



ናይ ቀረባ ርክብ ዘሎካ ዲኻ/ኪ?



ምስ ኮቪድ-19 ዘለዎ ሰብ ን 15 ደቓይቕ ወይ ዝያድኡ ኣብ ውሽጢ 24 ሰዓታት ኣብ ሓደ ዝሓተኑ ርክባት ንስኻ/ኪ ናይ ቀረባ ርክብ ኣሎካ/ኪ።

| ን ኮቪድ-19 እንተድኣ ተቓሊዕካ (ናይ ቀረባ ርክብ እንተሎ) | ንካልኣት ንምዕቃብ ዘሎ ስጉምትታት |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ናብ ሓደ ኮቪድ-19 ዘለዎ ሰብ እንተድኣ ተቓሊዕካ ኮንካ፡ ምውሻብ ኣየድልዩን እዩ። ኮይኑ፡ ምልክታት ሕማም እንተድኣ ኣማዕቢልካ፡ ቀጥታ ተፈለን ን ኮቪድ-19 ድማ ተመርመርን!</p> <p>ተቓሊዕካ ማለት ድማ ኣብ ናይ 24 ሰዓታት ግዜ ን 15 ደቓይቕ ኣብ ሓደ ዝሓተኑ ማለት እዩ። (ንኣብነት፡ 3 ዝተፈላለዩ፡ ናይ 5 ደቓይቕ ርክባት ድማ ምስ ናይ 15 ደቓይቕ ምቕላዕ ማዕረ እዩ።)</p> <p>ኮቪድ-19 እንተድኣ ኣልዩካ፡ ቅድሚኡ ከም ሰዓል፡ መጺጽ ጎሮሮ፡ ውጻኣት፡ ድኻም ወይ ሕማም ርእሲ ዝኣመሰሉ ምልክታት ክስምዓካ ምጅማሩ ቅድሚኡ 2 መዓልቲ ነቲ ቫይረስ ምልባዕ ክትጅምር ትኽእል ኢኻ (ወይ 2 መዓልታት ቅድሚኡ ናትካ ቫይረስ ዝተረኸበ መርመራ ምውሳዱ፡ እዚ ድማ ፈጺምካ ሕማም እንተዘይተሰማዑካ)።</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 3 ክሳብ 5 መዓልታት ድሕሪ ምቕላዕካ ናይ ኮቪድ-19 መርመራ ውሰድ። • ኣብ ጥቓ ካልኣት ን 10 መዓልታት ብፍላይ ኣብ ዝሓተኑ ማስክ ግበር ኢኻ። • ን 10 መዓልታት ድማ ዝኣርእስኻ ምልክታት ከይህልወካ ብቀረባ ተኸታተል። <ul style="list-style-type: none"> • ምልክታት እንተድኣ ኣሎካ ኮይኑ፡ ኣብ ዝሓተኑ ካብ ካልኣት ድማ ክሳብ ናይ ኮቪድ-19 መርመራ ትገብር ኣይትቐረብን። ናይ መጀመርታ መርመራ ኣሉታ እንተኾይኑ ድማ፡ ካብ 24 ሰዓታት ክሳብ 48 ሰዓታት ተጸበን ከሙኡድማ ካልእ መርመራ ድማ ውሰድን። ምክንያቱ ገለ ሰባት ኮቪድ-19 ዘለዎም ኮይኖም ሽዑ ተመርጫሮም ከም ዘለዎም ኣይፍለጡን እዮም። • ናይ ኮቪድ-19 መርመራኻ ከም ዘለካ እንተድኣ ተፈሊጡ፡ ናይ ምፍላይ መምርሒ ተኸተል፡ https://bit.ly/AC-C19 • ኣብ ከቢድ ናይ ኮቪድ-19 ምትሕልላፍ ስግኣት ዘለዎ ቦታ ዝነበሩ፡ ዝሰርሑ ወይ ዝበጽሑ ሰባት ወይ ድማ ተነቓፊ ህዝቢ ዘለዎም (ንኣብነት፡ ናይ መእለዩ ሕሙማት ቤት፡ ናይ ዝህይብሎም መዕቆቢ) ካብቲ መሰሪሙ ማእከል ተወሳኺ መምርሒ ክኸተሉ ኣለዎም። |

መተሓሳስቢ: ምውሻብ ዘየድልዩኩም እንተ ኮይኑ፡ ን 10 መዓልቲ ካብ ኣብ ከቢድ ናይ ኮቪድ-19 ሕማም ናይ ምትሕልላፍ ስግኣት ዘለው ሰባት ምርሓቕ ሕሰቡ። እዚ ድማ ከም፡ ካልኣት እኹላት ሰባት፡ ምስ ሕዳር ሕማም ዝነበሩ ሰባት፡ ምስ ናይ ምክልኻል ሰርዓቶም ዘዳኸም ኩነት ዘለዎም ሰባት፡ ምስ ዘይተኸተቡ ሰባት እዩ። ዝያዳ ሓበሬታ/ምንጭታት ከኣ ኣብ <https://bit.ly/AC-C19> ርኽቡ

ን ክታቢታት ወይ ን ዶዝ ናይ መሓየሊ ዝግባኡም ምዃኑ ዝያዳ ሓበሬታ ንምርካብ፡ ብኸብረትኩም ኣብ'ዚ ብጽሑ www.bit.ly/Vx-Eligible1

ናይ ማስክ ኣገባብራ መምርሒ፡

ድሕሪ ምቕላዕ ጽብቕ ዝሰጠመ ማስክ ን 10 መዓልታት ምግባር ከኣ ንካልኣት ንምክልኻል ኣገዳሲ እዩ። ከመይ ጌርካ ማስክ ብ ኣድማዕነት ትጥቀም ንዝያዳ ሓበሬታ ከኣ፡ ብኸብረትኩም ናብ'ዚ መላግቦ ተወከሱ፡

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Get-the-Most-out-of-Masking.aspx>



**ALAMEDA COUNTY HEALTH CARE SERVICES AGENCY
PUBLIC HEALTH DEPARTMENT**

Colleen Chawla – Agency Director
Kimi Watkins-Tartt – Director
Nicholas Moss, MD – Health Officer

Contact
Public Health Department:
(510) 267-8000 Main Line
COVID-19 Information:
(510) 268-2101

www.acphd.org