bilaash ah, fadlan booqo [Adeegga Caafimaadka Wicitaanka ah ee Bilaashka ah ee loogu talagalay Daaweynta COVID-19](#) (lagu heli karo Af-Isbaanish) oona raac tilmaamaha ballanta lagu qabsanayo. Booqo [bogga mareegta DOH](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa) si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo adiga lagugu talagalay iyo dhakhtarka ee ku saabsan daaweyn COVID-19 oo gaar ah.

Haddii aad ubaahan tahay in lagaa caawiyo is-takooridda, sida cuntada, agabka daryeelka ee gaarka ah, ama baahiyaha kale, waxaad Khadka Caawinta DOH ee WA kala xiriiri kartaa 1-800-525-0127 si aad ugu sheegto natiijadaada caabuqa lagaa helay waxaadna ka codsan kartaa inaad la hadasho Care Connect, ama inaad tagto xaruntaada [Care Connect](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa). Haddii aad ubaahan tahay in lagaa caawiyo is-takooridda, fadlan khadka caawinta kaga warbixi natiijada baaritaankaaga si looga hortago inuu dib u dhac ku yimaado helitaanka gargaarka.

U sheeg dadka xiriirka dhow kula leh in laga yaabo in lasoo gaarsiiyey caabuqa COVID-19 una dir [Waxa aad samayneyso haddii aad la kulantay qof laga helay COVID-19](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa). Udhawaanshaha dhaw waxaa loola jeedaa in qof 6 fiit u jirsaday qof qaba COVID-19 iskugeyn 15 daqiiqo ama ka badan muddo 24-saacadood gudaheed ah. Hase yeeshee, haddii, aad kujirtay xaalado kordhinaya halista soogaarista caabuqa, sida goobaha xiran, hawa-soogalista yar leh ama waxqabadyada bandhiga sida qeylinta ama heesidda, weli waxaa jira khatar ah inaad qaadsiiso dadka kale xitaa haddii ay kuu jiraan in kabadan 6 fiit. Waxaadna faafin kartaa COVID-19 laga bilaabo 48 saacadood (ama 2 maalmood) kahor inta aadan wax astaamo ah isku arkin iyo ugu yaraan 10 maalmood ka dib markaad isku aragto astaamo. Haddii aadan astaamaha isku arkin laakiin lagaa helo COVID-19, waad faafin kartay caabuqa COVID-19 laga bilaabo 48 saacadood (ama 2 maalmood) ka hor inta aadan iska helin caabuqa iyo ugu yaraan 10 maalmood ka dib markii lagaa helo caabuqa. Haddii muddadaada iskarantiilka ay ka dheer tahay 10 maalmood, sida iyada oo ay sabab u tahay inaad weli qabto astaamaha caabuqa ama aad si aad ah ula xanuunsan tahay ama difaaca jirkaagu liito, waxaa lagu tixgeliyaa inaad cudurka faafineyso ilaa dhammaadka muddada is-takooridaada. Markaad ogeysiiso dadka kuu dhow in laga yaabo inay kaa qaadeen cudurka COVID-19, waxaad gacan ka geysanaysaa inaad ilaaliso qof walba.

Haddii aad isticmaasho ablikeeshinka [WA Notify \(Ogeysiiska Soogaarista Caabuqa\)](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa) oo aad is-baaristaada aad isaga hesho COVID-19, waxaad ablikeeshinka WA Notify u isticmaali kartaa inaad si qarsoodi ah ku ogeysiiso isticmaalayaasha kale ee laga yaabo inaad gaarsiisay caabuqa adiga oo codsanaya koodhka hubinta oo natiijadaadana ka xaqiijinaya ablikeeshinka dhexdiisa. Tani waxa ay oggeysiineysaa dadka isticmaala ablikeeshinka ee suurtagalka ay tahay in lasoo gaarsiiyey caabuqa oo laga yaabo inay sameeyaan taxadarro ay ku ilaalinayaan naftooda iyo dadka ku hareeraysan. Ma jiro xog shakhsi ah ama la aqoonsan karo oo la ururiyo ama la wadaago markaad isticmaasho ablikeeshinka WA Notify. Si aad koodhka xaqiijinta u codsato:

1. Adigoo isticmaalaya taleefankaaga (Android ama iPhone), iskaan garee koodhka QR ama [codso koodhka xaqiijinta](#) (ku qoran Af-Ingiriis oo kaliya):



2. Geli lambarka taleefanka aaladaada adeegsata WA Notify iyo taariikhda lagaa helay caabuqa COVID-19.
3. Dooro "Continue (Siiwad)."

Haddii aadan awoodin inaad ka codsato koodhka xaqiijinta WA Notify, waa inaad wacdaa laynka tooska ah ee gobalku u sameeyay COVID-19, 1-800-525-0127, kadibna riix #, aad u sheegtaa shaqaalaha laynka inaad isticmaasho aalada WA Notify. Shaqaalaha khadka caawimaada ayaa ku siin kara lifaaqa xaqiijinta oo aad u adeegsan karto in aad udigto adeegsadaayaasha kale ee WA Notify in ay cudurka la kulmeen.

Fadlan booqo qeybta "[Sida loo ogeysiyo dadka kale haddii aad iska baarto oo lagaa helo COVID-19](#)" (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa) ee kutaala [WANotify.org](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa) si aad uga hesho macluumaad dheerad ah. Haddii aad jeclaan lahayd inaad wax badan ka ogaato WA Notify, oo ay ka mid ah tahay sida loogu darsado taleefankaaga, booqo [WANotify.org](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa).

## Haddii Natiijada Baaritaankaaga Ay Tahay Mid Taban

Natiijada baaritaanka oo lagaa waayey caabuqa waxay ka dhigan tahay in SARS-CoV-2, oo ah fayraska sababa COVID-19, aan qofka looga helin baaritaanka wakhtigaas.

Baaritaanka taxanaha ah waa marka qofka uu marar badan is-baaro, sida dhowrkii maalmoodba mar. Markaad marar badan is baarto, waxaad si dhakhso leh isaga oggaan kartaa COVID-19 waxaadna yareyn kartaa faafinta caabuqa. Xirmooyinka iska qaadida muunada ayaa badanaa la yimaada baaritaan labaad waxaana loogu talagalay in loo isticmaalo si taxane ah. Haddii baaritaanka aad isku samaysay ee koowaad uu yahay mid natiijadiishu sheegayso inaad qabto xanuunka, waa inaad raacdaa tilmaamaha soo-saaraha qalabka ee loogu talagalay baaritaanaada taxanaha ah. Kuwani waxay badanaa

ku baaqayaan in la sameeyo tijaabada ugu yaraan laba jeer saddexdii maalmoodba, oo ugu yaraan 24 saacadood kana badnaanin 48 saacadood inta u kala dhaxeysa baaritaanada. La xiriir daryeel bixiyaha caafimaadka haddii aad wax su'aalo ah ka qabtid natiijooyinka baaritaankaaga ama baaritaanada taxanaha ah.

Natiijada baaritaanka unugyada difaaca/antijiinka ee laga waayo COVID-19 waxa ay mararka qaarkood noqon kartaa natiijo “caabuq laga waayey oo been ah”. Tani waxay ka dhigan tahay in baaritaanku uusan sheegin fayraska SARS-CoV-2 ee kujiray dheecaankaagii sanko laga qaaday. Baaritaanka ku celiska ah ayaa lagu taliyaa haddii aad qabto astaamaha COVID-19 ama suurtagalnimada weyn ee inaad qabto caabuqa COVID-19 (sida inaad joogtay meel [heerka bulshada](#) (lagu heli karo Af-Isbaanish) ee COVID-19 uu aad u sarreeyo ama haddii uu kusoo gaarsiiyey qof qaba COVID-19):

- Haddii marki hore lagaa waayo caabuqa oo aadna qabto astaamaha COVID-19, dib iskubaar 24-48 saacadood ee kasta ugu yaraan shan maalmood kadib marki ay astaamahaagu bilowdeen.
- Haddii aadan qabin astaamaha COVID-19 oo laga yaabo in lagu soo gaarsiiyey COVID-19, ku celi tijaabada antijiinka 24-48 saacadood ka dib baaritaanki lagaa waayey caabuqa ee ugu horreeyey. Haddii baaritaanka labaad laga waayo caabuqa, laakiin walaac laga qabo COVID-19, waxaad dib isku baari kartaa 24-48 saacadood ka dib baaritaanka labaad ee laga waayey caabuqa, isugeynta ugu yaraan 3 baaritaan. Haddii aadan haysan agab kugu filan oo aad 3 jeer isku baarto baaritaanka difaaca jirka, waa wax la aqbali karo inaad in kayar isbaarto si waafaqsan awoodaada iyo heerka khatarta adiga iyo kuwa kugu xeeranba.
- Haddii baaritaankaaga ku celiska ah lagaaga waayo caabuqa laakiin aad kasii walaacsan tahay inaad qabto COVID-19, waxaad dooran kartaa inaad markale isku baarto baaritaanka antijiinka, tixgeli inaad isku baarto sheybaarka baaritaanka moolkiyuulka, ama wac bixiyahaaga daryeelka caafimaadka.

Ka eeg DOH [Geedka Go'aanka Calaamadaha ee Goobaha Aan Daryeelka Caafimaadka Aheyn iyo Goobaha Dadweynaha](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa) wixii macluumaad dheerad ah.

Haddii aad la kulantay qof qaba caabuqa COVID-19, oo tijaabada taxanaha lagaaga waayo caabuqa waa inaad raacdaa tilmaanta kujirta [Waxa la sameeyo haddii ay suurtagal tahay inaad la kulantay qof qaba caabuqa COVID-19](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa).

## Haddii Natiijadaada Noqoto Mid Aan sax ahayn ama Qalad ah

Mararka qaarkood natiijooyinka ma cadda ama waa kuwo aan muujinayn natiijada, baaritaankana ma awoodo inuu kuu sheego haddii natiijooyinkaagu yihiin kuwo togan ama taban. Jawaabaha aanan ansaxa ahayn waxa ay u dhici karaan siyaabo badan, sida in muunaddaada aanan si sax ah loo soo qaadin ama waxaa laga yaabaa in qalabka baaritaanka uu ciladeysan yahay. Natiijooyinka baaritaanka ee aan sax ahayn waa kuwo dhif ah laakiin way dhici karaan.

Haddii qalabka baaritaanka uu muujiyo natiijo aan sax ahayn ama baaritaanka uu qaldamo, baaritaanka si fiican uma shaqayn. Haddii ay tani dhacdo, halmar ku celi tijaabada adigoo isticmaalaya agabka baaritaanka oo cusb haddii agabka baaritaanka oo kale la heli karo. Haddii natiijadii labaad ay weli ansax ahayn, tixraac tilmaamaha oona la xiriir soo-saaraha agabka si aad u hesho caawimo. Waxaa kale oo aad baaritaan ka heli kartaa daryeel bixiye caafimaad ama [goobta baaritaanka caafimaadka dadweynaha](#) (luuqado dheeraad ah ayaa lagu heli karaa).

## Kheyraad iyo Macluumaad dheeraad ah oo Ku saabsan cudurka COVID-19

Hel xogtii ugu danbeysay ee kusaabsan xaaladda hadda ee [COVID-19 ee kajirta Washington](#) (ku qoran Af-Ingiriis oo kaliya), [wareegtada Guddoomiye Inslee](#) (lagu heli karo Shiinees (la fududeeyey), Af-Kuuriyaan, Af-Ruushiyaan, Af-Isbaanish iyo Af-Fiitnaamiis– ka dooro liiska dusha sare ee webseedka), [astaamaha](#) (lagu heli karaa luuqado dheeraad ah – Shiinees (la fududeeyey), Af-Kuuriyaan, Af-Isbaanish Af-Fiitnaamiis), [Sida uu ku faafo](#) (lagu heli karaa luuqado dheeraad ah – Shiinees (la fududeeyey), Af-Kuuriyaan, Af-Isbaanish Af-Fiitnaamiis), [sida iyo goorta ay tahay in dadka la baaro](#) (lagu heli karaa luuqado dheeraad ah), iyo [halka laga helo tallaalada](#) (lagu heli karaa luuqado dheeraad ah). Arag [Su'aalaha badanaa La iswaydiiyo](#) (ku qoran Af-Ingiriis oo kaliya) si aad u hesho xog dheeraad ah.

Qofka isirkiisa/haybtiisa ama wadanka uu u dhashay, Kama dhigayaan mid khatar wayn ugu jira, in uu ku dhaco caabuqa COVID-19. Hase yeeshee, xog ayaa sheegeysa in dadka aanan caddaanka ahayn uu si xun u saameeyay caabuqa COVID-19. Tani waxaa sababtay sameeynta cunsuurinimada, qaasatan, cansuuriyada qaabdhismeedka bulshada, taasoo ka dhigeysa kuwa fursad yar uheysta in ay badbaadiyaan bulshadooda iyo dadka kale. [Takoorku ma caawin doono la dagaalanka cudurka](#) (kaliya af Ingiriis). La wadaag xog sax ah dadka kale si aad meesha uga saarto xanta iyo xogta khaldan inay faafaan.

- [Jawaabta WA State Department of Health ee Korana fayraska \(COVID-19\)](#) (lagu heli karaa luuqado dheeraad ah)
- [Raadi Waaxda Caafimaadka ee Deegaankaaga ama Degmada](#) (ku qoran Af-Ingiriis oo kaliya)
- [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC, Xarumaha Xakameynta iyo Kahortaga Cudurka\) Coronavirus \(COVID-19\)](#) (lagu heli karaa luuqado dheeraad ah – Shiinees (la fududeeyey), Af-Kuuriyaan, Af-Isbaanish Af-Fiitnaamiis)

**Ma qabtaa su'aalo dheeraad ah? Ka wac khadkeena Macluumaadka COVID-19 1-800-525-0127.**

Saacadaha Laynka tooska ah:

- Isniinta laga bilaabo saacada 6 a.m. ilaa 10 p.m.
- Talaadada ilaa Axada iyo maalmaha fasaxyada gobolka laga bilaabo saacada 6 a.m. ilaa 6 p.m.
- [Maalmaha fasaxyada gobolka](#) (Ku qoran Af-Ingiriis oo kaliya) laga bilaabo saacada 6 a.m. ilaa 6 p.m.

Si aad u hesho adeegyada turjumaanka, **Riix #** markay kuu jawaabaan **kadibna dheh Soomaali**.

Su'aalaha la xiriira caafimaadkaaga iyo natiijooyinka baaristaada, fadlan la xariir dhakhtarkaaga.

Si aad dukumiintigaan oo qaab kale ah u codsato, wac 1-800-525-0127. Haddii aad tahay macaamiil dhagool ah ama aad maqal culus tahay, fadlan wac 711 ([Washington Relay](#)) (ku qoran Af-Ingiriis oo kaliya) ama iimayl udir [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).