Hagitaanka koronaha ee ku socda dugsiyada iyo xanaanooyinka

Xaaladda safmarka koronuhu way isbaddashay waxaanad moodaa in fayruska noociisa baddalan ee omikronku uu si dhakhso badan uu ugu faafayo bulshada. Faafitaana xanuunka ee batay wuxuu keenay in culays badan uu koro raadraaca cudurka iyo baadhitaanka cudurka. Maadaama goobaha baadhitaanka uu culays badan ka jiro laguma talinayo in baadhitaan shayb baadh ah lagu daro baadhitaanka guriga lagu qaaday, illaa ay jiraan xaalado baahi dheerad ah keenaya mooyee (fiiri qoraalka hoose).

Cudurka Omikron in ay dadku kala qaataan wuxuu qaataa marka ay ugu yartahay labo maalmood. Inbadan oo ka mid ah waxaay xanuunka qaadaan iyadoonan si sharci ah loo ogaanin ama cudurka la raadraacin. Xanuunka fayruska noocisan baddalan uu keeno badanka waa mid calaamadihiisu ay khafiif yihiin. Difaac tallaal oo uu buuxa (2 ama 3 tallaal) dadka haysta difaac fiican bay ka haystaan xanuunka noociisa culus.

Hagitaanka muwaadiniinta ku socdaa wuu isbaddali rabaa waana mid degmooyinku ay ku kala duwanyihiin. **Kanta-Hämee waxaa lagu talinayaa sida hoos ku qoran:**

1. **Ilmuhu wuxuu leeyahay calaamado khafiif ah oo cudurka koronaha ku habboon**

- **Haddii calaamado xanuun ay jiraan lama tagi karo dugsiga ama xanaanada.** Waa in guriga la joogaa ugu yaraan 5 maalmood
- Haddii ay calaamadaha xanuunku qaataan in ka badan saddex maalmood waxaan kugula talinaynaa inaad xidhiidhada iska ilaaliso illaa ugu yaraan 2 maalmood ad bilaa calaamad xanuun ahayd (isku gayn 5 maalmood ugu yaraan)
- Xubnaha qoyska ee anan calaamadaha xanuunka lahayn shaqada way tagi karaan haddii guriga inay ka shaqeeyaan aanay u suuroobaynin, carruurta iyo dhallinyartuna waxay tagi karaan xanaanada, dugsiyada iyo machadyada
- Dhammaan xidhiidhada dheeraadka ah oo dhan waxaa wanaagsan in la iska ilaaliyo
- Baadhitaanka fayruska koronaha ee sharciga ah looma baahno in la tago haddii calaamado khafiif ah la leeyahay. Haddii la rabo guriga ayaa baadhitaan la iskaga qaadi karaa. Marka baadhitaanka guriga la qaado haddii uu boositif noqdo waa mid la aamini karo laakiin haddii uu negatif yahay way dhici kartaa in wali korona la qabo. Haddii maalinta ku xigta haddana negatif uu noqto aaminaadiisu way sii siyaadaysaa.
- Haddii xubnaha qoyska ka tirsan qaar badan oo ka mid ah ay leeyihiin infekshan xubnaha neefsashada ku dhaca oo isku nooc ah oo 1-2 qof oo qoyska ka tirsan baadhitaanka guriga lagu qaado lagu arko in uu korona yahay looma baahna in dhammaan la wada baadho. Marka la xanuunsanayo waa in dadka qoyska ka baxsan anan lala kulmin.
- Haddii baadhitaanka gurigu uu negatif yahay, waxaa dugsiga la tagi karaa marka labo maalmood bilaa calaamad la yahay
- Haddii baadhitaanka gurigu uu yahay mid boositif ah, ogaysii dugsiga ilmahaaga natiijada baadhitaanka guriga.

2. **Qoyskayaga waxaa laga helay fayruska koronaha**

- Ilmaha anan calaamado xanuun lahayn ee anan la tallaalin waxaan ku talinaynaa in 5 maalmood oo karantiil ah qofku iskii u galo (= kasoo bilaabmaya xanuunka qofka qaba markii uu calaamadaha yeeshay).
- Labo jeer dadka la tallaalay waxaay dugsiga sii joogi karaan illaa ay calaamado xanuun isku arkayaan iyaga oo ilaalinaya nadaafadda gacmaha oo fiican iskana ilaalinaya inay cid kale la xidhiidhaan.

3. **Xaaladaha uu qofku xanuunka halis ugu galay dugsiyada iyo xanaanooyinka**

- Fasallada dugsiyada iyo kooxaha xanaanooyinka si toos ah karantiil looma galinayo.
- Dugsiyada iyo xanaanooyinka haddii qof xanuunka qaaday in laga qaado halis loogu galay raadraac dheeraad ah lama samaynayo xaaladdan lagu jirana lama ogaysiinayo ciddii halis u gashay.

4. **Goorma ayaay tahay in baadhitaanka koronaha ee sharciga ah la tago?**

- Haddii ay calaamado jiraan oo
  - qofku 12 sano jiro ama ka waynyahay:
    - daryeelka sooshalka iyo caafimaadka / naafada /bukaanka daryeelka caafimaadka/dadka macaamiisha inay u adeegaan shaqadoodu tahay
    - dadka ku jira kooxaha halista ugu jira xanuunka noociisa daran
    - dumarka xaamilada ah
    - dakda anan la tallaalin/xanuunsan hadda kahor > 18 sano
  - 12 sano jirka inta ka yar
    - haddii ilmaha calaamadihiisu ay khasbayaan in uu xirfadle caafimaad uu baadhitaan qofka u diro
    - haddii isla gurigi lagu noolyahay ama si joogto ah loola kulmo qof 16 sano ka wayn oo awoodda difaaciisu ay yartahay
  - Baadhitaanka guriga oo bositiif ah
    - haddii loo baahanyahay go'aan gooni u sooc ah oo dheeraad ah