

ከሌሎች ጋር እንደገና መሆን የምችለው መቼ ነው?

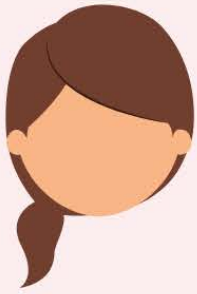
ራስን በማግለል (ከታመሙ) ከሌሎች ጋር መሆን የሚችሉት:

- ለ24 ሰዓታት ትኩሳት ሳይኖርቦት እና
- የመጀመሪያ ምልክቶች ከታዩ ከ 10 ቀናት በኋላ እና
- ሌሎች ምልክቶች መሻሻል ካሳዩ በኋላ ነው

ከሌሎች ጋር ራስን ለይቶ ማቆየት (መጋለጥዎን ካወቁት) የሚችሉት:

- ለመጨረሻ ጊዜ መጋለጥዎን ካወቁበት ጊዜ አንስቶ ለ 14 ሙሉ ቀናት እራስዎን አግልለው ካቆዩ (አስተማማኝ የሆነው አማራጭ) **ወይም**
- ለመጨረሻ ጊዜ መጋለጥዎን ካወቁበት ጊዜ አንስቶ ለ 10 ቀናት እራስዎን አግልለው ካቆዩ **ወይም**

ለመጨረሻ ጊዜ መጋለጥዎን ካወቁበት ጊዜ አንስቶ ለ 7 ቀናት እራስዎን አግልለው በማቆየት እና በ5ኛ ቀን ምርመራ አድርገው ውጤትዎ ኔገቲቭ ከሆነ



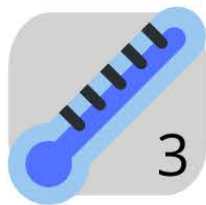
ትዕይንት 1

ኤሚ ስኞ እለት ታመመች። ሳሏ የተሻለት ከመሆኑም በላይ ሃሙስ እለት ምንም ትኩሳት አልነበራትም። ምንም እንኳ ወደ መደበኛ ጤንነትዋ እንደምትመለስ ቢሰማትም ፡ ከቤት ከመውጣትዋ በፊት እስከ ሚቀጥለው ዓርብ ድረስ (10 ሙሉ ቀናት) መጠበቅ ይኖርባታል።

ስኞ ማክሰኞ ረቡዕ ሳሙስ ዓርብ ቅዳሜ ዕብድ

ትኩሳት የጀመረበት

ትኩሳት ያቆመበት



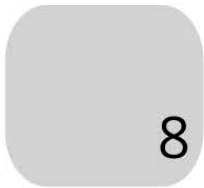
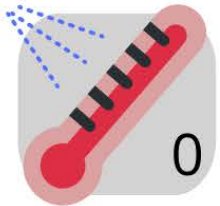


ትዕይንት 2

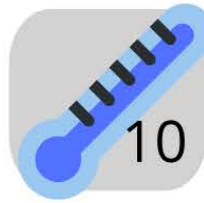
አልበርት ሰቅ ዕለት የታመመ ሲሆን ለ10 ሙሉ ቀናት ትኩሳት እና ሳል ነበረበት። ትኩሳቱ ከተሻለው በኋላ ለተጨማሪ 24 ሰዓታት እቤት መቆየት ይኖርበታል። ይህ ማለት እስከ ዓርብ ድረስ እራሱን አግልሎ እቤቱ ውስጥ መቆየት ይኖርበታል ማለት ነው። የመተንፈሻ አካላቶቹ ምልክቶች መሻሻል/ለውጥ እስካሳዩ ድረስ ቅዳሜ አለት ወደ ውጭ ሊወጣ ይችላል።

ሰቅ ማክሰቅ ረቡዕ ጎሙስ ዓርብ ቅዳሜ ዕሁድ

ትኩሳት የጀመረበት



ትኩሳት ያቆመበት





ትዕይንት 3

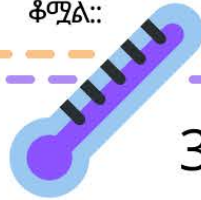
ግሬስ እና ሴት ልጅዎ በ COVID-19 ታመዋል። ሴት ልጅዎ ቶሎ ያገገመች በመሆኗ ከ10 ቀናት በኋላ ከቤት ልትወጣ ትችላለች። ግሬስ ከሳምንት በላይ ምልክቱ የታየባት በመሆኗ ትኩሳቷ ከተሻላት በኋላ ለ24 ሰዓታት እራስዋን አግልላ ማቆየት ይኖርባታል።

ሰኞ ማክሰኞ ረቡዕ ገመት ዓርብ ቅዳሜ ዕቃድ

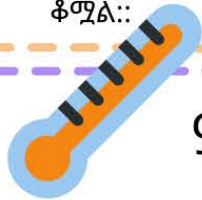
ግሬስ እና ሴት ልጅዎ በመታመማቸው እቤት መቆየት ጀምረዋል



የሴት ልጅዎ ትኩሳት ቆሟል።

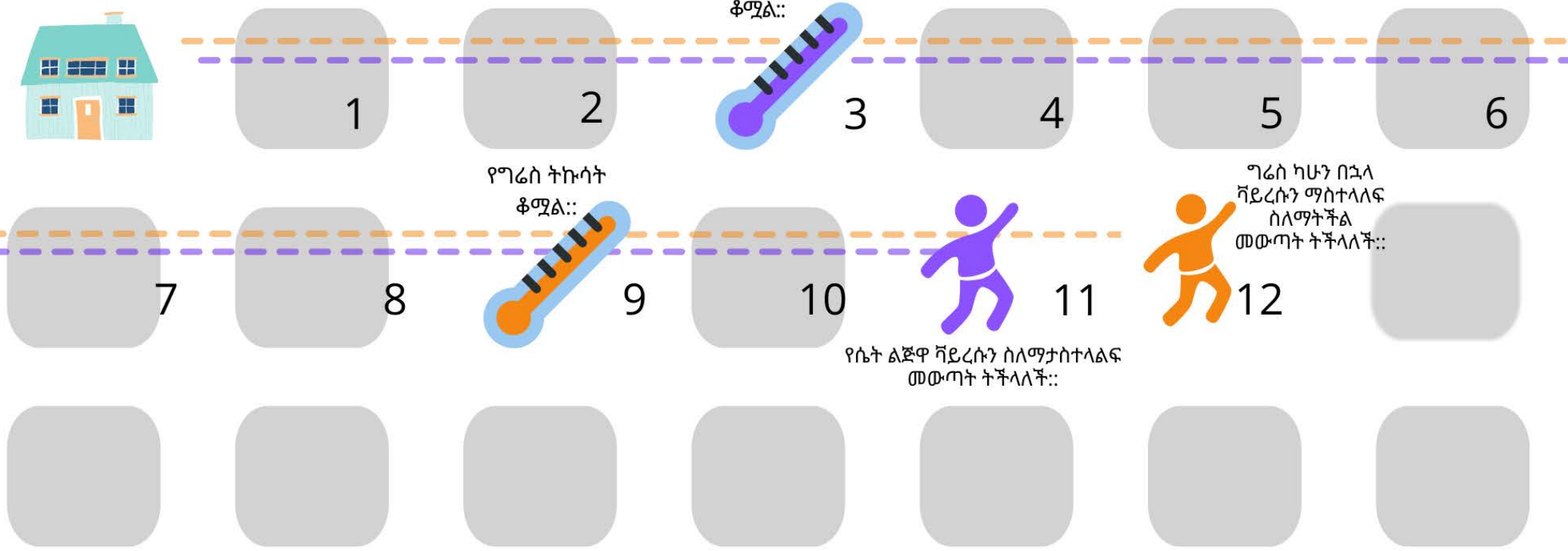


የግሬስ ትኩሳት ቆሟል።

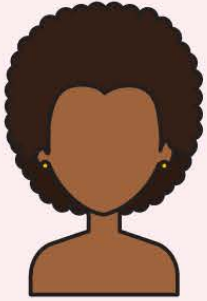


የሴት ልጅዎ ሻይረሱን ስለማታስተላልፍ መውጣት ትችላለች።

ግሬስ ካሁን በኋላ ሻይረሱን ማስተላለፍ ስለማትችል መውጣት ትችላለች።



ትዕይንት 4



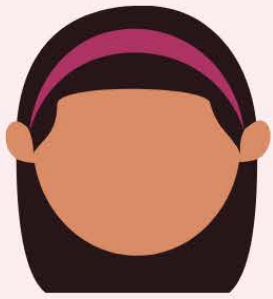
የሳሻ ጓደኛ ሰቅ ዕለት COVID እንዳለባት/እንዳለበት በማወቅ ለብቻ ባለ ክፍል ውስጥ እራሱን/እራሷን ይለያል/ትለያለች። ሳሻ በግሮሰሪ ስቶር ውስጥ በገንዘብ ተቀባይነት የምትሰራ ሲሆን እስካሁን ጤንነት ይሰማታል። ይሁን እንጂ ሳሻ ከታማሚ ጓደኛዋ ጋር የቅርብ ግኑኝነት ያላት በመሆኗ በቤት ውስጥ እራሷን አግልላ መቆየት ይኖርባታል። እርሷም ለ14 ሙሉ ቀናት (አስተማማኝ የሆነው አማራጭ) እቤት መቆየት መቻል ስላለባት ይህንኑ አድርጋለች። ሳሻ ፈጽሞ ምልክት አላሳየችም።

ሰቅ	ማክሰቅ	ረቡዕ	ኅመሳ	ዓርብ	ቅዳሜ	ዕብድ
----	------	-----	-----	-----	-----	-----

ሳሻ እራስዋን ለይታ እቤት ቆይታለች



	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14						



ትዕይንት 5

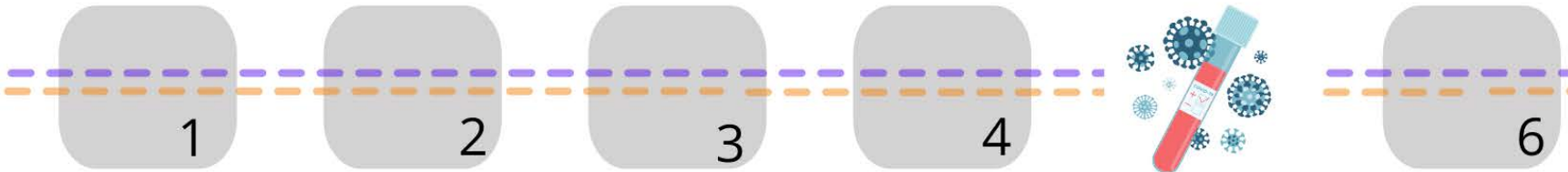
እሌና በምግብ ቤት ውስጥ ትሰራለች። አብሯት ከሚሰሩት ሰራተኞች አንዱ የ COVID ምርመራ አድርጎ ፖዘቲቭ በመሆኑ እቤት እንድትቆይ የተነገራት ቢሆንም በምግብ ቤቱ ውስጥ የሰራተኛ ዕጥረት ስላለ ቶሎ ወደ ስራዋ እንድትመለስ ይፈለጋል። ለ 7 ቀናት እራሷን ለብቻዋ በመለየት እና በ5ኛው ቀን ምርመራ አድርጋ ውጤቷ ኔገቲቭ ከሆነ ከ7 ቀናት በኋላ ወደ ስራዋ ልትመለስ ትችላለች። ይህ በእንዲህ እንዳለ ጎረቤቷ ፒተርም በሚሰራበት የመጽሃፍ መደብር ለቫይረሱ ተጋልጧል። ምርመራውን ሳያደርግ እራሱን ለይቶ ለ10 ቀናት እቤቱ መቆየት ይችል ዘንድ ተራውን ሊሸፍንለት የሚችል የስራ ንድፍ አለው። ከ10 ቀናት በኋላ ወደ ስራው ይመለሳል።

ሰኞ ማክሰኞ ረቡዕ ጎሙስ ዓርብ ቅዳሜ ዕቃድ

እሌና እና ፒተር እቤት መቆየት ጀምረዋል።



እሌና በ5ኛው ቀን ምርመራ አድርጋለች።



እሌና ወደ ስራዋ ተመልሷል።

ፒተር ወደ ስራው ተመልሷል።

