

ምስ ሕማም ኮሮናቫይረስ (COVID-19) ዘለዎ ሰብ ተቐራራብካ ኔርካ ዲኻ?

እዚ ሓበሬታ ነዞም ዝሰዕቡ ሰባት ዝምልከት እዩ፡

- ምስ COVID-19 ዘለዎ ሰብ ንዝተቐራረቡ
- ዝሓመሙ ወይ ዘይሓመሙ

እዚ ሕማም ዝሕዘካ ምስ ዝሓመመ ሰብ እንድሕር ተቐራራብካ እዩ። እዚ ማለት፡

- ምስ COVID-19 ዝተትሓዘ ሰብ ኣብ ሓደ ገዛ ትነብር እንተኾንካ
- COVID-19 ዘለዎ ሕሙም ሰብ ትሕብሕብ እንተኾንካ
- ምስ ካብ 6 ጫማ ርሕቀት ዝቐረበ ሕሙም ሰብ ልዕሊ 10 ደቂቓ እንድሕር ጸኒሕካ
- COVID-19 ዝተትሓዘ ሰብ ናባኽ እንተሰዒሉ ወይ ህንጥሸው እንተይሉ፣ እንተሰዒሙካ፣ ወይድማ ምሳኻ ብሓባር ምግብ እንተበለዎ።

መብዛሕትኦም COVID-19 ዘለዎም ሰባት ከቢድ ሕማም ኣየጋጥሞምን፡ እንተኾነ ውሑዳት ሰባት ናብ ሆስፒታል ምኻድ ከድልዮም ይኸእል እዩ። ረስኒ፣ ሰዓል፣ ከምኡድማ ናይ ምትንፋስ ጸገም ኣቶም ልሙዳት ምልክታት እዮም።

ናብ COVID-19 ዘለዎ ሰብ ቀሪብ ኔረ እዩ፡ እንተኾነ ጽቡቕ እዩ ዘለኹ። እንታይ ክገብር ኣለኒ?

ን COVID-19 ምስ ተቐላገኻ ኣብ ውሽጢ 2-14 መዓልቲ ክትሓምም ትኸእል ኢኻ። እንድሕር ምስ COVID-19 ዘለዎ ሰብ ተቐራራብካ ኔርካ ን 14 መዓልቲ ናብ ስራሕ፣ ትምህርቲ፣ ወይድማ ካልኣት ህዝባዊ ቦታታት ክትከይድ የብልካን። ከም ረስኒ፣ ሰዓል፣ ወይድማ ናይ ምትንፋስ ጸገም ዝኣመሰሉ ልሙዳት ምልክታት ክይህልዉኻ ንገዛእ-ርእሰኻ ተኸታተል።

ናብ COVID-19 ዘለዎ ሰብ ቀሪብ ኔረ እዩ፡ ሕጂ የሕመኒ ኣሎ። እንታይ ክገብር ኣለኒ?

እንተሓመካም ረስኒ፣ ናይ ምትንፋስ ጸገም፣ ወይድማ ሰዓል እንተሎካ ኣብ ገዛኻ ክትሰተር ኣለካ፡ ካብ ሰባት ክትርሕቕ ኣሎካ። ዕድሜኦም ልዕሊ 60 ዓመት ዝገበሩ፡ ጥንስቲ፣ ወይድማ ካልኣ ናይ ጥዕና ጸገማት ዘለዎም ሰባት ናብ ሓኪምም ደዊሎም ምስ COVID-19 ዘለዎ ሰብ ተቐራራቦም ከምዝነበሩን ሕጂ ናይ ሕማም ስምዒት ከምዘለዎምን ክፍልጡ ኣለዎም። እንታይ ክትገብር ከምዘለካ ክነግሩኻ እዮም።

ካልኣት ናይ ጥዕና ጸገማት ዘይብልካ ክንስኻ፡ ሓኪም ከተዘራርብ እንተደሊኻ፡ ናብ ሓኪምካ ደዊልካ ምስ COVID-19 ዘለዎ ሰብ ተቐራራብካ ከምዝነበርካ ክትነግሮ ትኸእል ኢኻ። ክትረኣይ ዝግበእካ እንተኾይኑ ክነግሩኻ እዮም። COVID-19 ዝፍውስ መድሓኒት የለን። ኣዚኻ እንድሕር ሓሚምካም ናብ 911 ክትድውል እንተደሊኻ፣ ነቲ እትድውሉ ሰብ ምስ COVID-19 ዘለዎ ሰብ ተቐራራብካ ከምዝነበርካ ንገሮ። እንተኸኢልካ፡ ክቐርቡኻ እንክለዉ ማስኬራ ግበር።

እዚ ሰነድ ብኸልእ መልክዕ ክትሓትት እንተደሊኻ፡ ብ 1-800-525-0127 ደውል። ጸማማት ወይ ዝጸንዖም ዓማዊል፣ ብኸብረትኩም ብ 711 ([Washington Relay](http://WashingtonRelay.org)) ደውሉ ወይድማ ኢሜይል ግበሩ civil.rights@doh.wa.gov።