

## Baaritaanka Caafimaadka Maalinle

Qoysaska BPS waa inay la socdaan carruurtooda astaamaha Hergebka-dabeysaha maalin kasta dugsiga ka hor. Calaamadaha qaarkood ee Hergebka-dabeysaha waxay la mid yihiin hargabka ama hargab xun; fadlan ha u qaadan in ay tahay xaalad kale. Markuu shaki galo, **guriga joog** oo wac daryeel bixiyahaaga koowaad. **CUNNUGAAGU WAA IN UU JOOGAA GURIGA** haddii cunnugaagu ama qof kale oo guriga jooga uu qabo mid ka mid ah astaamaha hoos ku taxan:

- Qandho (100.0° F ama ka sareysa oo aan lahayn qandhada yareysa qandhada), qarqaryo, ama qarqaryo gariir
- Qunfac (**sababo kale oo la yaqaan awgood, sida neefta ama xasaasiyadda**)
- Neefsashada oo adkaata ama neefsashada oo yaraata
- Dhadhanka cusub oo luma ama urinta
- Cune xanuun
- Madax-xanuun (*marka lagu daro calaamadaha kale*)
- Muruq xanuun ama kor xanuun
- Lalabo, Matag, ama shuban-biyood
- Daal (*marka lagu daro calaamadaha kale*)
- San cabur ama san dareera (*marka lagu daro calaamadaha kale*) (**sababo kale oo la yaqaan awgood, sida xasaasiyadda**)

### AMA

- Haddii ilmahaagu la xiriir xubin reerka ka tirsan oo qaba Hergebka-dabeysaha oo aan weli laga saarin karantiilka ee Guddiga Caafimaadka Dadweynaha Boston.

**Arday kasta oo xiriir dhow la yeesho qof laga helay Hergebka-dabeysaha, waa inuu ka maqnaadaa dugsiga oo karantiil laga helaa 14 maalmood laga bilaabo taariikhda isdhexgalka ugu dambeeya ee qofkaas. La xiriir bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah, Guddiga Caafimaadka Dadweynaha Boston ama kalkaaliyaha dugsigaaga si aad u hesho hagitaan dheeraad ah.**

### Haddii cunnugaagu qabo wax calaamado ah:

- Waa inay guriga joogaan oo ay qiimeeyaan daryeel bixiyahooda aasaasiga ah si looga fiirsado baaritaanka Hergebka-dabeysaha.
- Waalidiinta / mas'uuliyiinta waa inay ku soo wargeliyaan maqnaanshaha maamulka dugsiga iyo kalkaaliyaha dugsiga, iyadoo xusaya haddii maqnaanshuhu la xiriira Hergebka-dabeysaha.
- Ku wargaliyaan kalkaaliyaha talooyin bixiyaha caafimaadka, qoraal ahaan, ka hor inta aanad ku noqon dugsiga.

## Nidaamka Baaritaanka

- Wac dhakhtarka daryeelka aasaasiga ah ee cunnugaaga, xarunta caafimaadka bulshada ee deegaanka, ama bogga baaritaanka Hergebka-dabeyska ee deegaanka. Liiska goobaha baaritaanka ee guud ahaan Massachusetts ayaa laga heli karaa [mass.gov/info-details/about-covid-19-testing](https://www.mass.gov/info-details/about-covid-19-testing) iyo goobaha baaritaanka ee magaalada Boston oo dhan waxaa laga heli karaa [boston.gov/departments/public-health-commission/map-covid-19-testing-sites](https://www.boston.gov/departments/public-health-commission/map-covid-19-testing-sites). Bogagga qaarkood waxay u baahan karaan baaris hore, gudbin, iyo / ama ballan.
- Wac kalkaalisada ee cunnugaaga si aad u hesho caawimaad. Dugsi kastaa wuxuu yeelan doonaa liis ay ku qoran yihiin goobo imtixaan looga heli karo carruurta iyo qoysaska.
- Haddii cunnugaaga laga helo wax cadeynaya Hergebka-dabeyska u soo sheeg macluumaadkan kalkaalisadaada dugsiga oo raac talooyinka CDC ee go'doominta.
- Haddii cunnugaaga aan laga baarin Hergebka-dabeyska, dukumiinti qoran oo ka socda daryeel caafimaad ayaa loo baahan doonaa si ilmahaagu ugu soo laabto dugsiga.

## Ka baxsan Gobolka ama Safarka Wadanka:

Dhammaan safarrayda imanaya Massachusetts - oo ay ku jiraan dadka deggan Massachusetts ee ku noqonaya waddankoodii - waxaa hadda looga baahan yahay inay is karantiil gaaraan muddo 14 maalmood ah. Waxaa jira waxyaabo ka reeban **amarka hadda**: safarrayda ka socda liistada yar ee gobolada ku dhow ama ku dhow ee imanaya Massachusetts waa laga dhaafay amarkan oo uma baahna karantiil muddo 14 maalmood ah. Fadlan tixraac [Mass.gov](https://www.mass.gov) bogga macluumaadka ugu dambeeyay ee la xiriira xayiraadaha socdaalka Guddoomiyaha.