

Raadraaca Kulanka ee COVID-19: Sida Ay u Shaqayso

Waxaa laga yaabaa inaad maqashay in (contact tracing) oo macnaheedu yahay raadraaca kulanka uu yahay hal dariiq oo hoos loogu dhigi karo faafitaanka COVID-19.

Laakiin waa maxay raadraaca kulanku?

Raadraaca kulanku waa raadinta dadka laga yaabo inay xanuunka COVID-19 qaadeen ama ay qaadiin karaan dadka kale iyo in loo sheego inay guriga joogaan oo ay ka fogaadaan dadka kale si aysan u qaadiin qofna.

Ka dib markuu qof ku qaado COVID-19, laba maalmood ka dib ilaa 14 maalmood waxa uu ku faafin karaa xanuunka dadka kale. Mudadan inta lagu jiro, waxa dhici karta inayna dadku dareemin inay bukaan laakiin wali way gudbbin karaan Xanuunka.

Tani waa sida uu xanuunku ugu faafo dad badan.

Raadraaca kulanku waa hal dariiq oo lagu joojiyo faafitaankan.

Waana tan sida ay u shaqayso.

Waaxda Caafimaadka Minnesota ayaa lagu wargaliyaa qof kasta oo laga helo COVID-19, sidii jadeecada oo kale. Haddii lagaa heley COVID-19, waxa kusoo wici kara wareysigaadaha kiiska COVID-19. Mararka qaarkood waxaa sidoo kale loo yaqaan raadraacayaasha Kulanka. Wareysigaadayaasha kiisasku waxa ay u shaqeeyaan waaxaha caafimaadka ee gobolka, deegaanka.

Wareysigaadayaasha kiisaska waxa ay kuu soo wici doona inay ku siiyaan macluumaadka ku saabsan COVID-19, wax kaa weyddiinyaan caafimaadkaaga, oo ay kaaga jawaabaan su'aalahaaga. Waxay marka hore kuu akhriyi doonaan wax loo yaqaanno xuquuqdaada. Macluumaadkani wuxuu ku saabsan yahay asturnaanta xogta oo wuxuu ku weyddiinaya inaad aqbalayso inaad la wadaagto macluumaadkaaga caafimaad. Macluumaadkaaga la lama wadaagi karo cidna oggolaanshahaaga la'aanteed.

Waraysigaadayaashu waxa ay ku waydiin doonaan dadkii aad la kulantay ama aad u dhawaatay laga soo bilaabo maalmo ka hor maalintii xanuunka lagaa heley. Guud ahaan qof kasta oo in ka badan 15 daqiiqo la joogay qofka xanuunka laga heley oo waliba u jiray masaafu dhaw waa lala xidhiidhayaa. Waraysigaadaha ayaa kaa caawin doona cidda ay tahay in lala xidhiidho.

Raadraaca kulanku waxa uu shaqayn karaa uun haddii aad adigu caawiso.

Haddii u waraysigaade ku soo waco, telafoonka ka jawaab. Hadduu ku dhaafu telafoonkoodu waxa lagu reebi doonaa fariin. Waa in aad dib u wacdo waraysigaadayaasha.

Waraysigaadayaashu markasta way kuu sheegi doonaan cidda ay yihiin, cidda ay u shaqeeyaan, iyo in ay COVID-19 kuu soo wacayaan. Marnaba ku waydiin maayaan lacag, sharciyadaada, Akoontadaada bangiga, kaarka bangiga, ama sooshal sakuuratigaaga.

Haddii aad doorbideyso inaad ku hadlin Ingiriisi, u sheeg waraysigaadaha. Waxay kuu soo heli doonaan waraysigaade ku hadla afkaaga ama waxay isticmaali doonaan turjumaan.

RAADRAACA KULANKA EE COVID-19: SIDA AY U SHAQAYSO

Waraysiqaadayaasha ayaa sidoo kale kula wadaagaya macluumaad – ay ka mkiid yihiin sida loo ilaaliyo dadka kula nool, iyo sida loo helo cunto, dawo and waxyaabaha aad u baahan tahay si aanad guriga uga bixin.

Inaga oo wada jirna, oo kaashanayna raadraaca kulanka iyo waraysiyo ayaynu hoos u dhigi karnaa faafitaanka COVID-19. Waad ku mahadsan tahay in aad waajibkaagii gudatay.

Minnesota Department of Health
Communications Office
PO Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
651-201-4989
health.communications@state.mn.us
www.health.state.mn.us

10/19/20 (Somali)

Si aad u hesho macluumaadkan oo qaab ka duwan ah, wac: 651-201-4989