Go'doominta (Karantiilka) / Hagitaanka Ku Soo Laabashada Dugsiga

Arday kasta ama shaqaale kasta oo laga helo COVID-19 **waxaa looga baahan yahay** inay ku karantiilaan guriga 5 maalmood oo buuxa iyadoo aan loo eegin heerka tallaalka.

Ruuxa ayaa soo laaban kara ka dib 5 maalmood oo buuxda ayaa ka soo wareegay tan iyo markii ey astaamuhu ka muuqdeen haddii:

- Qandho ma qaban 24-kii saac ee la soo dhaafay (daaw la'aan) **IYO**
- Astaamaha ayaa si weyn u soo roonaaday

Ruuxii aan marna astaamucu ka muuqan waxay soo laaban karaan ka dib markii ey isg'odoomiyaan 5 maalmood oo buuxa.

Maalinta 0 waa maalinta ugu horeysa ee astaamadaha. Shakhsiyaadka aan lahayn astaamadaha, maalinta 0 waa maalinta baaritaanka togan (positive). Tijaabada togan waxay bilaabataa muddada go'doominta, ku celcelinta baaritaanku waxba kama beddelayso shuruudda lagu karantiilo 5 maalmood oo buuxa. Shakhsiyaadka baaritaanka togan leh dhammaadka 5ta maalmood ee karantiilnimada, iyo/ama maalmaha 6-10, **waxaa looga baahan yahay** inay dhammaystiraan 10ka maalmood ee karantiilnimada buuxda. Baaritaanka maalinta 10 ka dib loogama baahna.

Ardayda iyo shaqaalaha ka soo laabanaya 5 maalmood oo go'doon ah waa inay xidhaan maaskaro si fiican uxakamysan markay ey dadkale ku dhow yihiin maalmaha kale 6-10. Haddii aanay awoodin inay xidhaan maaskaro si fiican u xakamaysan, shakhsiyaadku waa inay ku dhammaystiraan go'doomin buuxda oo 10 maalmood ah guriga.

Ardayda iyo shaqaalaha ayaa sidoo kale lagu dhiirigelinayaa inay isbaaraan ka hor intaysan soo laaban. Shakhsiyaadka uu ku dhacay COVID-19 90-kii maalmood ee la soo dhaafay waa in ay isticmaalaan baaritaanka antigen-ka, maadaama baaritaanada PCR ay sii ahaan karaan kuwo wanaagsan xitaa haddii uusan jirin caabuq cusub ama firfircoon.

Isu GudbintaQoyska
Iyadoo aan loo eegin heerka tallaalka, saaxiibada guriga wada gala ama xubnaha qoyska oo ey suurto gal tahy in ey isu gudbuyaan COVID-19 waxaa lagu dhiirigelinayaa inay:

- Xiro maaskaro si fiican u xakamaysan marka aad ka ag dhowdahay kuwa kale ee khatarta sare ugu jira inay aad ugu bukoonaadaan COVID-19 10 maalmood ka dib soo gaadhista..
- Isbaar sida ugu dhakhsaha badan ee suurtogalka ah ka dib soo-gaadhista. Haddii baaritaanku noqdo negative, ku celi 24-48 saacadoodba shan maalmood ka dib soo-gaadhista

Ilaha Macluumaadka:
DOH Maxaa la sameeyaa haddii uu qofku yahay calaamad socodka socodka

Xisaabiyaha go'doominta iyo karantiilka

Caafimaadka Dadweynaha - Seattle & King County, COVID-19 macluumaadka iyo ilaha

DOH, COVID-19