

# O le a se mea e fai pe a fa'amaonia lau siaki o le COVID-19?

## Aotelega o Suiga ia Aperila 20, 2022

- O suiga fa'atekonolosi o sootaga i 'upega tafa'ilagi mo ta'iala o femalagaa'iga a le Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Nofoga Autu o le Puleaina ma Puipuiga o Fa'ama'i), o galuega fa'anofu'esea a le Department of Health (DOH, Vaega o le Soifua Maloloina) ma masini polokalame e galueai'ina ai le umi o lou nofo'esea ma fa'amatalaga i le Care Connect Washington.

## Aotelega o Suiga ia Ianuari 26, 2022

- Ta'iala fa'afouina o le fa'anofu'esea ina ia ogatusa ma [Ta'iala o le Fa'anofu'esea a le CDC ma Puipuiga](#) mo tagata lautele.
- Fa'amatalaga fa'aopopo [o le a le mea e fai pe afai ua mautinoa ua e aafia e ala i 'iuga o au lava siaki](#).

## Folasaga

Afai ua fa'amaonia lau siaki o le COVID-19, e mafai ona e fesoasoani e taofia le pepesi atu o le COVID-19 i isi. Fa'amolemole mulimuli i ta'iala o loo i lalo.

- E tatau i tamaiti a'oga ma faia'oga o le K-12 ona mulimuli i [aiaiga o le K-12](#).
- O i latou o lo'o nonofo pe faigaluega i se falema'i e tatau ona mulimulita'i i ta'iala mai le CDC [Ta'iala Le tumau mo le Fa'afueina o Auaigaluega o le Soifua Maloloina ua Aafia i le SARS-CoV-2 poo le Latalata i le fa'ama'i o le SARS-CoV-2](#) (na'o le Igilisi) ma [Puipuiga Le Tumau a le CDC i Fa'ama'i Pepesi ma Fautuaga i le Fa'afueina o le Auaigaluega o le Soifua Maloloina i le taimi o le Fa'ama'i Tele o le Korona vairasi 2019 \(COVID-19\)](#) (na'o le Igilisi).

## Fa'anofu'esea i le fale

O i latou ua aafia i le COVID-19 poo i latou o loo iai āuga o le COVID-19 ma o loo fa'atali i'uga o a latou siaki e tatau ona fa'anofu'esea i le fale. **E tatau ona e nofo'esea tusa poo le a le tulaga o ou tui puipui.** Aua e te alu i le galuega, a'oga, poo nofoaga lautele. Alo ese mai le fa'aaogaina o auala o femalagaaiga lautele, malaga fa'atasi i taavale, poo taavale la'upasese. Fai i nisi e fai au fa'atau pe fa'aaoga auaunaga kiliva fa'atau. Afai e te mana'omia ni mea'ai poo nisi fesoasoani a'o e nofo'esea ai i le fale, o loo avanoa le [Care Connect Washington](#). Valaau i le telefoni mo fa'amatalaga o le COVID-19 i le 1-800-5250127, ona oomi lea o le #. O loo iai fesoasoani mo gagana.

Taumafai e taumamao ese mai isi tagata i le fale e ala i lou nofo i se potu fa'apitoa e mamao ese mai isi tagata ma fa'aaoga se fale taele tu'ese o avanoa. Fai se [talifofoga e mau lelei](#) pe afai e mana'omia lou iai fa'atasi ma isi tagata.

E tatau ona e nofo i le fale sei vagana e te alu ese mo siaki fa'afoma'i. Vili ae e te le'i alu e vaai le foma'i. Ta'u i lau tausii soifua maloloina ua e maua i le COVID-19 pe o loo su'esu'eina oe pe oe e maua i le COVID-19.

## O le a le umi e tatau ai ona ou nofo'esea?

O le umi e fa'anofesea ai oe e fuafua lea i le mafai ona faia o sau talifofoga mau lelei, pe o e ma'i tigaina i le COVID-19 poo ua vaivai lou puipuiga fa'ale-natura, ma pe o e nofo pe faigaluega i se nofoaga tumutumu. Fa'amolemole taga'i i le vaega i lalo e fetau ma oe.

Afai e te [mafai](#) ona fai se talifofoga e mau lelei a'o e iai i le fale ma nofoaga faitele:

**Afai ua fa'amaonia lau siaki o le COVID-19 ma sa i ai [āuga](#)**, fa'anofesea mo le itiiti ifo ma le **5 aso** talu ona alia'e ou āuga muamua. Taga'i i lalo ina [ia galuea'ina ai le 5 aso e te fa'anofesea ai](#). E mafai ona e tuua le nofoaga fa'anofesea pe a mae'a le 5 aso atoatoa pe afai:

- Ua iai le suiga tele o lou malosi i le mae'a ai o le 5 aso talu e nofo'esea, **MA**
- E te le'i fiva i totonu o le 24 itula e aunoa ma le fa'aaogaina o le vaifiva e fa'aitiitia ai le fiva, MA
- Fa'aauau pea ona fai sau [talifofoga e mau lelei](#) i tafatafa o isi i aiga ma nofoaga faitele i le 5 aso fa'aopopo.

Afai e fa'aauau pea ona maua oe i le fiva poo isi ou fa'ailoga e lei matuai fa'aleleia lava ina ua mavae aso e 5 o le fa'aesea, fa'atali e fa'amuta lou fa'aesea seia oo ina leai sou fiva mo le 24 itula e aunoa ma le fa'aaogaina o fualaau e fa'aitiitia ai le fiva ma ua fa'aleleia isi ou fa'ailoga.

**Afai ua fa'amaonia lau siaki o le COVID-19, ae le'i i ai ni [āuga](#)**, fa'anofesea mo le **5 aso** i le fale maea ona fa'amaonia ua e aafia i le COVID-19. Taga'i i lalo ina [ia galuea'ina ai le 5 aso e te fa'anofesea ai](#). E mafai ona e tuua le nofoaga fa'anofesea pe a mae'a le 5 aso atoatoa pe afai:

- E te lei atiina ae ni fa'ailoga, MA
- Fa'aauau pea ona fai sau [talifofoga e mau lelei](#) i tafatafa o isi i aiga ma nofoaga faitele i le 5 aso fa'aopopo.

Afai e te atiina ae ni fa'ailoga pe a uma ona e fa'ataitaia le lelei, e tatau ona toe amata lou fa'aesea mo aso e 5. Mulimuli i fautuaga o loo i luga mo le fa'aiuina o le fa'anofesea pe afai na i ai ni ou āuga.

O le fa'aogaina pea o le talifofoga, o lona uiga o le faia lea o se [talifofoga e mau lelei](#) i soo se taimi e i tafatafa o isi tagata i totonu poo fafo o lou aiga ma le auai i fa'atinoga i tafatafa o isi tagata ao le mafai ona faia se talifofoga, e pei o le moe, tausami, poo le taeleele. E leai ni isi ituaiga puni fofoga (fa'ataitaiga talita fofoga ma le veli) e mafai ona fa'aogaina e suia ai a'o i ai le isi 5 aso fa'aopopo.

Pe afai e mafai ona e faia se su'esu'ega e tetee atu ai i fa'ama'i, e mafai ona e fa'aitiitia lou aafia i le aafia o isi e ala i le faia o se su'esu'ega i le aso 5 o le fa'aesea. Ao mai le fa'ata'ita'iga fa'ata'ita'iga pe'āfai e leai sau fiva mo le 24 itula e aunoa ma le fa'aaogaina o vaila'au e fa'aitiitia ai le fiva ma ua fa'alelei isi au fa'a'ailoga (e ono tumau pea le tofo poo le sogisogi mo ni vaiaso poo ni masina pe a mae'a ona toe malosi ma e le tatau ona fa'atuai le fa'aesea). Afai e leaga lau su'ega, e mafai ona e fa'amuta le tu'ufua pe a uma le aso 5, ae fa'aauau pea ona fai se matapulepule pe a fa'atasi ma isi tagata mo le isi 5 aso. Afai e lelei lau su'ega, e tatau ona e fa'aauau pea ona fa'aesea se'ia uma le 10 aso talu ona fa'ailoa muamua ou fa'a'ailoga (pe se'ia 10 aso ua mavae talu ona e su'esu'eina muamua lelei mo le COVID-19 pe afai e te le'i maua lava ni fa'ailoga).

**O taiala fa'aopopo nei mo le 10 aso talu ona e maua āuga (pe fa'amaonia lau siaki, pe afai e te lei maua lava ni āuga):**

- Mo le 10 aso, alo ese mai tagata e [vaivai puipuiga fa'ale-natura poo le vagea e maualuga le tulaga e ono lamatia ai](#), ma e le agai i fale tausī soifua maloloina (aofia ai fale tausī mo tagata matutua) ma isi nofoaga e maualuga le tulaga e ono aafia ai.
- Mo le 10 aso, aua nei alu i nofoaga e le mafai on fai se puni fofoga, e pei o faleaiga ma isi fale fa'amalositino, ma alo ese mai le tausami ma isi tagat i le fale ma le fale faigaluega.
- Vaai [Malaga| CDC](#) mo fa'amatalaga i femalagaiga.

A [le mafai](#) ona fai se puni fofoga mau lelei i tafatafa o isi tagata i le fale ma nofoaga lautele:

**Afai ua fa'amaonia lau siaki o le COVID-19 ma ua i ai āuga**, e mafai ona fa'auma lou fa'anofosea i le aiga pe maea le **10 aso** talu ona aliae mai ou āuga pe a:

- E te le'i fiva i totonu o le 24 itula e aunoa ma le fa'aaogaina o le vaifiva e fa'aititia ai le fiva, **MA**
- Ua matua fa'aleleia au fa'aailoga.

Afai o loo fa'aauau pea ona e fiva poo le lei feololo o ou āuga i le maea ai o le 10 aso o le fa'anofosea, fa'atali mo iuga o lau fa'anofosea seia le toe fiva mo le 24 itula e aunoa ma le fa'aaoga o fualaau e fa'aititia ai le fiva ma ua feololo atu isi ou āuga.

**Afai ua fa'amaonia lau siaki o le COVID-19, ae le'i i ai ni āuga**, e mafai ona fa'auma lou fa'anofosea i le fale pe a maea le **10 aso** talu ona fa'amaonia lau suega o le COVID-19:

- E lei amataina ni ou āuga

Afai ua amata ona i ai ou āuga i le maea ona fa'amaonia lau siaki, e tataua ona toe amata lau 10 aso e fa'anofosea ai. Mulimuli i fautuaga o loo i luga mo le fa'aiuina o le fa'anofosea pe afai na i ai ni ou āuga.

Afai e te mana'omia ni mea'ai poo nisi fesoasoani a'o e nofo'esea ai i le fale, o loo avanoa le [Care Connect Washington](#). Valaau i le telefoni mo fa'amatalaga o le COVID-19 i le 1-800-5250127, ona oomi lea o le #. O loo iai fesoasoani mo gagana.

[Afai ua e mai tigaina i le COVID-19 poo ua vaivai puipuiga fa'ale-natura:](#)

O tagata o loo mai tigaina i le COVID-19 (e aofia ai i latou sa taofia i le falemai pe sa manaomia tausiga tigaina po o le lagolago taumanava) ma tagata e [vaivai puipuiga fa'ale-natura](#) e ono fa'anofosea i le fale mo se taimi umi atu. Latou te ono manaomia foi se siaki o le [siaki o le siama](#) e fa'amautinoa ai poo afea e mafai ona i ai tafatafa o i isi tagata. Ua fautuaina e le CDC le taimi fa'anofosea i le ititi ifo ma le 10 aso ma sili ma le 20 aso mo tagata mama'i tigaina i le COVID-19 ma tagata o loo [vaivai lou puipuiga fa'ale-natura](#). Fa'atalanoa lau fomai e uiga i mea e mafai ona fa'aauau i tafatafa o isi tagata.

[Afai o loo e nofo poo faigaluega i nisi nei o nofoaga tumutumu:](#)

Tagata o loo nofo po o faigaluega i nei nofoaga tumutumu e tatatu ona mulimuli i fautuaga i le fa'anofosea e pei ona fa'amamafa atu i lalo.

- Falepuipui poo nofoaga taofia ai
- Nofoaga mo tagata e leai ni mea e nonofo ai poo fale le tumau
- Nofoaga fa'apisinis tau gataifale (f.t., vaa pisinisi tau taumafa mai le sami, vaa lauolua, vaa mo turisi)
- Tagata e galulue i totonu o fale faigaluega e tumutumu ma faigata ai ona fa'amamao mai isi tagata ona o le natura o le galuega, e pei o le faleteuolua, fale gaosi oloa, ma fale e teu ai oloa ma fale fasi manu
- Fale le tumau mot agata faigaluega

**Afai ua fa'amaonia lau siaki mo le COVID-19 ua i ai āuga**, e mafai ona fa'auma lou fa'anofu'esea mai nofoaga tumutumu i le maea ai o le **10 aso** talu ona alia'e mai ou āuga:

- E te le'i fiva i totonu o le 24 itula e aunoa ma le fa'aaogaina o le vaifiva e fa'aititia ai le fiva, **MA**
- Ua feololo ou āuga

Afai e te faigaluega ae e te le nofo i se nofoaga tumutumu, aua e te alu i le falefaigaluega mo le 10 aso, ae mafai ona e mulimuli i le fautuaga puupuu o le fa'anofu'esea o loo i luga e fuafua i le pe a mafai poo le le mafai ona fai o se [talifofoga mau lelei](#).

**Afai na fa'amaonia lau siaki mo le COVID-19, ae le'i i ai ni āuga**, e mafai ona fa'auma lou fa'anofu'esea mai nofoaga tumutumu pe a maea le **10 aso** talu ona fa'amaonia lau suega of le COVID-19 pe afai:

- E lei amataina ni ou āuga

Afai ua amata ona i ai ou āuga i le maea ona fa'amaonia lau siaki, e tatau ona toe amata lau 10 aso e fa'anofu'esea ai. Mulimuli i fautuaga o loo i luga mo le fa'aiuina o le fa'anofu'esea pe afai na i ai ni ou āuga. Afai e te le faigaluega pe nofo i se nofoaga tumutumu, aua e te alu i se falefaigaluega mo le 10 aso, ae mafai ona e mulimuli i le fautuaga puupuu o le fa'anofu'esea o loo i luga e fuafua i le pe a mafai poo le le mafai ona fai o se [talifofoga mau lelei](#).

'I taimi o le le lava o le aufaigaluega, falepuipui, nofoaga taofia ai, nofoaga mo tagata e leai se aiga, fale le tumau, ma nofoaga faigaluega mo galuega tetele e ono mafaufau e fa'apupuu le taimi e fa'anofu'esea ai tagata faigaluega ina ia ma'ona le fa'aaauina o fa'agaioaga. O fa'aiuga e fa'apupuu taimi e fa'anofu'esea ai i nei nofoaga e tatau ona fai e tusa ma fa'atalanoaga ma pulega fa'alesoifua maloloina fa'alotoifale.

### **O afea o loo ono ou fa'apepesi ma e ono aafia ai isi tagata?**

E mafai e le tagata ua i ai le COVID-19 ona fa'apepesi le vairasi i isi tagata ma alia'e ai ni a latou āuga (poo le 2 aso ae le'i oo i le aso e maua ai i siaki fa'amaonia pe afai e le'i i ai ni āuga) e oo i le 10 aso talu ona alia'e āuga (poo le 10 aso talu le aso na maua ai i suega pe afai e lei maua ni āuga). Afai o se tagata e maua i le COVID-19 le taimi fa'aesea e umi atu nai lo le 10 aso, o lo'o pipisi i le fa'ai'uga o latou taimi fa'aesea.

Afai o loo fa'anofu'esea le tagata e i ai le COVID-19 mo le 5 aso sosoo ai ma le 5 aso o faia pea le puni fofoga i fafo ma le fa'anofu'esea on aua feololo o a latou āuga poo ua leai i aso lona 5, o tagata o loo aafia i totonu o le 6-10 aso e le o ni tagata sa fesootai latalata pe a fa'apea sa faia le [talifofoga e mau lelei](#). Afai e lei faia se puni fofoga e mau lelei, o tagata sa aafia i totonu o le 6-10 aso mafaufau o tagata sa fesootai latalata.

### **E fa'apefea ona fuafua lou 5-aso poo le 10-aso e fa'anofu'esea ai?**

Afai ua i ai ni ou āuga, o lou aso muamua o le aso 0 o ou āuga. Aso 1 o le aso atoa ina ua maea ona alia'e ou āuga.

Afai e le'i i ai ni ou āuga, o le aso 0 o le aso e fa'amaonia ai lou siaki o le siama (o le aso na faia ai lou siaki). Aso 1 o le aso muamua pe a mae'a ona aoina specimen o lau siaki fa'amaonia.

Va'ai le fesoasoani a le DOH mo le [Nofo'esea ma le Masini polokalame e galueai'ina ai Aso Fa'anofu'esea](#)

### **O a mea e fai ao fa'anofu'esea**

- **Mataitu mo āuga.** Ia vave saili se fesoasoani fa'afomai pe a fa'atetele ou āuga. Afai e i ai se tulaga fa'afuasei tau foma'i ma mana'omia le vili o le 911, tau i le au tali valaau ua i

ai ou āuga o le COVID-19. Afai e mafai, fai se ufi fofoga ae lei taunuu atu auunaga tulaga fa'afuasei.

- **Taumamao ese mai isi tagata**, aofia ai tagata o lou aiga ma manu, i le tele e mafai ai. Nofo i se potu ese ma fa'aaoga se fale taele taumamao ese, pe a mafai. Afai e manaomia lou vaaia o tagata o lou aiga poo se manu, fa'aaoga se ufi fofoga ma fufulu ou lima ae lei tago i ai ma le maea ai. O loo i ai isi fa'amatalaga e uiga i le [COVID-19 ma Manu](#) i le upega tafailagi.
- **Fa'aaoga se [puni fofoga e mau lelei](#)** pe a e i ai tafatafa o isi tagata ma e te lei ulufale i se ofisa o lau fomaini. Afai e le mafai ona e fa'aaogaina se puni fofoga e mau lelei, e le tatau ona i ai i le potu tagata i le tou fale; e tatau ona fai a latou puni fofoga e mau lelei poo le alasavili fa'amanava pe a ulu mai i lou potu.
- **Fai laasaga e [fa'aleleia le ea o lou fale](#)**, pe a mafai.
- **Aua nei fa'aaogaina fa'atasi ma se isi au mea patino**, e aofia ai ipu mafolafola, ipu inu, iputī, sipuni ma tui, solo, poo ieafu ma ie moega ma tagata poo fagafao i lou aiga.

## Auai i se fa'atalanoaga o le soifua maloloina lautele

O le a fa'afesootai atu oe e se sui fa'atalanoa mai le soifua maloloina lautele pe afai e fa'amaonia lau siaki o le COVID-19, e masani ona valaau atu i le telefoni. O le a fesoasoani atu le sui fa'atalanoa ia e malamalama i le gaoioiga e sosoo ai ma lagolago o loo mafai ona maua. O le a fesili atu le sui fa'atalanoa mo igoa ma fa'amatalaga fesootai i tagata na e latalata i ai lata mai nei e fa'ailoa ia i latou ua ono pesia. Latou te talosaga mo lea fa'amatalaga ina ia mafai ona fa'ailoa i tagata ua ono pesia ai. E le fa'ailoaina e le sui fa'atalanoa lou igoa i tagata sa tou va lalata.

## Afai ua fa'amaonia lau siaki e fa'atinoina lava e oe

Fa'amolemole silasila i le [Ta'iala o Siaki le Tumau e Fa'atinoina lava e oe mo le SARS-CoV-2 \(wa.gov\)](#) (na'o le Igilisi) mo nisi fa'amatalaga.

## O le a le eseese o le fa'anofu'esea ma le nofo vaavaaia?

- **Fa'anofu'esea** o lau gaoioiga lena e fai pe afai ua i ai ni ou āuga COVID-19, poo fa'atali ni iuga o siaki, po ua maua oe i le COVID-19. Fa'anofu'esea o lona uiga e te nofo i le fale ma taumamao mai isi tagata (aofia ai tagata o lou aiga) mo le [taimi atoa](#) (na'o le Igilisi) fautuaina e alo ese ai ma le fa'apepesi atu i isi.
- **Nofo Vaavaaia** o lau mea lena e fai pe afai na e aafia i le COVID-19. Quarantine o lona uiga e te nofo i le fale ma mamao ese mai isi mo le [vaitaimi o le taimi](#) (na'o le Igilisi) ua fautuaina pe afai ua e pisia ma pipisi. E fa'anofu'esea oe mai le nofo vaavaaia pe a maua mulimuli ua e COVID-19 pe ua alia'e foi ni āuga o le COVID-19.

## Isi fa'amatalaga ma punaoa o le COVID-19

**A fa'apea e leai sau foma'i po o sau auunaga tau soifua maloloina:** e tele isi nofoaga o loo maua ai ni tausi soifua maloloina e aunoa ma se tofogi, e tusa lava poo lea le tulaga tau nofomau. Taga'i i le [Fesili Masani o Su'esu'ega a le Department of Health](#) pe valaau i le [Laina mo fa'amatalaga o le COVID-19 a le Setete o Uosigitone](#).

Tumau i le taimi nei i luga o le [tulaga o le COVID-19 i le taimi nei i Uosigitone](#), [Talosaga a le Kovana o Inslee](#) (na'o le Igilisi), [fa'ailoga](#) (na'o le Igilisi), [pe fa'apefea ona salalau](#) (na'o le Igilisi), and [le auala ma le taimi e tatau ai ona tofotofoina tagata](#) (na'o le Igilisi). Taga'i i la matou [Fesili Masani](#) (na'o le Igilisi) mo nisi fa'amatalaga.

O le lanu o le tagata/ituaiga o tagata poo le atunuu o se tagata e le avea ma se tulaga e sili atu le lamatia o le COVID-19. Ae peita'i, ua aliali i fa'amaumāuga e le o tutusa aafiaga o tagata lanu

o nuu i le COVID-19. E mafua lea ona o aafiaga i le fa'aailoga lanu, ae fa'apitoa i le fa'aailoga lanu fa'atulagaina, e laitiiti avanoa o nisi vaega o tagata e puipui ai latou ma o latou tagata. [E le aoga le fa'amā i tagata e foia ai le fa'ama'i](#) (Na o le Igilisi). Fa'asoa nao fa'amatalaga sa'o e fa'auma ai tala fa'alogo ma tala le sao mai le fa'asalalau solo.

- [Pepesi o le Fa'ama'i fou 2019 Korona vairasi \(COVID-19\) Department of Health a le Setete o Uosigitone](#)
- [O le Tali Atu a le WA State i le Korona vairasi \(COVID-19\)](#)
- [Vaai le Vaega o le Soifua Maloloina Itoifale poo le Itumalo](#) (Na'o le Igilisi)
- [CDC, Korona vairasi \(COVID-19\)](#) (na'o le Igilisi)
- [Fa'aitiitiga Fa'aailoga Punaoa](#) (Na'o le Igilisi)

**Pe i ai nisi fesili?** Valaau i le matou laina telefoni o taimi uma mo Fa'amatalaga o le COVID-19: **1-800-525-0127**

Aso Gafua – 6 a.m. i le 10 p.m., Aso Lua – Aso Sa ma [aso malolo fa'atāuaina e le setete](#), 6 a.m. i le 6 p.m. Mo auaunaga fa'aliliuupu, **oomi le #** pe a tali mai ma **ta'u lau gagana**. Mo fesili e uiga i lau lava soifua maloloina, su'esu'ega tau COVID-19, poo iuga o lau su'esu'ega, fa'amolemole fesootai se auaunaga fa'asoifua maloloina.

Ina ia talosagaina lenei tusi i se isi faatulagana vili le le 800-525-0127. Mo i latou e taliga tutuli pe faigata le faalogo vili le 711 ([Washington Relay](#)) poo le imeli le [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).