

# አብ ሓጋይ ጥዕናኹም ዝተማልአ ድዩ እዚ

ነብስኹምን ፣ ኣዝማድኹምን ፣ መሓዝትኹምን ደሕንነትኹም ዝተማልአ ክኸውን መታን ኢና ንሕግዝ



**ናይ Covid-19 (ኮቪድ) ን ናይ ጉንፋዕ ኩትባት ውሰዱ**  
እቲ ናይ Covid-19 (ኮቪድ-19) መከላኸሊ ክትባት ምኽታብ እቲ ዝበለጸ መንገዲ እቲ ሕማም ገቢድ ጌሩ ከየጥቃዕካ ዝኸላኸል ናብ ሆስፒታል ዝኣክል ክትኣትው ዝከላኸል እዩ ። ስለዚ እቲ ናይ መጀመሪያ ክትባት ወይ ከኣ ካላይ ክትባት ወይ ከኣ እቲ መወሰኽታ ክትባት ተኸተቡ!  
እቲ ናይ ጉንፋዕ ክትባት እቲ ዝበለጸ መከላኸሊ እቲ ሓም ክይሕዘኩን እንተ ዳኣ እቲ ሕማም ሓዘኩ ከኣ ንኻልእ ሰብ ክይተመሓላልፎ ዝኸላኸል እዩ ።



**ማስኬራ ኩሉ ጊዜ ክትመልሱ ኣለኩም**  
ናይ Covid-19 (ኮቪድ-19) ሕማምን ናይ ጉንፋዕ ሕማምን ብቐሊሉ ቦቲ ነተንፍሶ ኣየር ክመሓላለፍ ዝኸእል ሕማም እዩ ። ነብስኹም ካብ እቲ ሕማማት ተኸላኸሉ ፣ ከምኡ እውን ናብ ካልእ ሰብ ክይተመሓላልፍ ትከላኸሉ ኣለኩም ፣ ኩሉ ጊዜ ማስኬ ክትመልሱ ኣለኩም ፣ ከምኡ እውን ናብ ካልእ ሰብ ክህዙም ሰብ ዘለዎ ክትወጹ ከለኩም ። ኣይትረስዕዎ ዋላ እቲ ሕማም ምልክት ኣየርእየኩም ከምኡ እውን እቲ ክትባት ወሲድኩም ዋላ ኹኑ ፣ ሕጂ እውን እቲ ሕማም ናይ Covid-19 (ኮቪድ-19) ናብ ካልእ ሰብ ክተመሓላለፎ ትኸእሉ ኣኢኩም ።



**ብተደጋጋሚ ምርመራ ግበሩ**  
ብተሓትት ሰባት እቲ ሕማም Covid-19 (ኮቪድ-19) ሓዘኩም ከሎ ምናልባት ወለሓንቲ ምልክት ክይገብረልኩም ይኸእል እዩ ፣ ኩሉ ጊዜ ምርመራታት ግበሩ ኣኢኩም ፣ እዚ ከኣ መታን ጥዕናኹም ጽቡቕ ከምዘለኩም ንምርግጋድን ፣ ከምኡ እውን መታን ካልእ ሰብ እቲ ሕማም ብዘይምፍላጥ መታን ክይተመሓላልፍዎ ።



**እንተ ድኣ ናይ እቲ ሕማም ምልክት ገርሖኩም ካብ ሰብ ክትግለሉ ኣለኩም ከምኡ እውን ምርመራ ግበሩ**  
ኩሉ ጊዜ ክትገብርዎ ዘለኩም - እንተድኣ ተጸሊእኩም ስጋብ ትሓውዩ ኣብ ገዛ ክትጸንጡ ይግባእ ። ሰዓል ድዩ ፣ ቁሪ ዲኹም ወሲድኩም ዋላስ ናይ Covid-19 (ኮቪድ-19) ሓማም እዩ ኣልካ ክትፈለገዎ ኣሸጋጋ እዩ። እንተ ድኣ ምርመራ ገርኩም ኣወንታዊ ዝኾነ ውጻኢት ሂሳብኩም እቲ ሕማም Covid-19 (ኮቪድ-19) ከምዘለኩም ብኸብረትኩም ካብ ሰብ ክትፍልዩኡ ኣለኩም ። እንተ ድኣ ውጻኢት ምርመራ ኣወንታዊ ክይኑ ብኸብረትኩም እቲ ካብ ሰብ ምግላል ዝተዋህበ ምርመራ ተኸተሉ ።



**እኩል ጽቡቕ ሓድሽ ኣየር ክህልው ኣለዎ**  
ኣብ ገዛ ውሽጢ ከለኩም ከምኡ እውን ምስ ካልኣት ሰባት ካብ ካልእ ቤተሰብ ክትራኸቡ ከለኩም ፣ መስኮት ክትከፍትዎ ኣለኩም ፣ ማዕጸታት ክትከፍቱዎ ኣለኩም ፣ ሓድሽ ኣየር ክእቱ መታን ኩሉ ነገራት ክፍት ክትገብርዎ ኣለኩም ። እዚ ከኣ ሓድሽ ኣየር ናብ እቲ ክፍሊታት ክኣቱ ክትግዞ እዩ ፣ እዚ ከኣ ነቲ ቫይራስ ኣብ እቲ ኣየር ዘሎ ካብ ናይ ሰብ ትንፋሳት ዝወጽእ ናብ ካልእ ሰብ ንኸመዮሓላልፍ ይሕግዝ ።



**ኢድኩምን ርቀት ካብ ካልእ ሰብ ምህላው**  
እዚ ቀሊል መምርሕታት ካብ ሰብ ርቀታ ምሕላው ፣ ካብ እቶም ምሳኹም ዝንበሩ ሰባት ዘይኮነ ፣ ከምኡ እውን ኩሉ ጊዜ ኢድኩ ምሕጻብ ፣ እዚ ከኣ ነቲ ሕማም Covid-19 (ኮቪድ-19) ቫይራስ ጥፍጥፍ ክመሓላለፍ ክብሉ ናብ ሰብ ብቐሊሉ ክይመሓላለፍ ክከላኸል ይኸእል እዩ ።