

Ma COVID-19 baa mise waa Xasaasiyada Talaalka?

Astaamaha COVID-19

ee AAN DHICIN sabab la xariirta talaalka awgiis:

Qufac

Neefta oo yaraata

Duuf sanko ka socda

Dhuun xanuun

Luminta dhadhanka ama urka

Haddii aad qabto astaamaha kore aadna isleedahay waxaad qabtaa COVID-19, raadso talo caafimaad. Waxaad u baahan kartaa baaritaanka COVID-19.

Xasaasiyada Talaalka

oo LA mid ah Astaamaha COVID-19:

Qandho

Daal

Murqo Xanuun

Shuban

Lalabo

Madax xanuun

Xasaasiyada Talaalka waxay kaa ba'ayaan maalin ama labo gudahood. Haddii aad xanuun dareento, iskuday inaad talo caafimaad raadsato.

Xasaasiyada Talaalka

ee AAN la socon xanuunka COVID-19:

Xanuun, xasaasi, ama barar saaran meesha laaga duray

Haddii mid kamid ah xasaasiyadaas uu kaa hor istaago inaad samayso shaqooyinkaaga caadiga ah (*xirista kabaha, wax qorista, iwm.), raadso talo caafimaad.

Talaalka COVID-19 **ma keenaayo** cudurka COVID-19.

Talaalka COVID-19 **ma keenaayo** in lagaa helo baaritaanka PCR ee COVID-19.

Haddii hadda lagaa helay COVID-19, raac tilmaanta iskarantiilka ood ka helayso: **[COVIDvaccineWA.org](https://www.covidvaccine.wa.gov)**

Sabab la xariirta inuusan tallaalku waxtar buuxda lahayn ilaa laga gaaro **2 asbuuc** kadib marka aad qaadata kuuradaada ugu danbaysa, waa suurtagal inaad qaado COVID-19 haddii aad la joogto qof qaba waqtigaan kahor, xataa haddii aad qabto hal ama labada kuuro ee talaalka. Haddii aadan caafimaad dareemayn kadib talaalka, jaantuskaan ayaa kaa caawinaaya inaad ogaato haddii aad xasaasiyad ka qaaday talaalka ama haddii laga yaabo inaad qabto COVID-19.

Tilmaamaha guud ee dadka helaaya talaalka: Haddii aad qabto qandho (heerkul ka sareeya 100.5 digrii Fahrenheit) 72 saacadood gudahood markaad talaalka qaadata, joog guriga. Haddii qandhadu kaa jabto 48 saacadood gudahood, aadana qabin wax astaamaha/calaamadaha COVID-19 ah, waad ku laaban kartaa shaqada. Haddii aad wali qabto qandho kadib 48 saacadood, ama aad qabto astaamo kale oo noqon kara caabuqa COVID-19, waa inaad sii wadaa inaad guriga joogto aadna iska baartaa COVID-19.



DOH 820-124 April 2021 Somali

Si aad dukumiintigaan oo qaab kale u ah u codsato, wac 1-800-525-0127. Dhagool ama maqalku culus yahay macaamiisha, fadlan wac 711 (Washington Relay) ama iimeel u dir civil.rights@doh.wa.gov.