

Kōjbarok ejmour eo am elikin juon ibwijleplep

1. Ewi wawen aō kōjbarok ejmour eo aō im an baamle eo aō elikin juon ibwijleplep?

- Kwale peim im nuknuk ko am kin joop im aiboj elikin am jibwe jabdewōt kain im emōj an epāake dān ko jān ibwijleplep eo. Dān in ibwijleplep eo emaroñ in wōr aer baijen in dān in dān in jikin kepojjak im joraan.
- Ilo am karreo, ekanak kiļōb ko remijel, jibuut ko remaroñ tutu, juon N95 māāj, māj, juon nuknuk aitok-pā, im aitok ñe.
- Jikin jerbal eo iturim enij kōjjeļā ki eok ñe dān in bojet ejjab eman. Kōjerbale aiboj ko rej pād ilo bato, boel, ako emōj karreo jān an jako baijen im kwale peim, ñiim, im enbwinnim. Ñe ewōr am aiboj lal ej māke aiboj lal im loñ in aiboj lal eo am ekar ibwijji, wona eo an bwiden eo ej aikuj in teej dān in aiboj lal bwe en lale ñe ej eman wōt.
- Ikutkut am kwale pein ajiri ro kin joop im aiboj im mokta jān ien mōñā. Jab kotlak an ajiri ro ako menin mour ko bwe ren jab ikkure ilo dān in ibwijleplep ako jikin ko im emōj an kār ibwijji, ako ikkure kin kein ikkure ko im emōj aer kār itaak ippān dān in ibwijleplep.
- Jōlok mōñā, uno, im kein karreo ko im rekar epāake dān in ibwijleplep eo im rekar jab pād ilo nien im mōñā ko ekwon mejaer. Joone mweiuk ko ilo rekar pād lowaan nien kin juon uno in jōlok baijen iumin 15 minit, kōjerbale 2 teaspoon in jerajko in karreo em kajojo kwot (epaake 946 ml) in dān ko im rej pād ilo joñan-menen an lowaan ruum.
- Jab mōñā ki jabdewōt pejtōbō! ako leen wōjke ukod jān jikin kallip im emōj an jelot jān dān in ibwijleplep, jokdoon ñe jikin kallip eo ej mōrā. Menin eddek im bwidej ko remaroñ in joraan kin kij im baijen ko im rej maroñ in kōmman am nañinmej. Tumi im jōlok aolep menin eddek, im bar jinoe jān jinion kin joñan eo jiljino inij (epaake 15cm) in bwidej etoon ako kein ekkat ko elikin an kauwōtata in ibwijleplep eo mootlak.



2. Ta kauwōtata in ejmour im nañinmej ko ij aikuj in jella kin ibwijleplep?

Kinej

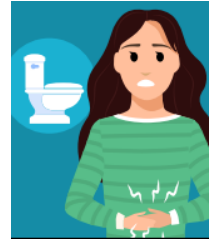
- Karreo elikin ibwijleplep im kōmman bwe en jako joraan rej kōmman bwe en laplok an walok mwijmwij im kinej ko jōt. Karreo aolep kinej jidik ko kin joop im dān erreō, im kōjbarok ir kin teep in kinej, ilo an pineje, im mōrā.
- Kōjerbale uno in jōlok kij ko ñan kadiklak an laplok ebboj.
- Ñe juon kinej enij jino in būrōrō, ebboj, ako juon wōt/toor lak, kōnnaan ippān jikin takto.



- Bōk juon tetanus wā in kakajur ñe enij laplok jān 10 yiiō jān tetanus eo am eliktata—ako jinoe wā ko ñe kwojañin de jinoe. Ejelok bar rōjañ ikijen wā ko rej aurok ñan armij ro bwe ren rol elikin ibwijlelep.

Nañinmej in pidodo lojje

- Dān in jikin ibwijlelep eo emaroñ in wōr dān in jikin kepojja. Mōñā ako idaak jabdewōt im emōj an joraan jān dān in ibwijlelep eo emaroñ in kōmman nañinmej in pidodo lojje.
- Kakōlle ko ikijen nañinmej in pidodo lojje emaroñ in kōba ippān piba, metak bar, metak enbwinnin, mōk, maloñloñ, emmojlak, kankan enbwin, im pidodo lojje. Ñe ewōr am juon ian kakōlle kein, kakije im **idaak dān erreo**.
- Kōnnaan ippān jikin takto eo ñe ewōr am jabdewōt ian kakōlle kein:
 - Pidodo lojje eo im ej pād aitok lak jān 3 raan
 - Pidodo lojje eo kin piba eo elaplok jān 102°F/38.9°C
 - Pidodo lojje im ewōr bōtōktōk ie
 - Lap jān joñan emmoj eo im kwojjab maroñ in kakwon dān ko enbwinnim im kwoj raut jidik wōt



3. Ta eo ij aikuj in jella kin E. Coli im dān in ibwijlelep?

- E. Coli kij ko ekkā an ejelok aer joraan, ako jōt iaer emaroñ in kōmman an lap nañinmej. Ñe Public Health (Jikin Ājmour an Loblej) enij ekatak kin E. coli an duojlak innem maroñ in kamijak ñan armij, jenij kōjjeļā ki jukjukun pād eo.

4. Ejelok aō takto ilo torrein, ta eo ij aikuj in kōmmane ñe ij aikuj jibāñ?

- Kurlok Community Health Access Program (CHAP, Būrookraam in Ejmour an Jukjukun pād) ilo 1-800-756-5437 (jiped 5 ñan kōnnaan ippān jabdewōt innem kwalōk kajin eo am), ako email chap@kingcounty.gov

