

ቀጻሊ ዝሕተቱ ሕቶታት

ኣን ክሳብ መዓስ እዩ ኣብ ውሽባ ክጸንቑ ዘሎን?



ውሽባ እንታይ እዩ?

ውሽባ ንሓደ ናብ ኮቪድ-19 ዘምጽእ ሻይረስ እዚ ከኣ SARS-CoV-2 ተቓሊዑ ክኸውን ዝኸእል ሰብ ካልኣት ፈልዮ እዩ ዝዕቅቦ።



<p>ውሽብ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ዘይተኸትበ 	<ul style="list-style-type: none"> • ድሕሪ ናይ መወዳእታ ርክብኩም ምስ ኮቪድ-19 ዘለዎ ሰብ ብውሕዱ ን 5 መዓልታታ ኣብ ገዛ ጽንሑ። • ምልክት እንተድኣ ዘይብልኩም ኮይኑል ውሽባ ከኣ ድሕሪ 5 መዓልቲ ክውዳእ ይኸእል እዩ። <ul style="list-style-type: none"> ➢ ኣብ 5ይ መዓልቲ ወይ ድሕሪኡ፡ ቅድሚ ውሽባ ምውዳእኩም ናይ ኮቪድ-19 መርመራ ክትገብሩ ኣለኩም ➢ እቲ መርመራ ከም ኮሮና ዘለኩም እንተሓቢሩ፡ ናይ ምፍላይ መምርሒታት ተኸተሉ ➢ ክትምርመሩ እንተዘይኪኢልኩም ወይ ከኣ ክትምርመሩ እንተዘይደሊኹም፡ ክሳብ 10ይ መዓልቲ ክትውሸቡ ዝበለጸ እዩ። • ኣብ ጥቓ ካልኣት ሰባት ድማ ን ጠቕላላ 10 መዓልታታ፡ ግጥም ኣቢል ዝሕዘኩም ማስክ ግበሩ፡ ብፍላይ ከኣ ኣብ ናይ ውሽብ ገዛ ምድላዎት (ንተወሳኺ ሓበሬታ ኣብ ታሕቲ ዘሎ ናይ ማስክ ኣገባብራ መምርሒታት ርኣዩ)። • ምልክታት እንተዳኣ ጌርኩም፡ ብዝክኣል ኣብ ገዛ ጽንሑን ተመርመሩን። ክትምርመሩ እንተዘይኪኢልኩም ወይ መርመራኹም ፖዘቲቭ እንተኾይኑ፡ ናይ ምፍላይ ለበዋታት ተኸተሉ ኢኹም።
<p>ውሽባ የሎን</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ምሉእ ክታበት ዝወሰደ • ቅድሚ ናይ ኮቪድ-19 መልክፍቲ ኣብ ውሽቲ ዝሓለፉ 90 መዓልታታት 	<ul style="list-style-type: none"> • ኣብ 5ይ መዓልቲ ተመርመሩ። <ul style="list-style-type: none"> ➢ እቲ መርመራ ከም ኮሮና ዘለኩም እንተሓቢሩ፡ ናይ ምፍላይ መምርሒታት ተኸተሉ ➢ ፍልይ ዝበለ ድማ፡ ክሳብ 90 መዓልታታት ድሕሪ ናይ ኮቪድ-19 መልክፍቲ ድማ መርመራ ምግባር ኣይድልዩኩምን እዩ። • ኣብ ከባቢ ካልኣት ሰባት ን 10 መዓልታታት ግጥም ዝብለኩም ማስክ ግበሩ ኢኹም፡ እዚ ድማ ብፍላይ ኣብ ናይ ውሽብ ገዛ ቦታታት (ንተወሳኺ ሓበሬታ ናይ ማስክ ኣገባብራ መምርሒ ኣብ ታሕቲ ርኣዩ)። • ምልክታት እንተዳኣ ጌርኩም፡ ብዝክኣል ኣብ ገዛ ጽንሑን ተመርመሩን። ክትምርመሩ እንተዘይኪኢልኩም ወይ መርመራኹም ፖዘቲቭ እንተኾይኑ፡ ናይ ምፍላይ ለበዋታት ተኸተሉ ኢኹም። • እቶም ኣብ ልዑል ሓዲጋ ናይ ከቢድ ምልባዕ ናይ ኮቪድ-19 ከም ዘለዎም ዝፍለጡ ቦታታት ወይ ተነቀፍቲ ሰባት ዘለዎም ኣብኡ ዝነበሩ፡ ዝሰርሑ ወይ ቀጻሊ ዝኸዱ ሰባት (ንኣብነት፡ ናይ ነርሲንግ ገዛታት (nursing homes)፡ ኣብያተ ማእሰርቲ፡ መዕቆቢ ቤት ኣልቦታት) ድማ ተወሳኺ መምርሒ ካብቲ መሳሊጢ ክኸተሉ ኣለዎም።

መዘኻኸሪ (4/18/22):

Alameda County ናይ ከባቢ ናይ ጥዕና ክል ድማ ናይ CDC መምርሒታት ምክትታ ይቐጽል፡ እዚ ድማ ካብቶም ኣብ'ዚ ሕጂ እዋን ኣብ ናይ ካሊፎርንያ ክፍሊ ህዝባዊ ጥዕናን ከተማ በርክላይን (California Department of Public Health and City of Berkeley ዝተራዕሙ ዝተረረ እዩ፡ እዚ ድማ ናጻ ናይ ከባቢ ናይ ጥዕና ክልል እዩ። እዚ ኣብ ላዕሊ ዘሎ መምርሒ ድማ ን ዝተሓተ ግዴታታት ናይ Alameda County ይዝርዝር፡ እዚ ድማ 5 መዓልቲ ምስ ሓለፈ ሓዲጋ ምትሕልላፍ ክህሉ ይኸእል እዩ። ካብ ካልኣት ን 10 መዓልታት ምርሓቕ ድማ እቲ ውሕስነት ዘለዎ ኣማራጺ ኮይኑ ይቐጽል።

ክታበታት ወይ ናይ መሓየሊ ዶዝታ ይግባኣኩም እንተኾይኑ ንዝያዳ ሓበሬታ ድማ ብኸብረትኩም ኣብ'ዚ ብጽሑ፡ www.bit.ly/Vx-Eligible

ናይ ማስክ ኣገባብራ መምርሒ:

ድሕሪ ምቕላዕኩም ድማ ኣብ ሙሉእ እዘን 10 መዓልታታት ጽቡቕ ጌሩ ዝገጥመኩም ማስክ ምግባር ንካልኣት ንምክልኻል ኣገዳሲ እዩ። ከመይ ጌርካ ማስክታት ብኣድማዕነት ትጥቀም ከኣ ንዝያዳ ሓበሬታ፡ ብኸብረትኩም ኣብ'ዚ ሊንክ 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

Update: 4/18/2022