

Coronafayras Corner

Maarso 11keeda, 2020



Waa maxay Coronafayras?	Cudurka Coronafayras 2019 (COVID-19) waa cudur neef-mareenka ku faafa qof ka qof. Fayraska sababa COVID-19 waa coronafayras cusub oo markii ugu horreysay la aqoonsadey intii lagu gudajiray baaritaan ku saabsan cudurka ka dillaacay Wuhan, Shiinaha.
Waa maxay Calaamadaha COVID-19?	<ul style="list-style-type: none">• qandho• qufac• Neefta oo yaraata
Sidee cudurka u fida?	<p>Fayraska sababa COVID-19 ayaa laga yaabaa inuu ka yimid xayawaan, laakiin hadda waxay umuuqataa inuu ku faafayo qof ilaa qof. Waxaa muhiim ah in la ogaado in fiditaanka qof-ka-qof uu u dhici karo si isdaba joog ah. Cudurrada qaar waa kuwo si aad ah laysku qaadsiiyo (sida jadeecada), halka cudurada kale ay sidaa uga yar yihiin. Aqoonta hadda jirta waxay inta badan ku saleysan tahay waxa loo yaqaan 'coronafayras' la mid ah.</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Inta badan, fiditaanka qof-ka-qof ayaa loo maleynayaa inuu ka dhex dhaco dadka xiriir dhow (6 fuudh ah) midba midka kale ka kale.▪ Faafidda-ka-qof-ka-qof-ka-qof ayaa loo malaynayaa inuu ku dhaco inta badan dhibcaha neefsashada oo la soo saaro marka qof cudurka qaba uu qufac ama hindhisto, oo la mid ah sida hargabka iyo cudurada kale ee neef-mareenka ay u faafaan. Dhibcahan waxay ku soo dhici karaan afka ama sanko dadka u dhow ama laga yaabo inay galaan sanbabada.▪ Sidee bay fududahay in fayras ku faafa qof-ka-qof loo kala duwanaa karo. Fayrasyada qaar waa kuwo si aad ah laysku qaadsiiyo (sida jadeecada), halka fayrasyada kale sidaas uga yar yihiin.▪ Waa suurta gal in qofku helo COVID-19 adoo taabanaya dusha sare ama shay uu ku jiro fayraska ka dibna taabta afkiisa, sankiisa, ama suuro galkooda, laakiin tan looma arko inay tahay habka ugu weyn ee fayrasku fidaa.▪ Caadi ahaan, oo leh fayrasyada neef-mareenka, dadka waxaa loo maleynayaa inay ugu faafayaan markii ugu badan astaamaha (ugu jiran).
Waa maxay Daaweyntu?	Ma jiro daweyn gaar ah oo looga hortago fayraska oo loogu talagalay COVID-19 waqtigan. Daryeel caafimaad ayaa kaa caawin karta yareynta calaamadaha. Waxaa jira shaqo firfircoon oo ku saabsan daaweynta fayraska ka hortagga iyo tallaalka.
Waa maxay khatarteydu?	Waxaan sii wadnaa aaminsanaanta halista deg-degga ah ee soo-gaadhista COVID-19 ee dadweynaha guud ahaanba way hooseysaa, si kastaba ha noqotee, CDC, MDH, Caafimaadka Dadweynaha, iyo bixiyeyaasha deegaankaaga ayaa qaadaya tillaabooyin lagu caawinayo in khatartaas hoos loo dhigo. Waxaan haynaa qorsheyaal waxaan ku cusbooneysiin doonnaa kuwaan waqtiga dhabta ah maadaama macluumaadku soo baxayo.
Muxuu qabanayaa MDH?	<p>MDH waxay leedahay nidaam ilaalo oo xoogan oo ilaalin ah oo ay kujirto iskaashi lala yeesho nidaamyada isbitaalada iyo xarumaha caafimaadka. Helitaanka kiisaska si dhakhso leh iyo ka jawaab celinta wax ku oolka ah waa furaha.</p> <ul style="list-style-type: none">▪ U gudbinta macluumaadka bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka talooyin ku saabsan baaritaanka iyo barista▪ Cusbooneysiinta bixiyeyaasha iyo caafimaadka guud ee degmada macluumaad cusub▪ La socodka socdaalka astaamaha▪ Ku-wargalinta iskuulada xaafada

<p>Muxuu qabtaa Caafimaadka Dadweynaha?</p>	<p>Qorshaha u diyaar garowga xaaladaha degdegga ah ee Caafimaadka Dadweynaha ayaa loo diyaariyay xaaladaha sidan oo kale ah halkaas oo dadka ku nool degmaddeenu ay ugu baahan karaan go'doomin iyo / ama tallaabooyin karantiil ah. Waxaan dhowaan dib u eegay qorshayaashayada oo waxaan dareemnay inaan diyaar u nahay inaan bixinno korjoogteyn, haddii loo baahdo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wicitaan toddobaadle ah oo leh MDH wixii ku saabsan cusbooneysiinta iyo talooyinka • Kulamada / wicitaannada si looga wada shaqeeyo caafimaadka iyo kooxda caafimaadka ee gobolka (oo ay ku jiraan la-hawlgalayaasha caafimaadka degmadu, maareeyayaasha xaaladaha degdegga ah iyo fulinta sharciga) • Bixinta cusboonaysiinta bixiyeyaasha aagga, hadba sida loogu baahdo • Cusboonaysiinta shaqaalaha gudaha • Raacista iyo qaybinta talooyinka MDH iyo CDC
<p>Ka waran waji-xidhka?</p>	<p>CDC kuma talineyso in dadka sida wanaagsan u labistaan maaskaro wajiga looga ilaaliyo cudurrada neef-mareenka, oo ay ku jiraan COVID-19. Waa inaad xirataa masool keliya haddii xirfadle daryeel caafimaad uu kugula taliyo. Maaskaro wajiyada waa inay isticmaalaan dadka leh COVID-19 oo leh astaamo. Tani waa in laga ilaaliyo dadka kale khatarta qaadista cudurka. Adeegsiga waji-xidhka wajiga sidoo kale waa u muhiim shaqaalaha caafimaadka iyo dadka kale ee daryeela qof qaba cudurka COVID-19 meelo dhaw (guriga ama xarun daryeel caafimaad).</p>
	<p>Talooyinka guud ee caafimaadka guud ee aasaasiga ah aad ayey muhiim ugu yihiin dejinta cudur faafa oo cusub. Tallaabooyinka loo isticmaali karo in lagu dhimo laguna gaabiyoo faditaanka fayras kasta</p>
<p>Maxaa samayn karaa?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ka fogow xiriir dhow inaad la yeelato dadka jiran. Ka fogow taabashada indhahaaga, sankaaga, iyo, and afka gacmaha aan la dhaqin. ✓ Gacmahaaga ku dhaq saabuun iyo biyo ugu yaraan 20 sekan. Isticmaal gacmo nadiifiye alkolo leh oo ka kooban ugu yaraan 60% aalkolad haddii saabuun iyo biyo aan la heli karin. ✓ Guriga joog marka aad jiran tahay. ✓ Ku dabool qufacaaga ama hindhisada ku masax warqad, ka dibna ku tuur masarka qashinka. ✓ Nadiifi oo jeermiska taabsiiya walxaha iyo dusha sare. Ma jiraan talooyin hada loo isticmaalo nadiifiyayaal gaar ah.
<p>Halkeen ka heli karaa macluumaad lagu kalsoonaan karo?</p>	<p>Waaxda Caafimaadka ee Xarumaha Caafimaadka Control Xarumaha Xakamaynta iyo Ka Hortagga Cudurrada</p>