

Qajeelfama Vaayirasii Koroonaa (COVID-19)

AFAAN OROMOO

Gorsi kun, gorsa fayyaa fi odeeffannoo NHS irratti hundaa' uddhaan yammuu ta'u, gorsa fayyaa namoota UK keessa jiraatan hundaa' utuu biyya isaan irraa dhufan irratti hin xiyyeeffatin kan kennamuu dha.

Version 8 [15.12.2020]



Baafata

Vaayirasiin koronaa (COVID-19) maalidha fi akkamitti nagaa ta'ani turuu danda'ama?

Mallattoo yoo qabaatte maal goota?

Maatii Vaayirasii koronaan (COVID-19) qabamuuf malaniif qajeelfama qofaatti adda of bassuu

Yeroo haagamiitiif qajeelfama adda of baasuu hordofuu qabna?

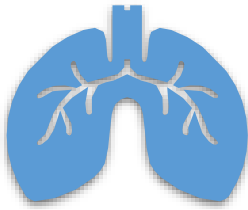
Yooman NHS 111 quunnamaa?

Akkamittan NHS 111 quunnamaa?

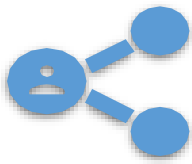
Dhimma baaqattummaa kee irratti yoo yaaddoo qabaate hoo maal gochuu qabda?

Vaayirasiin koroonaa (COVID-19) akka hin tatamsaaneef maal gochuu qabda?

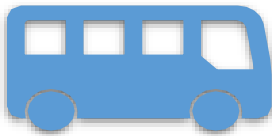
Vaayirasiin koronaa (COVID-19) maalidha fi akkamitti nagaa ta'ani turuu danda'ama?



COVID-19 n dhukkuba haaraa kan ujummoo qilleensaa somba keessanii fi qaamolee biro hubuu danda'u dha. Kunis vaayirasii 'Coronavirus' jedhamuu irraa dhufa.



Namoota waliin hin jiraanne waliin wal quunnamtii qaamaa hir'isuun, akkasumas babal'ina coronavirasii dhaabuuf gargaaruuf hanga danda'ametti tarkaanfii barbaachisaa hordofuudhaan nagaa taate'e turuu ni dandeessa. Kunis nama sadarkaa umurii hundumaa irra jiru ilaallata- yoo mallattoo kam iyyuu hin agarsiifne ta'e ykn dhibee fayyummaa kan biroo hin qabaanne ta'e illee.



Geejjiba ummataa fayyadamuu: Hanga danda'ametti geejjiba ummataa fayyadamuu irraa of eeggachu akkasumas, kanarra biskileetan deemuu, miilaan deemuu yookiin konkolaataa oofuuf yaaluu qabda. Yoo geejjiba ummataa fayyadamuu barbaadde, sa'aati tiraafikiin guddaa jirruu irraa of qusadhu akkasumas, fageenya qaamaa eeguuf yaali. Geejjiba ummataa keessatti haguuggii fuulaa uffachuu dirqama qabda. Qajeelfama kana kabajuun keessan barbaachisaa dha, yoo kana hin goone adabamuu dandeessu.



Hojii itti fufuu: Yoo dandeesse mana irraa hojjechuu itti fufuu qabda. Yoo gara hojii deemuu barbaadde, jalqaba akka ati fi miseensonni maatii keetii mallattoo hin qabaanne ilaaluu qabda. Yoo tokko illen mallatto hin qabaanne fi hanga fageenya qaamaa meetira 2 eeggachu akkasumas irra deddeebiin harka dhiqachuu fi qulqulleessituu harkaa fayyadamuu itti fufte'e tti gara hojii deemuu dandeessa. Iddoo hojii kee keessatti tarkaanfii nageenyaa fi argamamummaa meeshaalee eegumsa dhuunfaa hojjachiisaa kee waliin ilaaluu dandeessa.



Fayyaa uummataa eeguudhaaf, akkasumas nyaataa fi wantoota baay'ee barbaachisan namoota rakkoof saaxilamanif hiruuf; poolisii fi raayyaan waraanaa shoora taphachuu danda'u.



Of-eeggannoo fi nagaa ta'uuf appilikeeshinii moobaayilii ammayyaa (ismaartifoon) kee irratti buufachuu ni dandeessa. Appilikeeshiniin kun yoo nama appilikeeshinii biraa kan kooroonaaf poozativii argate waliin qunnami dhihoo keessa jiraatte si dammaqsa. Akkasumas yoo poozativii argate, odeffanno ke dhunffa fi kan hin beekamne godhe eeggachaa, akka namoota si waliin tuttuqii dhihoo qaban kan ati silaa irranfachuu dandessu murteessuuf si gargaara.

NHS
COVID-19

Yoo England fi Wales kessa jiraattan, **NHS COVID-19 App** buufadhaa. Appilikeeshiniin kun namoota umuriin isani 16 ol ta'anif argama. Odeeffannoo dabalataa afaanota 11'n argachuuf kana ilaali: <https://covid19.nhs.uk/information-and-resources-translated.html>

NHS
SCOTLAND

Scotland keessa yoo jiraatte **Protect Scotland App** buufachuu dandeessu. Appilikeeshiniin kun namoota umuriin isani 16 ol ta'anif argama. Odeeffannoo dabalataaf kana ilaali: <https://www.protect.scot/>

HSC

Yoo gara kaabaa Ayirilaand jiraattan, **StopCOVID NI Proximity App** buufachuu dandeessu. Appilikeeshiniin kun namoota umuriin isani 11 ol ta'anif argama. Odeeffannoo dabalataaf kana ilaali: <https://www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-stopcovid-ni-proximity-app>

Seerota qoqobbii sochii naannoo kamiifuu bulchiinsichaa naannoo keessanii irraa mirkaneessaa.

Ingilizii keessatti,

<https://www.gov.uk/government/publications/coronavirus-covid-19-meeting-with-others-safely-social-distancing>

Iskootilaandi keessatti,

<https://www.gov.scot/publications/coronavirus-covid-19-protection-levels/>

Weelsii keessatti,

<https://sanctuary.gov.wales/covid-19>

Ayirilaandii Kaabaa keessatti,

<https://www.health-ni.gov.uk/publications/guidance-accompany-health-protection-coronavirus-restrictions-no-2-regulations-northern-ireland-2020>

Mallattoo yoo qabaatte maal goota?

Mallattoolee kanneen kan qabdan yoo ta'e:

- ho'ina qaamaa ol ka'aa – qoma ykn dugda keessan irra harkaan yoo qabdanitti ho'i baay'isee kan isinitti dhaga'amuu ta'e, ykn
- qufaa wal-irraa hin cinne, haaraa – kana jechuun yoo ammaa amma isin qufaasisuu kan eegale ta'e, ykn
- miira dhandhamachuu yookan urgeefachuu keessan yoo dhabdan yookiin yoo jijjirama argitan (aasmii) – wanta homaatu fuufachuu yookiin dhandhamachuu yoo hin danadeenye yookiin wanti dhadhanamtan yookin fuufatan isaa durii irra adda yoo ta'e



Tartiiba kana battaluman hordofuu qabda:



Adda of baasii: yoo xiqqaate guyyaa 10f mana turri akkasumas **maatii vaayirasii koronaan qabamuuf malaniif qajeelfama qofaatti adda of bassuu** hordofii. Namni maatii keessan keessa jiru yookiin kan si waliin qunnamtii dhi'oo qabachuu turee kamiyyuu guyyaa 10f adda of bassuu qaba.

Vaayirasii koronaaf qoratamii guyyaa mallattoon irratti argame kaasee guyyoota shanan jalqaba keessaatti: Namni kamiyyuu mallattoolee yoo qabaatee akka vaayirasiicha qabuu baruuf qoramuu danda'a. Qoratamuuf karaa 2 tu jira. Qorannoon bakka jirattutti geessifamu, yookin gara saayitii qorannoo deemuu ni dandeessa. Bu'aa qorannoo keessanii karaa ergaa gabaabaa, emeeyilii ykn bilbilaan fudhattu.

Vaayrasii koroonaa qoratamii



Qorannoo qabachudhaf yookin ajajudhaf toora oonlaayinii kana dawwadha <https://www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test> Yoo toora interneetii hin qabaanne, **Ingilizii, Weelsii** fi **Ayirilaandii Kaabaa** keessatti gara 119 bilbili ykn **Iskootilaandi** keessatti gara 0800 028 2816 bilbili.



Bu'aan qorannoo yoo negativii ta'e: yoo miira gaarii qabaatte fi kana booda mallattoo hin qabaanne ta'e adda of bassuu dhabuu dandeessa. Akkasumas miseensonni maatii keetii kan birro yookiin kan si waliin qunnamtii dhi'oo qaban adda of bassuu dhabuu danda'u.



Bu'aan qorannoo yoo poozativii ta'e: haftee qofaatti adda of bassuu guyyoota kurnan kee xumuruu qabda, akkasumas namni maatii kee keessa jiru yookiin kan si waliin qunnamtii dhi'oo qabachuu turee hundi guyyaa 10f adda of bassuu isaa itti fufuu qaba. Tajaajilli faanadhooftuu naannoo kee jiru hawaasa keessatti tamsa'ina vaayirasichaa dhaabuuf gargaarsa kee gafachuuf si quunnama. Dhiyeenya kana eessa akka turtee fi eenyu waliin qunnamtii dhi'oo qabachuu akka turte si gaafatu. Kun nama guyyaa 10 fi isaa ol ta'uu mana keessatti qofaatti adda of bassuu qabu adda baafachuuf barbaachisaadha.

Odeeffannoo dabalataaf:

Iskootilaandi keessatti, <https://www.gov.scot/publications/coronavirus-covid-19-test-and-protect-coronavirus-service/>

Ayirilaandii Kaabaa keessatti, <https://www.publichealth.hscni.net/publications/test-trace-protect-step-step-guide-and-translations>

Maatii vaayirasii koronaan qabamuuf malaniif qajeelfama qofaatti adda of bassuu



Gara hojii, mana barnoota, wal'aansa baqaqsanii hodhuu wal'aanaa waliigalaa, mana kuusaa qorichaa ykn mana yaalaa dhaquu dhiisuu



Meeshaa adda baafametti gargaaramuu ykn eega gargaaramtaniin booda qulqulleessuu



Namoota garaa garaa waliin qunnamtii dhi'oo taasisuu irraa of qusachuu



Nyaataa fi daawwaan akka manatti isiniif dhufu gochuu



Qajeelfama dawwatoota irratti jirru hordofuu



Yoo danda'ame qofaa rafuu



Harka keessan yeroo dha yerootti dhiqachuu



Bishaan baay'naan dhuguu



Mallattoolee dhukkubii of irraa hir'isuuf paraasitaamolii fudhachuu

Qajeelfama kana kabajuun keessan barbaachisaa dha, yoo kana hin goone adabamuu dandeessu.

Odeeffannoo dabalataatiif: <https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-stay-at-home-guidance>

Yeroo haagamiitiif qajeelfama adda of baasuu hordofuu qabna?

- Nami mallattoon kun irratti mul'atu kamiyyuu yoo xiqqaate guyyaa 10f adda of baasee mana turuu qaba.
- Yoo namoota biraa wajjin kan jiraattan ta'e, isaan illee namoota kan birootti akka dhukkuba kana hin dabarsineef adda of baasanii yoo xiqqaate guyyaa 10 mana turuu qabu.
- Garuu, yoo mana keessan keessa nami tokko mallattoon kun irratti mul'ate, guyyaa mallattoon kun irratti argame kaasee guyyaa 10f adda of baasee mana turuu qaba. Kana jechuunis guyyaa 10 kan caaluuf mana kan turu yoo ta'ellee.
- Yoo namoota umuriin isaanii 70 ykn isaa ol ta'e, nama dhibeen yeroo dheeraa irra ture, dubartii ulfaa ykn nama dandeettii qaamaa kan dhiibee ofirraa ittisu gad aanaa qabuu wajjin kan jiraattan yoo ta'e, jara kanaaf guyyaa 10f bakka itti turuu dandaa'an qopheessuufii.

Yooman NHS 111 quunnamaa?

- Baay'ee isin dhukkubee wantoota dur gootan, fakkeenyaaf kan akka TV daawwachuu, bilbila keessan gargaaramuu, waa dubbisuu ykn siree irraa ka'uu dadhabuu yoo isin quunname
- Mallattoolee isin irratti mul'atan mana keessatti yaaluu ykn to'achuu akka dadhabdan yoo isinitti dhagahame
- Haalli keessan isinitti baay'isee hammaataa yoo adeeme

Akkamittan NHS 111 quunnamaa?

Wanta itti aansuudhaan gochuu qabdan baruudhaaf karaa toora interneetaa tajaajila NHS 111 kan koroona vaayirasii (<https://111.nhs.uk/covid-19>) fayyadamuu dandeessu. Yoo tajaajila karaa toora interneetii fayyadamuu kan hin dandeenye ta'e 111 irratti bilbiluu dandeessu (kun bilbila tolaa ykn kan kafaltii maleeti). Irra deddebi'un "**eeyye**" gaaffii hundaaf deebiisuun afaan keessaniin turjumaana argachuu dandeessu.

Dhimma baaqattummaa kee irratti yoo yaaddoo qabaate hoo maal gochuu qabda?

Namoota heeyyama malee UK keessa jiraatan dabalatee, daawwattoota **Ingilizii** biyya alaa dhufan kamiyyuu haalota kanneenif kaffaltii **hin** gafatamaan:

- vaayirasii koronaaf qoratamuu (qorannoon akka ati vaayirasii korona hin qabaanne yoo agarsiiseyyuu)
- vaayirasii koronaaf wal'aanamu – garuu yoo yaali eegaltte fi qorannoon coronavirus akka hin qabaanne yoo agarsiisee, erga bu'aa qorannoo fudhttee booda wal'aansa argattuu kamifu kaffaltii gafatamuu dandeessa
- Wal'aansa daa'imman kan "multisystem inflammatory syndrome" qaban

COVID-19 dhaf qorannoo yookin wal'aansa qofa kan argattuu yoo ta'e waa'ee haala baaqattummaa ilaaluun hin barbaachisu.

Vaayirasiin koroonaa akka hin tatamsaaneef maal gochuun danda'a?

- Irra deddeebiin, yoo xiqqaate sekoondii 20f harka keessan saamunaa fi bishaaniin dhiqachuu keessan mirkaneessuu
- Gorsa waa'ee dammaqaa ta'uu fi eeggannoo taasisuu hordofuu
- Bakka jirattu irratti hundaun, gorsa haguuggii fuulaa fi Namoota waliin jiraatanii irra fageenya qaamaa meetira 2 eeguu hordofi.

Odeeffannoo dabalataaf:

- Qajeelfama NHS <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/>
- Qajeelfama Dhaabata Fayyaa Adunyaa: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>