

ምልክታት ናይ ሕማም የለን፡ ናይ ኮቪድ-19 መርመራ ኣየድልን

No Signs of Illness: No Need for COVID-19 Testing

ንምንታይ ናይ ኮቪድ-19 መርመራ ዘይግበረለይ፡

Why not test me for COVID-19?

ምልክታት ሕማም ሰዓል ይኹን ጉንፋዕ ወይ ካልእ ሕማም ስለ ዘይብልካ ኣብዚ ግዜዚ መርመራ ኣየድልየካን እዩ።

ናይ ብርትሽ ኮሎምብያ ማእከል ምቁጽጻር ሕማማት ዝኾነ ምልክታት ናይ ሕማም ንዘይብሎም ሰባት ናይ ኮቪድ-19 መርመራ ንኸይንገብረሎም ይመኽረና።

ንገዛእ ርእሰይን ንኸልኦትን ካብዚ ሕማምዚ ንምክልኻል እንታይ ክገብር ይኽእል፡

What can I do to protect myself and others around me?

- ኣእዳውካ ብማይን ሰምናን ብምሕጻብ ወይ መጽረይ ኢድ (ሃንድ ሳኒታይዘር) ብምጥቃም ብዙሕ ሰዕ ኣጽርይ።
- ዓይንኻ፡ ኣፍንጫኻን ኣፍካን ንኸይትገንክፍ ፈትን።
- ኣብ ጥቓ ዝተመሙ ሰባት ንኸይትቐርብ ፈትን።
- ክትስዕል ወይ እንጥሽው ክትብል እንከለኻ ኣፍካን ኣፍንጫኻን ሸፍን።
- ብብዝሒ ዝትንክፉ ነገራት (ከም በዓል ባንኮታት፡ ጣውላታ፡ መኽፈቲ መዓዶ ዝኣመሰሉ) ብምጽርራይ ኣምክኖም።
- ካብ ካልኦት ሰባት እንተ ወሓደ 2 ሜትሮ ክትርሕቕ ፈትን። (ኣካላዊ ምፍንታት)

ዝያዳ ሓበሬታ ካበይ ክረክብ ይኽእል፡

Where can I learn more?

ንኮቪድ-19 (ኖቨል ኮሮና ቫይረስ) ዝምልከት ሓጋዚ ሓበሬታ ዝሓዘ ናይ ኢንተርኔት ገጽ (ውብ ፔጅ) ተዳልዩ ኣሎ። ናይ ብብዝሒ ዝሕተቱ ትቶታት መልሲ ዘጠቓለላ እዩ። ነዚ ሊንክ እዚ fraserhealth.ca/coronavirus ብምጥቃም ወይ ነዚ ኣብዚ ጎኒ ዝረኣ ዘሎ ናይ ኪው ኣር ኮድ ስካን ብምግባር ናብቲ ሓበሬታ ዝሓዘ ገጽ ንምኽድ ይከኣል።

እዚ ኪው ኣር ዝበሃል ኮድ (ናይ ቅልጡፍ ግብረመልሲ ዝብል ቃል ኣእጽዮተ ቃል ኮይኑ) ብካሜራ ናይ ስማርት ተሌፎን ወይ ካልእ ተመሳሳሊ ነገራት ተጠቂምካ ስካን ምስ ገበርካዮ ናብቲ ዝተባህለ ገጽ ዝወስደካ ዓይነት ባርኮድ እዩ።

እንተ ሓሚመ እንታይ ክገብር ኣለኒ፡

What do I do if I get sick?

ናይ ሰዓል ወይ ናይ ጉንፋዕ ምልክታት እንተ ኣልዩካ (ምስዓል፡ ረስኒ፡ ናይ ኣካል ቅርጥማት ወይ ብሓፈሽኡ ደሓን እንተ ዘይተሰሚዑካ) ወይ ምልክታት ናይ ከስዐ ምቕልውላው (ሸውሃት ምዕጻው፡ ተምለስ፡ ውጽኣት) እንተ ርኢኻ፡

- ካብታ መጀመርያ ናይ ሕማም ስምዒት ዝተሰማዓትካ ግዜ ጀሚርካ ብቕልጡፍ ን10 መዓልቲ ንገዛኣ ርኣስኻ ካብ ካልኦት ኣብ ገዛ ገልል። (ርእሰ ግለላ ግበር) ኣብ ዝኾነ ግዜ BC Self-Assessment Tool ዝብል ተተቂምኩም ምልክታት ናይ ሕማምኩም ንምግምጋም ኣብዚ ሊንክ (bc.thrive.health) ተወከሱ።
- ድሕሪ 5 ክሳብ 6 መዓልቲ ክሕሸካ እንተዘይጀሚሩ ወይ ኣብ ዝኾነ ግዜ ብዘዕበ ሓማምካ እንተ ተሸቕልካ ናብ ዶክተርካ፡ ናይ 8-1—1፡ ወይ ናብ ህጹጽን መሰረታዊ ሕክምና ማእከልን ደውል (በታ ንምፍላጥ ነዛ ሊንክ ተጠቀም fraserhealth.ca/urgentcare).
- ድሓን እንተድኣ ዘይተሰሚዑካ እሞ ህጹጽ ረድኤት ዘድልዩካ ኮይኑ እንተ ተሰሚዑካ (ብርቱዕ ናይ ምስትንፋስ ጸገም ወይ ቃንዝ ናይ ደረት እንተ ጌሩልካ) ናብ 9-1-1 ደውል። ኣገልግሎት ህጹጽ ረድኤት ዝህበ ትካላት ክፍታት እዩን ዘለዎ

