

HUBITAANKA CAAFIMAADKA GURIGA (SY 21-22)

Ardaydu waxay sii wadi doonaan inay adeegsadaan liiska hubinta caafimaadka guriga mana tagaan dugsiga haddii ay muujiyaan astaamaha COVID-19.

Qoysaska DDB waa inay la socdaan calaamadaha carrurtooda ee COVID-19 maalin kasta kahor dugsiga. Calaamadaha qaarkood ee COVID-19 waxay la mid yihiin hargabka ama hargabka xun; fadlan ha u qaadanin in ay tahay xaalad kale. Marka aad shaki qabto, **guriga joog** oo wac bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah.

Ardayda soo xaadirta dugsiga oo leh mid ka mid ah **astaamaha geesinimada leh** waxaa loo diri doonaa guriga; ardeyda soo bandhigta isku darka astaamaha aan dhiiranayn, ama go'aan kalkaalayaha, waxaa loo diri karaa guriga.

ILMAHAAGU WAA INUU GURIGA JOOGAA haddii ilmahaaga ama qof kasta oo guriga ka mid ahi leeyahay mid ka mid ah astaamaha geesinimada leh ee hoos ku taxan (ama isku darka astaamo aan geesinimo lahayn):

- **Qandho (100.0 ° Fahrenheit ama ka sareeya), qarqaryo, ama qarqaryo ruxaya**
- **Neefsashada oo ku adkaata ama neefsashada oo yaraata**
- **Waayis dhadhan cusub ama ur la'aan**
- **Muruq xanuun ama jir xanuun**
- Qufac (ma aha sabab kale oo la yaqaan)
- Cune xanuun, marka lagu daro calaamado kale
- Lalabbo, matag, ama shuban marka lagu daro astaamo kale
- Madax xanuun, marka lagu daro calaamado kale
- Daal, marka lagu daro astaamo kale
- Ciriiri sanko ama sanko oo duufsan (sababtu ma aha sababo kale oo la yaqaan, sida xasaasiyad) marka la isku daro calaamado kale

AMA

- **Arday kasta oo aan la tallaalin oo xiriir dhow la leh qof qaba COVID-19 oo ka baxsan dhismaha dugsiga BPS** waa inuu ka joogaa dugsiga, karantiil, iyo inuu raaco tilmaamaha ay bixiyeen daryeel bixiyehooda ama guddiga caafimaadka deegaanka.

Haddii ilmahaagu leeyahay astaamo:

- Fadlan ku soo wargeli maqnaanshaha maamulka dugsiga iyo kalkaalisada dugsiga, adiga oo og haddii maqnaansuhu la xiriiro COVID-19.
- Ilmahaaga guriga ku hay si uu u arko bixiyaha daryeelka aasaasiga ah, tixgeli baaritaanka COVID-19.
- Fadlan ku wargeli kalkaalisada dugsiga talooyinka bixiyaha daryeelka aasaasiga ah, oo qoraal ah, ka hor intaadan ku noqon dugsiga.