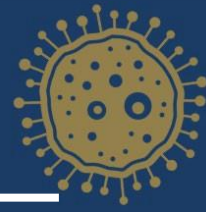


ከCOVID-19 ምርመራ በኋላ መደረግ ያለበት



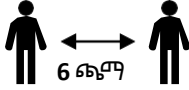
የCOVID-19 ምርመራ አሁን አደረጉ። አሁን ምን?

ዉጤቶችን ከማወቅዎ በፊት፡

የምርመራ ዉጤትዎን ለማግኘት ብዙ ቀናት ለወስድ ይችላል። ምርመራ ያደረጉበት ቦታ ዉጤትዎን ይነግርዎታል።

ዉጤትዎን እየጠበቁ እያሉ፡

- ቤት ይቀመጡ ናከሌሎች 6 ጫማ (2 ማንኛውንም) ይራቁ ቤትዎ ውስጥ እንኳን።



- በጠና ለመታመም ከፍተኛ ስጋት ከሌለበት ሰዓዊ (ሌሎች የጤና ችግሮች ያለዉ ወይንም ከ60 ዓመት በላይ የሆነ) ጋር እየኖሩ ከሆነ የበለጠ ይጠንቀቁ

- ሌሎች አካባቢ የጨርቅ የፊት መሸፈኛ ወይም ማስክ ይልበሱ



- በየጊዜዉ እጆችዎን ይታጠቡ



- ገጾችን በየጊዜዉ ያጽዱ



- ዕቃ እንደገዛሎት ወይንም ዕቃዎችን ወደ ቤት እንደያመጣሎት የሆነ ሰዓዊ ይጠይቁ



ምርመራዎ COVID-19 እንዳለብዎት የሚረዳዎት ከሆነ እስከሚሻልዎት ድረስ እነዚህን ነገሮች እያደረጉ መቆየት አለበት።

ምርመራዎ COVID-19 እንዳሌሉብዎት የሚረዳዎት ከሆነ

ከተቻለ ቤት መቀመጫ ይቀጥሉና ለ14 ቀናት ከሌሎች ጋር መገናኘትን ያስወግዱ ምክንያቱም ለታመሙ ይችላሉ። ይህ ደህናኛዉ አማራጭ ነዉ።

ያ ካልተቻለ ለ10 ቀናት ቤት ይቀመጡ ምልክቶች ከሌሉት። ወይም ለ7 ቀናት ቤት ይቀመጡ በ5ኛ ቀን የተወሰደ የምርመራ ዉጤት አሉታዊ ከሆነ።

ቤት መቀመጫ ካልቻሉ ምልክቶች መኖራቸዉን መከታተል ይቀጥሉ፤ የጨርቅ ፊት መሸፈኛ ይልበሱ፤ በየጊዜዉ እጆችዎን ይታጠቡና ከሌሎች ሰዎች 6 ጫማ ይራቁ።

COVID-19 ካለበት ሰዓዊ ጋር የሚኖሩ ከሆነ ያ ሰዓዊ ከተሻለዉ ቀን ጀምሮ ለ14 ቀናት በተቻለ መጠን ቤት ይቀመጡ ምንም እንኳን COVID-19 ባይኖርባችዎም።

ምርመራዎ COVID-19 እንዳለብዎት የሚረዳዎት ከሆነ

እስከሚሻልዎት ድረስ ከሌሎች ርቀዉ መቆየትን ይቀጥሉ።

ከተቻለ የተለየ መኝታ ክፍልና መጻዳጃ ክፍል ይጠቀሙ። ካልሆነ ሲተኙ ወይንም ሲናገሩ ቢያንስ 6 ጫማ ከሌሎች ይራቁ። ቤትዎ ውስጥ ካሉ COVID-19 ያለበቸዉ ሌሎች ሰዎች መራቅ አያስፈልግዎትም።

እርዳታ ወይንም መቆያ ቦታ ይፈልጋሉ?

ቤት ስለመቀመጥ ጥያቄዎች ካለዎት፣ ከሌሎች ተለይቶ የሚቆዩበት ደህና ቦታ ከፈለጉ፣ ወይንም እንደ ምንበሸቀጣ ሸቀጥ ግዢ ዓይነት ላሉ ነገሮች እርዳታ ከፈለጉ የኪንግ ካውንቲ COVID-19 ጥሪ ማዕከል በ 206-477-3977 ከጧት 8 AM – 10 PM ምሽት ይደውሉ። የጥሪ ማዕከሉ አስተርጓሚዎች አሉ።

ለምን ያህል ጊዜ ቤት መቀመጥ ያስፈልግዎታል ምልክቶች ካለዎት?



የያንዳንዱ ሰዓዊ ሁኔታ የተለየ ነዉ። ቤት መቀመጥ የሚኖርባቸዉ ጊዜ ርዝመት ምልክቶች ከታዩበት የጊዜ እርዝማኔ ይወሰናል።

ሌሎች ጋ መሆን ይችላሉ ከ፡

- 24 ሰዓታት ካለምንም ትኩሳት ና
- ምልክቶች መጀመሪያ ከታዩበት 10 ቀናት በኋላ * ና
- ሌሎች ምልክቶች ከተሻሉ በኋላ

*ከባድ ህመም ካለዎት እባክዎን የሃኪምን መመሪያ ይከተሉ