

## COVID-19

Kabajamoo Maatii ykn Eegdota Ijoollee,

Waraqaan dhugeessaa kun kan isiniif kennameef:

- Sababa mucaan keessan COVID-19 saxilameera ta'uu maluuf.
- Odeeffannoo qofaaf

---

## COVID-19 Irratti Odeeffannoo Walii Galaa

### COVID-19 Maali?

- COVID-19 dhukkuba sababa vaayirasii SARS-CoV2 nama qabuudha.
- Cophaa dangala'aa qaama keessaa fi paartiikiloota qilleensa keessa turaniin daddarba

### Eenyutu ittin Qabama?

- Namni kamuu, warra duraan qabamee dabalatee qabamuu danda'a.
- Gareewwan muraasa daran dhukkubsuu fi dhibee fayyaa irraan geessisuu danda'a. Isaan keessaa:
  - Namoota umuriin isaanii waggaa 50 ol-ta'e.
  - Namoota ittisoon qaamaa isaanii dadhabaa ta'e.
  - Namoota haala jireenyaa dhukkuba kana hammeessuu qaban (kan akka Asmaa, dhukkuba sukkaraa, dhukkuba onnee, fi ulfa).
  - Namoota talaallii COVID-19 hin fudhanne.
- Namoonni garee warra dhukkubni kun itti hammaatu keessa jiran (armaan ol ilaali) yoo COVID-19 akka qaban kan yaadan yoo ta'e, dhiyeessa tajaajila fayyaa isaanii quunnamuutu irra jira.

### Mallattooleen isaa maal fa'i?

- Dhaqna gubaa (Dhaabbanni Daa'imman Ameriikaa dhaqna qubaan tempireecharri qaamaa 100.4°F [38°C] ykn isaa oli) jedha.
- Qufaa
- Qilleensa dhabuu fi harganuu dadhabuu
- Qorrisiisuu
- Dhadhabii
- Dhukkubbii maashaa fi qaamaa
- Dhukkubbii mataa/mataa bowwaafachuu
- Dhandhamuu fi suufuu dadhabuu akka haaraa nama mul'atu
- Qoonqoo keessi nama dhukkubuu
- Funyaan chuqqaalamuu fi furraawuu
- Ol-ol nama jechuun fi oldeebisuu
- Garaa kaasaa

### Akkamitti daddarba?

- Yeroo namoonni COVID-19 qaban qilleensa gara alaatti baafatan (Fakkeenyaaf, yeroo hafuura baafatan, yeroo dubbatan. yeroo faarfatan, yeroo sochii qaamaa, yeroo qufa'an, yeroo axxiffatan) cophaa fi paartiikiloota xixiqqoo kan vaayirasii kana qaban qilleensa keessa gadhi dhiisu.

- Paartiikiloonnii xixiqqoon kun sa'aatotaaf qilleensa keessa turuu malu (kunis qilleensarra jiraachuu yookiin airbornii jedhama).
- Cophni garuu, irra guddaa waan ta'eef fiitii 6 ol hin adeeman.
- Vaayirasichis yeroo namni cophu yookiin paartiikiloota xixiqqoo kanneen gara keessaati fudhatu daddarbu. Kunis irra jireessaan kan ta'u iddo keessoo manaa bakka qilleensi gaariitti bahee hin galletti namoonni baay'inaan yeroo walgahaniidha.
- Utumallee beey'ee muraasa ta'eeyyuu COVID-19 karaalee kanneenis daddarbuu danda'a:
  - Wanttota ykn bakkeewwan Vaayirasii kana qaban qabachuun achiin booda afaan, ijaa fi funyaan ofii qabachuudhaan.
  - Meeshaalee nyaata ykn kubbaayyaa namni COVID-19 qabu wallin dabaree gargaaramuun.
- Namni utuu mallattoosaa hin qabaatin COVID-19 dadabarsuu danda'a.

---

## Yoo Muchaan Koo Mallattoolee COVID-19 Qabaatehoo?

**Mucaan kee Mallattoolee COVID-19 yoo qabaate, mana turuun Vaayirasichaaf qoratamuu qabu.**

### Akkamittin COVID-19f qoratama?

- Qorannoon ariifachiisaa mataa ofiitiin taasifamu (Rapid self-tests) namoonni qormaata COVID-19 manatti akka taasisan ni eeyyamaaf. Qajeelfama paakeejjicharra hordofaa.
- Qorannoo dhiyeessa tajaajila fayyaattis gochuun ni danda'ama.

**Waraqaan dhugeessaa kun odeeffannoo walii galaa qofaa laata. Gaaffii dabalataa yoo qabaate ykn mucaan kee COVID-19 qabaachuu mala jettee yoo yaaddofte, dhiyeessa tajaajila fayyaa keetii quunnamu.**

---

## Yoo Mucaan koo COVID-19 Qabaate hoo?

**Yoo mucaan kee COVID-19 qabaate battaluma sana bakka tajaajila daa'imaa yookiin oolma daa'immanii mucaa keetii beeksisi.**

### Akkamitti Wallaanama?

- Namoonni hedduun COVID-19 qaban ofumaan dhukkubicha irraa fayyuu.
- Daa'imman haala mijataa keessatti eegi, akka boqotan godhi, hir'inni dhangala'aa qaama isaanii keessaa akka hin mudanneef waantoota dhangala'aa gaariitti akka fudhatan godhi, deddeebi'uun ilaali.
- Dhiheessi tajaajila fayyaa COVID-19 wal'aanuuf daawaa kennuufii dabda'a, addumaan namoota mallattoo hammaataa qabaniif ykn namoota sababa kanaan dhibee biraaf saaxilamaa jiraniif.
- Daa'imni ji'a 3 ykn isaa gadii yoo hoo'iinsa qaamaa 100.4°F (38°C) ykn isaa ol qabaate dhiyeessa tajaajila fayyaa isaaniitiin ilaalamuu qabu.
- Yoo mallattoolee mucaa kee irratti argamu ilaalchisee yaaddoo qabaate dhiyeessa tajaajila fayyaa kan mucaa keetiitti haasa'i. **Daa'imni kee mallattoolee hir'ina dhangalaa qaama keessaa yoo agarsiisan (Daayipparii muraasa yoo jiisan ykn kan yeroo biraarra xiqqoo yoo fincaa'an, kan yeroo biraarra yoo dadhaban, yoo of-wallaalan, yoo arrabni isaanii ykn hidhiin goge, imimmaan xiqqoo), ariitiin yoo arganan, hafuura baafachuun yoo itti ulfaate,**

**ykn mataa dhukkubbii/bowwoo hamaa yoo qabaatan, ariitiidhaan dhiyeessa tajaajila fayyaa isaaniittin ilaalmuu qabu.**

### **Akkamiinin Daddarbiinsa COVID-19 ittisuu danda'a?**

- Talaallii fi boosterii barbaachisoo fudhadhu
- Yoo mallattoo qabaate mana turuun qoraratamii ilaalami.
- Nama COVID-19 qabu waliin wal hin tuqin.
- Yoo COVID-19, dhaaf saaxilamnte golgaa maaskii sirriiti sitti ta'u guyyaa 10'f uffadhu.
- Yoo iddoo keessoo manaatti namoota baayee waliin jiraate maaskii uffadhu
- Foddaalee banuun yookiin qilleensa qulleessituu HEPA kan bakkaa bakkatti socho'u gargaaramuun sochii qilleensa mana keessaa dabali.
- Harka kee deddeebi'uun dhiqadhu, keessattuu erga haxxiffattee, qufaatee, erga funyaan qulqulleeffattee booda.
- Yeroo qufaattuu fi haxxiffattu funyaaniif afaan kee golgi.
- Kubbaayyaa, meeshaalee nyaataa, nyaata fi dhugaatii nama COVID-19 qabuu waliin hin qooddatin.

---

## **Mucaan koo Eegumsa Daa'immanii Irraa Hafe Mana Turuu Qabaa?**

### **Mucaan kee yoo COVID-19 dhaaf SAAXILAMEERA yoo ta'e mana turuu hin qaban.**

- Ijoolleenii fi hojjetaan COVID-19'f saaxilaman:
  - Mallaattooleef guyyaa 10niif haa ilaalaman.
  - Golgaa afaaniif funyaanii (Maaskii) sirriitti isaanitti ta'u kan (umuriin isaanii waliin sirrii ta'e) guyyaa itti saaxilam irraa kaasee guyyaa 10niif haa uffatan.
  - Guyyaa saaxilaman irraa kaasee Guyyaa 3-5 tti haa qorataman.

### **Mucaan kee yoo COVID-19 qabaate mana turuutu irra jira, keessumaa yoo ulaagaa armaan gadii keessaa tokko guute:**

- Dhaqna gubaa (tempireecheerii 100.4°F [38°C] ykn isaa olii) mallattoolee COVID-19 kan biraa dabalatee.
- Yoo isaan hojii daree keessatti hirmaachuuf sirrii fayyaa hin taane (Fakkeenyaaf: yeroo baay'ee dadhabuu ta'e; fedhii fi waan isaan gammachiisu dhabuu ykn kan yeroo fayyaa caalaa boo'uu).

### **Maaloo imaammata dhukkubbii sagantaa oolmaa daa'ima keessanii hordofaa.**

---

#### **Wabiiwwan:**

Centers for Diseases Control & Prevention

- COVID-19 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/about-covid-19.html>

WA Department of Health

- *Guidance to Prevent and Respond to COVID-19 in K-12 Schools and Child Cares, last updated 12/5/2022*

Child Care Health Program – Public Health Seattle & King County

- <https://kingcounty.gov/depts/health/child-teen-health/child-care-health/disease-prevention.aspx>  
*Disease Prevention Website*