

Yoo COVID-19 dhaan qabamtan maal gochuu akka qabdan

Cuunfaa Jijiiramoota Ebla 12, 2023

- Odeeoffannoo ifa ta'e kan [waa'ee adda baafamuu bakka walga'ii murtaa'e keessatti](#)
- Qajeelfama haala kunuunsa fayyaa waliin geessituu haaromfame

COVID-19'n yoo qabamtan, namoota birootti akka hin dabarref tatamsa'ina COVID-19 ittisuu ni dandeessu. Wal'aansa, adda baafamuu, fi maaskii uffachuu ilaalcissee qajeelfama armaan gadii hordofaa. Akkasumas maaloo imaammata bulchiinsa fayyaa naannoo, bakka hojii, daldala, ykn mana barumsaa kamiyyuu namoota COVID-19 dhan qabamaniif kennamu hordofaa, kunis qajeelfama WA State Department of Health (Qajeelcha Fayyaa Isteettii WA) caalaa daangessaa ta'u mala.

- Namoonni dhaabbata eegumsa fayyaa keessa jiraatan, hojjetan, ykn daawwatan qajeelfama [Ittisa Infeekshinii COVID-19 Bakka Eegumsa Fayyaa Keessatti](#) (Afaan Ingiliffaa qofa) hordofuu qabu.
- Yoo bakka hojii namaan guutame, mana jireenyaa hojjettoota yeroo gabaabaa, bakka daldala galaaanaa, dhabbata mana sirreessaa ykn hidhaa, dawoo namoota mana hin qabnee, ykn mana jireenyaa ce'umsaa keessa hojjettan ykn jiraattan ta'e, maaloo qajeelfama [yoo bakkeewwan kanneen keessaa bakka kamiyyuu jiraatta ykn hojjatta ta'e](#) jedhu jala jiru hordofaa.

Wal'aansa isin barbaachisuu fi dhiisuu isaa murteessaa

Yoo qoranno pozeetivii ta'ee fi sababa umrii kee ykn haala qoricha yeroo dheeraa fudhachuu keessaniin carraan COVID-19 dhan baay'ee dhukkubsachuu keessan guddaa ta'e, wal'aansonni carraa hospitaala ciisuu ykn dhukkuba kanaan du'uu keessan hir'isuu danda'u ni argama. Qorichootni COVID-19 wal'aanuuf gargaaran bu'a qabeessa akka ta'an ogeessa fayyaatin ajajamuu fi dhibee qabaachun erga beekamee booda dafee eegalamuu qabu. Yeroo ammaa kana mallattooleen keessan salphaa ta'anis, wal'aansa argachuuf gahumsa qabaachuu keessan murteessuf battalumatti ogeessa fayyaa qunnamaa. Odeeoffannoo dabalataa waa'ee [wal'aansota COVID-19](#) adda ta'e (afaan dabalataan ni jiru) fi akkaataa wal'aansa itti argatanisinii fi ogeessa fayyaa keessaniif argachuuf, fuula weebaayitii DOH daawwadhaa.

Manatti adda of baasuu

Namoonni qoranno COVID-19 irratti pozeetivii ta'an ykn kanneen mallattoolee COVID-19 qabatanii fi bu'aa qoranno eeggatan kunuunsa fayyaa argachuuf malee mana keessatti namoota biroo irraa fagaatanii adda bahuu qabu. Namoonni COVID-19 qaban namoota birootti dabarsuu danda'u. Mana keessatti adda bahuun namoonni biroo akka hin dhukkubsanne gargaara. [Haalli talaallii keessanii kan fedhe ta'us adda of baasuu qabdu](#). Namni talaallii fudhate tokko COVID-19 dhan yoo qabame, ammas dhukkuba kana namoota birootti dabarsuu danda'a, garuu talaallii COVID-19 talaallamuun, carraa hospitaala ciisuu ykn COVID-19 dhan du'uu baay'ee xiqqeessa. Namootni biroo gabaa akka isiniif dhaqan gaafadhaa yookin tajaajila giroosarii manatti isiniif fidu fayyadamaa. Yoo mana keessatti adda baatanii osoo jirtanuu nyaata ykn deeggarsa biroo barbaaddan, [Kunuunsa Walitti Hidhuu Washington](#) (afaan

dabalataa tokko tokko ni jiru) jira. Sarara bilbilaa Odeeffannoo COVID-19 1-800-525-0127 irratti bilbilaa, sana booda # dhiibaa, ykn [Kunuunsa Walitti hidhuu](#) (afaan dabalataan ni argamu) wiirtuu keessan dubbisaa. Deeggarsi tajaajila afaanii jira. Imala, hojii, mana barumsaa, kunuunsa daa'immanii ykn bakka uummanni itti baay'atu hin deeminaa, ykn geejjibaa uummataa, konkolaataa waliin qooddatan ykn taaksii hin fayyadaminaa. Yeroo adda of baasan:

- Kutaan murtaa'e namoota biroo irraa fagaate keessa turuu fi yoo danda'ame mana fincaanii adda ta'e fayyadamuudhaan miseensota manaa fi bineensota manaa dabalatee, namoota biroo mana keessa jiran irraa hanga danda'ametti adda ba'u. Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Wirtuuwan Too'anno fi Ittisa Dhibee) 'n waa'ee [COVID-19 fi Beeylada](#) (afaan dabalataan ni argamu) odeeffannoo dabalataa qaba.
- Mana keessatti ykn bakkee uummataa keessatti naannoo namoota biroo jiraachun yoo isin irra jiraate, [haguuggii ykn meeshaa hafuura baafanna qulqullina olaanaa qabu](#) (afaanoonni dabalataan ni jiru) uffadhaa.
- Yoo danda'ame mana keessatti [qilleensa](#) (afaan dabalataan ni jiru) fooyyessuuf tarkaanfilee fudhadhaa.
- Meeshaalee mana keessa dhuunfaa, kan akka kubbaayyawwan, fooxaawwanii fi meeshaalee waliin hin fayyadaminaa.
- Mallattoolee ofirratti ilaala. Yoo [mallatloo akeekkachiisa hatattamaa](#) (afaan dabalataan ni jiru) (kan akka rakkoo hafuura baafachu) qabaattan, hatattamaan kunuunsa yaalaa hatattamaa barbaadaa.
- Yoo beellama yaalaa idilee qabaattan (faallaa kunuunsa hatattamaa), osoo hin deemin dura bilbilaatii COVID-19 akka qabdan ykn COVID-19 dhaf qoratamaa akka jirtan ogeessa fayya keessanitti himaa.

Yeroo hammamiitif adda of baasuu fi haguuggii fulaa uffachuun na barbaachisa?

Yoo qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii taatan, COVID-19 namoota birootti akka hin hin dabarsineef, **yoo xiqqaate guyyaa 5 mana turaa akkasumas namoota biroo mana keessan keessa jiran irraa adda of baasaa.**

Adda of Baasuu Xumuruu

Yeroo hammamiitif adda of baasuu akka qabdan wantoota hedduu irratti hundaa'a:

- Haguuggii fulaa akka gaaritti isiniitti ta'u uffachuu danda'uu fi dhiisuu keessan,
- Turtii guyyoota 5 adda of baasuu booda guyyoota 6-10tti qorannoo COVID-19 godhuu itti fufuu fi dhiisuu keessan,
- Dhibee COVID-19 dhan akka malee dhukkubsachuu fi dhiisuu keessan ykn sirni ittisa qaamaa laafaa qabaachuu fi dhiisuu keessan, akkasumas
- Bakka namoonni baay'atankeessa jiraachuu yookan hojjechuu fi dhiisuu keessan irratti hundaa'a.

Yoo qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii taatanii fi [mallattoolee](#) (afaan dabalataan ni argamu) qabaattan:

Mallattoolen keessan jalqaba erga mul'atanii booda, yoo xiqqaate **guyyoota 5** adda of baasa. Guyyoota guutuu 5 booda adda of baasuu dhiisu dandeessu yoo:

- Mallattoolen keessan guyyoota 5 booda jijiirama agarsiisuu jalqabanii, **FI**

- Qoricha hoo'a qaamaa hir'isu osoo hin fayyadamin sa'atii 24'f hoo'a qaamaa hin qabaanne

Yoo qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii taatanii garuu mallattoo [tokkollee hin qabaanne](#) (afaan dabalataan ni argamu): Erga qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii taatanii booda, yoo xiqqaate **guyyoota 5'f adda** of baasaa. Mallattoo tokkollee yoo hin qabaanne, guyyoota guutuu 5 booda adda of baasuu keessaa bahuu dandeessu.

Erga qabamtaniin booda yoo mallattooleen isiinirratti mul'atan, guyyaan adda of baasu 5 jalqabuu qaba. Yoo mallattoolee qabaattan adda of baasuu xumuruu ilaachisee gorsoota armaan olii hordofaa.

Yoom adda of baasuu akka xumurtan irratti osoo hin hundaa'in, mallattoolen dhukkubichaa erga isin irratti mul'atee (ykn yoo mallattoolee hinqabaanne, qorannoodhaf pozeetivii taatan) booda, guyyoota 10'f tarkaanfiwwan armaan gadii fudhadhaa:

- Turtii adda of baasuu guyyoota 5 erga xumuramee booda, yoo xiqqaate guyyoota dabalataa 5'f (guyyaa 6 hanga guyyaa 10) naannoo namoota birootti haguuggii fuulaa ykn meeshaa hargansuu qulqullina gaarii qabuu fi qulqullina olaanaa qabu uffadhaa.
- Namoota [sirna ittisa qaamaa miidhamaa \(immunocompromised\) qaban ykn dhukkuba hamaadhaf saaxilamoo ta'an](#) (afaan dabalataan ni argamu) irraa fagaadhaa, akkasumas gara dhaabbilee kunuunsa fayyaa (mana kunuunsa dullootaa dabalatee) fi bakkeewwan balaa guddaa qaban biroo hin deeminaa.
- Bakka haguuggii fuulaa uffachuu itti hin dandeenye kan akka mana nyaataa fi mana jireenyaa tokko tokko hin deeminaa, mana keessattii fi iddo hojiitti naannoo namoota birootti nyaata nyaachuu irraa fagaadhaa.
- Yoo mallattoolen dhukkubaa yoo deebi'an ykn hammaatan, yeroo adda of baasuu keessan guyyaa Otti deebitanii jalqabuu qabdu.
- Odeeffannoo imala ilaachisee argachuuf [Travel | CDC](#) ilaali.

Akkaataa yeroo adda of baasuu keessan itti shallagdan:

Yoo mallattooleen isiinirratti mul'atan, guyyaa 0 n guyyaa itti isiin jalqaba mallattoolee of irratti argitaan dha. Guyyaa 1 guyyaa guutuu jalqabaa isiin nama mallattoo of irratti argitaan.

Yoo mallattoolee tokkollee hin agarsiiftan ta'e, guyyaan 0 guyyaa itti qoratamtamtanidha. Guyyaa 1 guyyaa guutuu jalqabaa ispeesimeeni booda akka qabamtaan qorannaan barame.

Gargaarsa argachuuf meeshaa DOH [Herregduu Adda Baasuu fi Kophaa Turuu](#)(afaan dabalattan ni argamu) ilaala.

Haguuggii keessan baafachuu

Adda of baasuu guyyaa 5 booda dhibee daddarbarsaa taatee turuu dandeessa. Yeroon adda of baasuu guyyoota 5 erga xumuuramee booda, [haguuggii fuulaa ykn meeshaa hargansuu haala gaariin isiniti ta'u fi qulqullina olaanaa qabu](#) (afaan dabalaataan ni argama) naannoo namoota birootti mana keessatti fi bakka namoonni baay'atanitti guyyoota dabalataa 5f (guyyaa 6 hanga guyyaa 10) uffachuu itti fufaa. Karaa biraatin, haguuggii fuulaa keessan yoom baafachuu akka qabdan murteessuuf qorannoo antijeenii fayyadamuu yaadaa (armaan gaditti ilaala). [Maaskii akka gaariitti isiniti ta'u uffachuu yoo dadhabdan, guyyoota guutuu 10 adda baasuu itti fufuu qabdu](#).

Fayyadama haguuggii fuulaa wal irraa hin cinne jechuun [haguuggii fuulaa ykn meeshaa hargansuu haala gaariin namatti ta'u fi qulqullina olaanaa qabu](#) (afaan dabalataan ni argama) yeroo naannoo namoota biroos ta'e mana keessa ykn ala jirtan hunda uffachuu jechuudha. Rafuu, nyaachuu ykn bishaan daakuu dabalatee, yeroo haguuggii fuulaa uffachuu hin dandeenyetti sochiiwwan naannoo namoota birootti

bobba'uu hin qabdu. Filannoowwan haguuggii fuulaa (kan akka ittisa fuulaa kan rarraa'aa qabu) eegumsa hamma haguuggii fuulaa haala gaariin namatti ta'u fi qulqullina olaanaa qabuu hin kennan. Yoo haguuggii fuulaa haala gaariin isintti ta'u uffachuu hin dandeenyey guyyoota 10f adda of baasuu qabdu.

Adda of baasuu irraa yoom bahuu akka qabdani murteessuu fi haguuggii fuulaa keessan itti baafattan murteessudhaaf, qorannoo antijeenii fayyadamuu

Yoo qorannoo farralagaa (afaan dabalataan ni argamu) taasistan, yeroo adda of baasuu irra bahuuf karoorfattan, kan guyyaa 6 dura hin taane, qorannoo taasisuudhan carraa namoota biroo faaluu keessan daran hir'isuu dandeessu. Qoricha hoa'a qaamaa hir'isu osoo hin fayyadamin sa'atii 24f hoo'a qaamaa irraa bilisa yoo taatanii fi mallattoolen keessan kan biroo yoo fooyya'e qofa qorannoo jalqabaa. Dhandhama ykn funfachuu dadhabuun erga fayyanii booda, torban ykn ji'ootaaf itti fufuu waan danda'uuf, xumuura adda of baasuu tursiisuu hin qabu.

- Yoo qorannoon keessan pozeetivii ta'e, ammallee daddarbasa ta'uun keessan hin oolu. Itti fufuudhan adda of baasuu fi haguuggii fuulaa uffachuu akkasumas sa'atii 24-48 eeguun irra deebiin qorannoo gochuu qabdu.
- Qorannoowwan tokkoon tokkoon isaanii sa'atii 24-48 addaan fagaatanii raawwataman walitti aanan lama (dugda duubaan) irratti yoo qorannoon keessan nageetivii ta'e, adda of baasuu xumuuruu fi guyyaa 10ffaa dura haguuggii fuulaa uffachuu dhiisuu dandeessu.

Yoo guyyoota 10 keessatti qorannoo irra deddeebi'amu irratti pozeetivii ta'uun itti fuftan, hanga bu'aa qorannoo antijeen walduraa duubaa negaatiivii lama argattuttanitti, iihaguuggii fuulaa uffachuu itti fufuu fi namoota dandeettii dhukkuba ofirraa ittisuu isaanii hir'ate ykn dhukkuba cimaaf saaxilamuuf carraa guddaa qaban irraa fagaachuu qabdu.

Yoo dhukkubbiiin cimaan COVID-19 isiihiratti mul'achuu ykn sirna dhukkuba ofirraa hir'isu keessan dadhabu:

Namoonni COVID-19n akka malee dhukkubsatan (kanneen hospitaala ciisan ykn kunuunsa cimaa ykn deeggarsa qilleensaa barbaadan dabalatee) fi namoonni sirna ittisa qaamaa miidhame (afaan dabalataan ni jiru) yoo xiqaate guyyoota 10 fi hanga guyyaa 20 adda baafamuu qabu. Akkasumas yoom naannoo namoota biroo ta'uun akka danda'an murteessuuf, gormaata vaayirasi (afaan dabalataan ni jiru) fayyadamuun qorannoo taasisuu isaan barbaachisuu mala. Yeroo itti deebitanii namoota biroo faana ta'uun itti dandeessan dhiheessaa tajaajila fayyaa keessan waliin dubbadhaa. Odeeaffannoo waa'ee wal'aansaa fi qoricha isin gahumsa qabdaniif argachuuf, kutaa kutaa wal'aansaa armaan olii ilaala.

Bakki walitti qabamsaa namoota kanaa gadii keessaa tokko keessa jirtu ykn hojatuu ta'ee:

Namootni bakkoota namootni walitti qabaman keessa hojjatan ykn jiraatan qajeelfama kanaa gadii duukaa bu'uu qabu adda of baasu irrattii. Yoo hojjettu garuu bakka walga'ii kana keessaa tokko keessa hin jiraanne, bakka hojii irraa yeroo hammamiif akka fagaattu qajeelfama adda baafamuu kana hordofi; hojiwwan biroof qajeelfama mana keessatti adda baafamuu gabaabfame armaan olitti kennname hordofuu dandeessu.

- Bakka sirreessa ykn turtii
- Mana kan hin qabne ykn mana yeroofii
- Haala teessuma daldalaa (f.k.n., bakka daldalaa nyaata bishaan keessaa, doonii fe'umsaa, doonii gurguddaa)

- Namoota bakka hojii namoonni itti heddummatanii fi walirraa fageenyi qaamaa itti eegamuu hin dandeenyeye keessa hojatan; kunis sababa bakkeewwan hojii kanneen akka mana kuusaa yookin warshaa keessatti walirraa fageenya qaamaa eegun rakkisaa ta'eefi.
- Mana jireenya hojattoota yeroofii

COVID-19'n qabamtaniiirtu yoo ta'ee fi mallattooleen yoo mul'atan, mana keessatti adda of baaftanii turuu addaan kutuu kan dandeessu yoo mallattoon guyyaa jalqaba mul'ate irraa **guyyaa 10** booda badeef:

- Qorichaa-mataa dhukkubbif- kennaman osoo hin fudhatiin yoo sa'aatiwwan 24 f mataa dhukkubii kan hin qabaanne ta'e, **FI**
- Mallattoleen keessan fooyya'iinsa yoo agarsiisan.

Qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii yoo taatanii, garuu mallattoo tokkollee hin agarsiifne, erga qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii taatanii mallattoolen dhukkuba sitti hin mul'anne ta'e, **guyyooni 10** erga darbanii booda naannoo namoonni itti baay'atan irraa adda baafamuu xumuruu dandeessu. Yoo erga qorannoodhaf pozeetivii taatanii booda mallattoolen isin irratti mul'atan, guyyoota 10f haala kana irraa adda of baasuu keessan irra deebitanii jalqabuu qabdu. Yoo mallattoolee qabaattan adda of baasuu xumuruu ilaalchisee gorsoota armaan olii hordofaa.

Qormaata antijeen fayyadamuun guyyoota 10 osoo hin darbiin haguuggii fuulaa keessan baafachuu fi adda baafamuu xumuruu dandeessu murteessuu dandeessu. Guyyaa 6ffaa osoo hin turin qorannoo jalqabi, qoricha ho'a qaamaa hir'isu osoo hin fayyadamin sa'atii 24f ho'a qaamaa irraa bilisa taatee fi mallattoon kee kan biroo yoo fooyya'e qofa qorannoo jalqabi. Mi'aan ykn urgaa dhabuun erga fayyanii booda torban ykn ji'ootaaf turuu waan danda'uuf xumura adda baafamuu harkisuu hin qabu.

- Qorannoon kee pozaatiivii yoo ta'e ammallee daddarboo ta'uun kee hin oolu. Itti fuftee adda baasuu fi haguuggii fuulaa uffachuu fi sa'atii 24-48 eegun irra deebitee qorannoo gochuu qabda.
- Qormaata lama walduraa duubaan (dugda duubaan) sa'atii 24-48 walirraa fagaatanii raawwataman irratti yoo negaatiivii ta'e, adda baafamuu xumuruu fi guyyaa 10 dura haguuggii fuulaa uffachuu dhiisuu dandeessu. Kana jechuun guyyaa dafee adda baafamuu dhiisanii dhaabuu jechuudha haguuggii fuulaa uffachuun guyyaa 7ffaa yoo ta'u, kunis yoo guyyaa 6 fi 7tti qorannoon negaatiivii ta'e ta'a ture.

Yoo guyyoota 10tti irra deddeebiin qorannoo irratti pozaatiivii ta'uun itti fufte, haguuggii fuulaa uffachuu itti fufuu fi namoota dandeettii dhukkuba ittisuu isaanii hir'ate ykn dhukkuba cimaadhaaf carraa guddaa qaban irraa fagaachuu qabda hanga bu'aan qorannoo antijeen negaatiivii lama walduraa duubaan argattutti.

Yoo mallattooleen isiiniratti mul'atan, guyyaa 0 n guyyaa itti isiin jalqaba mallattoolee of irratti argitaan dha. Guyyaa 1 guyyaa guutuu jalqabaa isiin nama mallattoo of irratti argitaan. Yoo mallattoolee tokkollee hin agarsiiftan ta'e, guyyaan 0 guyyaa itti qoratamtamtanidha. Guyyaa 1 guyyaa guutuu jalqabaaispeesimeeni booda akka qabamtaan qorannaan barame.

Yeroo hojataan murteesson hir'atanitti, Namootni bakka sirreesaa, dhi'eessi bakka turtii, mana kan hin qabneef bakka turtii, fi mana yeroofii keessa hojataa yeroo adda of baasuu gabaabsuu danda'uun haala isaani irratti hundaa'uun. Haala kana keessatti murtoon yeroo adda of baasu gabaabsuu kan darbuu yeroo hojattootni fayyaa gorsuun murteessan dha.

Mallattoolen koo yoo deebi'an maal gochuun qaba?

Erga adda baafamuu xumuurtanii booda, mallattoolen COVID-19 keessan yoo kan deebi'anii mul'atan ta'e ykn hammaatan, guyyaa Otti adda of baasuu keessan irra deebi'aa eegalatii [Hanga yoomiitti of adda baasuu fi haguuggii fuulaa uffachuun na barbaachisa?](#) armaan olii hordofaa. Waa'ee mallattoolee keessanii ykn yoom adda of baasuu akka xumuurtan gaaffiilee yoo qabaattan, ogeessa fayyaa waliin haasa'a.

Yooman daddarbarsaa fi namoota biroo saaxiluu danda'a?

Namni qabame kara coba hargaansuu ykn paartikiloonni xixxiqqoo kan akka aerosols, keessa jiraniitin vaayirasii tatamsaasuu ni danda'a, yeroo itti qabamanii, namoonni COVID-19'tin qabaman mallattoolee arguu isaanitiin dura guyyoota lama (ykn yoo isaan mallattoolee hin agarre ta'e guyyaa qorannoo poozitivii isaanii dura guyyoota 2) irraa eegaluun hamma mallattoolee erga arganii booda guyyoota 10 (ykn yoo isaan mallattoolee hin qabaannee guyyaa qorannoo poozitivii isaanii booda guyyoota 10) tatamsasuu ni danda'u. Yoo namni qorannoo COVID-19 irratti pozeetivii ta'e tokko, yoo xiqqaate guyyoota 5 adda erga baafamee booda, yeroo miira gaarii itti dhagahamu sa'atii 24-48 addaan bahee qorannoo antijeenii COVID-19 negatiivii lama walduraa duubaan argate, kana booda akka daddarbarsaaatti hin ilaalamu. Yoo turtiin adda of baasuu nama tokko guyyoota 10 ol yoo ta'e (fkn, sababa dhukkubsateef ykn dandeettiin dhukkuba ittisuu isaa hir'ateef), hanga dhuma yeroo adda of baasuu isaatti daddarbarsaadha.

Namoota saaxiltanii jiraachuu maltan beeksisaa

Namoota dhiyeenya irratti argattan COVID-19 dhaf saaxilamanii jiraachuu akka malan itti himaa [Nama COVID-19 dhan qabameef saaxilamtanii jiraachuu yoo maltan maal gochuu akka qabdan](#) (afaan dabalataan ni jiru). Walumaagalatti nama dhiheenya irratti qunnaman ta'uu jechuun, yoo xiqqaate daqiqaa ida'amaa 15 fi isaa oliitif yeroo sa'atii 24 keessatti nama COVID-19 qabu irraa fiftii 6 keessa turee jira jechuudha. Haa ta'u malee, haalawwan balaa saaxilamuu danda'an dabalan, kan akka bakka cufame, qilleensa gaarii hin taane ykn sochiiwwan akka iyyuu ykn sirbuu raawwachuu keessa turtan yoo ta'e, ammas yoo fiftii 6 ol isin irraa fagaataniyyuu balaan namoota biroo faaluu ni jira. Yoo yeroo daddarbarsaa ta'uu dandeessan hojii irra turtan ta'e, akka namoota wajjiin hojettan beeksisuu danda'aniif qacaraa keessan beeksisaa.

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 bar-gaaffii isin gaafatu maqaa fi karaa ittiin nama yeroo dhiyootti tuttuqqii gootan argatan nii gaafatu. Odeeffannoo kana kan isin gaafataniif, tarii dhibichaaf saaxilamanii turuu akka malan itti himuufi. Maqaa keessan nama tuttuqqii qaamaa wajjin taasiftan sanatti hin himan warrii isiin gaafatan.

Yeroo ofiin of ilaaltanitti yoo of irratti argitaan

Odeeffannoo dabalataatif, maaloo [Interim SARS-CoV-2 Self-Testing Guidance](#) (Afaan Ingiliffaa qofa) ilaala.

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 turtii yeroootiif (Ingiliffa qofaan) mana turuu fi namarraa (miseensota maatiidabalatee) adda bahuudhan turtu jechuudha.
- **Kophaa Turuu** jechuun, yoo qabamtanii fi daddarbarsaa taatanillee COVID-19f erga saaxilamtanii booda mana turuu fi namoota biraad irraa fagaachuu jechuudha. Boodarra COVID-19' qabamtan yoo ta'e yookin mallattooleen COVID-19 isin irratti mul'ate yoo ta'e, yerodhaaf qaophatti adda bahanii turuun gara adda bahuutti ceha (quarantine becomes isolation).

Qabeenya Fayyaa Sammuu fi Amalaa

Maaloo fuula marsariitii DOH [Qabeenyota Fi Eeruuwan Fayyaa Amalaa](#) (Afaan Ingiliffaa qofa) ilaala.

Odeeffannoo fi Maddoota Dabalataa COVID-19

Odeeffannoo yeroo ammaa [haala COVID-19 Washington](#) (Afaan Ingiliffaa qofa), [mallattoolee](#) (afaan dabalataan ni jiru), [akkaataa itti daddarbu](#) (afaan dabalataan ni jiru), [akkamitti fi yoom namoonni goratamuu akka qaban](#) (afaan dabalataan ni jiru), fi [talaalliiwwan eessatti akka argaman](#) (afaan dabalataan ni jiru) irratti odeeffanno waqtaawaa qabaadhaa. Odeeffannoo dabalataaf [Gaaffilee Yeroo Hedduu Gaafataman](#) (Ingiliffa qofaan) keenya ilaala.

Eenyummaan/sanyiin yookin lammummaan nama tokkoo ofii isaatiin namni tokko balaa olaanaa COVID-19 dhaan qabamuu akka qabatu hin taasisu. Haa ta'u malee, hawaasota eenyummaadhaan (halluudhan) adda baafaman irra haalan adda ta'een sababa dhibee COVID-19 tiin dhiibbaan gahaa akka jiru deetaan ni mul'isa - kunis kan ta'uu danda'ef sababa dhiibbaa sanyummaa fi keessumattuu sanyummaa caasaa qabu kan gareewwan muraasni ofii isaanii fi hawaasota isaanii irraa ittisuuf carraawwan gadi aanaa ta'e akka qaban taasisuuni. [Maqaa namaaf kennanii nama goodun dhibicha ittisuuf hin gargaaru](#) (Ingiliffa qofaan). Jette jetee fi odeeffannoob sobaa akka hin babal'anneef, odeeffannoo dhugaa qofa qoodaa.

- [Deebii COVID-19 Ministeera Fayyaa Naannoo WA](#)
- [Kutaa Fayyaa ykn Aanaa Naannoo Keessan Barbaadi](#)
- [Vaayirasii Koronaa CDC \(COVID-19\)](#)

Gaaffilee dabalataa qabduu? Sarara bilbilaa odeeffannoo COVID-19 keenya **1-800-525-0127** irratti bilbilaa. Sa'aatii bilbilaa:

- Wiixata ganama 6 irraa eegalee hanga galgala sa'aa 10tti.
- Kibxataa hanga Dilbataa ganama sa'aa 6 irraa kaasee hanga galgala 6 tti.
- [ayyaannooni mootummaa kan kabajame](#) (Ingiliffa qofaan) ganama sa'aa 6 irraa eegalee hamma galgala sa'aa 6 tti.

Tajaajiloota hiikaa afaaniif, # cuqaasaa wayta isaan deebisan **afaan keessa dubbadhaa**. Gaaffilee waa'ee fayyaa keessanii yookiin bu'aawwan qorannootif, maaloo dhiyeessaa eegumsa fayyaa keessan quunnamaa.

Galmee kana bifaa biraatiin dookumentii kana gaafachuudhaaf 1-800-525-0127 irratti bilbilaa. Maamiltoota dhagahuu hin dandeenye yookin dhagahuudhaaf baay'ee rakkattan yoo taatan, maaloo 711 ([Washington Relay](#)) irratti bilbilaa yookin civil.rights@doh.wa.gov irratti imeelii ergaa.