

Kusoo Dhawoow Barnaamijka Waxbarashada K-12 COVID-19

Waad ku mahadsan tahay iska qorista barnaamijka baaritaanka K-12 COVID-19. Waxaad ka caawinaysaa ardaygaaga, ardayda fasalkiisa iyo macalimiinta inay badbaadaan ayna joojiyaan faafinta caabuqa COVID-19.



MAXAA DHACAAYA MARKA XIGTA?

Kadib marka cunuga la diiwaan gasho, dugsigaaga ayaa ku siin doona:

- Tilmaamo ku aadan sida loo qaado sanbalka calyada la baaraayo.
- Kiishada aruurinta calyada (tuubada sanbalka calyada, dibaalada, iwm.) iyo cabirada bukaanka. Dugsigaaga ayaa go'aansan doona sida inta jeer ee lagu siinaayo kiishadahaan si aad ugu qaado baaritaanka asbuuclaha ah.
- Xog ku saabsan meesha iyo marka la qaadaayo sanbalka calyada (gudaha dugsiga ama guriga), maalinta asbuuca ee la keenaayo iyo meesha la keenaayo.

SIDEE AYAA SANBALKA CALYADA CUNUGAYGA LOO QAADI DOONAA?

Asbuuc kasta, waxaan qaadi doonaa sanbalka cunugaaga. Dugsigaaga ayaa go'aansan doona haddii arintaan lagu samaynaayo guriga ama dugsiga.

- **Ku qaadista sanbalka guriga:**
 1. Dugsigaaga ayaa ku siin doona kiishadaha asbuuc kasta.
 2. Raac tilmaamaha si aad u qaado sanbalka calyada cunugaaga subixii kahor intuusan dugsiga imaan maalinta keenista sanbalka.
 3. U sheeg cunugaaga inuu keeno sanbalka calyada barta sanbal aruurinta ee dugsigaaga.
- **Sanbalka Igu qaado dugsiga:**
 - Lagaama doonaayo inaad sanbalka qaado. Shaqaalaha Dugsiga ayaa qaadi doonta sanbalka calyada cunugaaga inta lagu jiro maalinta dugsiga.

MAXAA KU DHACAAYA SANBALKA CALYADA EE CUNUGAYGA?

Dugsigaaga ayaa sanbal aruurin doona, kadibna waxaa loo diri doonaa baaritaanka PCR ee OHSU.

GOORMA AYAAN HELAYAA NATIJOYINKA BAARITAANKA?

Waxaad heli doontaa natiijooyinka baaritaankaaga oo laguugusoo diraayo iimeel 1-2 maalmood kadib marka sanbalka la qaado ama la keeno dugsigaaga.

- Iimeelku wuxuu ka imaan doonaa OHSU Health (K12covidtesting@ohsuhealthmarketing.com) ayadoo ciwaankiisu noqon doono "Natiijada baaritaanka COVID-19 ee ardaygaaga."
- Haddii aadan helin iimeelka kadib 2 maalmood, fadlan eeg sanduuqaaga spam ka.
- Haddii aadan wali helin iimeelka, fadlan wac laynka COVID ee OHSU oo ah **833-647-8222**.

Fadlan ogoow: waxaan adegsan doonaa iimeelka iyo lambarka taleefanka rasmiga ah ee dugsigaaga ku hayo galkaaga si aan kaagalasoo xariirno natiijooyinka baaritaanka.

MAXAA LAGA WADAA NATIJOOYINKA BAARITAANKA?

- ⊕ Haddii natiijada baaritaanku sheegto “**waa la helay,**” taasi waxay ka dhigan tahay in shaybaadhka OHSU uu kaa HELAY fayraska. Tan waxaa sidoo kale loo yaqaanaa in lagaa “**helo fayraska.**”
- ❓ Haddii natiijada baaritaanku sheegto “**ma cadda,**” taasi waxay ka dhigan tahay inaan shaybaadhka OHSU xaqiijin karin natiijooyinka baaritaanka. Tani waxay ka dhigan tahay in ardayga aan lagana helin lagana waayin fayraska.
- ⊖ Haddii natiijada baaritaanku sheegto "lama helin," waxay ka dhigan tahay INAAN cunugaagu qabin COVID-19 xiliga sanbalka laga qaaday. Tan waxaa sidoo kale loo yaqaanaa in lagaa “**waayay fayraska.**”
- ⊗ Haddii natiijada baaritaanku sheegto "waa khalad" waxay ka dhigan tahay inaan sanbalku uusan lahayn qaybo ku filan si shaybaadhka OHSU u baaro

KA WARAN HADDII CUNUGAYGA LAGA HELO AMA NATIJJADU CADAYN WAYDO COVID?

Haddii natiijadu tahay “**laga helay**” ama “**ma cadda,**” waxaad heli doontaa wicitaan kaaga imaanaya kalkaaliso kaasoo wacaysa laynka COVID ee OHSU.

Waxay kaala hadli doontaa:

- Natiijada baaritaanka
- Sida la isku keli-yeelo (karantiilka)
- Daawaynta cudurka

Waxaad heli kartaa natiijada baaritaanka oo lagusoo dirayo iimeelka kahor intaanaan helin fursad aan kugu wacno, laakiin waan kusoo wacaynaa. Haddii aad qabto su'aalo degdeg ah, wac **laynka tooska ah ee OHSU COVID** ood ka wacayso **833-647-8222 dookha 5, 8** subaxnimo ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii.

Wixii xog dheeraad ah oo ku saabsan COVID-19, booqo www.ohsu.edu/coronavirus.