



ናብ፡ ሱሉም ኣብ Alameda County (ኣላሙዳ ካውንቲ) ዘለው ሰራሕተኛታት
ካብ፡ Nicholas J. Moss፡ MD, MPH, ቤት ጽሕፈት ጥዕና
ጉዳይ፡ መምርሒታት ምምላስ ናብ ስራሕ ናይ ሕማማትን ከምኡውን ናይ ቀረባ ርክባትን

ናይ Alameda County Public Health Department (ACPHD) (ኣላሙዳ ካውንቲ ወኪል ኣገልግሎት ክንክን ጥዕና፡ ከኣ ጥዕናን ውሕስነትን ናይ ነፍሲ-ወከፍ ኣብ Alameda County (ኣላሙዳ ካውንቲ) ዝነበር ሰብ ከረጋግጽ ይጽዕር። ንሕና ድማ ምስ ናይ ስተይትን ናይ ከባብን ግዴታታት ውሕስነት ቦታ ስራሕ ዘለኩም ተማእዘዝነት ነድንቕ። እዚ ድማ እንከላይ ምሕታት ምጥቃም ናይ ገጽ መሸፈኒ፡ ነፍሲ-ወከፍ 6 ጫማ ተፈላልዩ ከም ዝርሓቕ ምርግጽ፡ ምክያድ ቀጻሊ ዝኾነ ናይ ምልክታት ቁጽጽርን ከምኡውን ዝሓመሙ ሰራሕተኛታት ድማ ኣብ ገዛ ክጸንሑ ምሕጋዝ።

ከቪድ-19 ኣብ ማሕበረሰብና ሰፊሕ ዝርገሐ ጌሩ ኣሎ፡ ስለዝ ድማ ንስኹም እዚ ቫይረስ ዘለዎም ሰራሕተኛታት ይህልዉኹም እዮም። ብመሰረት ናይ ሰብ-መዚ ጥዕና ትእዛዛት፡ ከቪድ-19 ዘለዎም ሰባት ኣብ ገዛ ክጸንሑን ንውሱን ግዜ ድማ ካብ ካልኣት ክፍለዩን እዩ ዝጥለብ-እዚ ድማ ምልክታት ወይ ኩነታት ክታቦት ብዘየገድስ እዩ።

ብተመሳሳሊ ድማ፡ ናይ ናይ ሰብ-መዚ ጥዕና ትእዛዛት ከኣ ብዙሓት ናብ ከቪድ-19 ዝተቐልዑ ሰባት ኣብ ገዛ ክጸንሑን ካብ ካልኣት ክውሸቡን ይጠልቡ፡ እዚ ድማ ውሱን ዝኾነ መለክዒ እንተዘየማሊኡም እዩ።

እዚ ዝስዕብ መስመራት ወይ ሊንክታት ድማ ንኣስራሕቲ ናብ ናይ ሕጂ ናይ ምፍላይን ናይ ምውሻብን ግዴታታት ንምሕባር ክውዕል ኣለዎ። እንተድኣ/ሓይ ሰራሕተኛ ናብ ናይ ስራሕ ቦታ ክምለስ እንተድኣ ኮይኑ ከመይ ጌርካ ናይ ከቪድ-19 መርመራታት ትጥቀም፡ ኣስራሕቲ ድማ ኣብ እዋን ምውሳን ኣብዚ ኣብ ታሕቲ ዝርከብ ገጻት መርበብ ዘሎ መምርሒታት ክኸተሉ እዮም ዝተባብዑ።

- ናይ ሕጂ ናይ ምፍላይን ናይ ምውሻብን መምርሒታት ን ሓፋሽ ህዝቢ ድማ ኣብዚ ዝስዕብ ገጻት መርበብ ክርከብ ይክኣል እዩ፡ <https://covid-19.acgov.org/isolation-quarantine>
 - **መዘኻኸራ፡** ገለ ናይ ስራሕ ቦታታት ድማ ነቲ ትካል ብፍሉይ ዝኾውን ግዴታታት ወይ መምርሒ ኣለዎን (ንኣብነት፡ ኣብደተ ትምህርቲ፡ ሕክምናዊ መሳሰሎታት፡ መኣረመ መሳሰሎታት) ከምኡ-ከኣ ኣስራሕቲ ካብዚ ኣብ ታሕቲ ተታሓሲዙ ዘሎ ናይ ሰብ-መዚ ጥዕና ትእዛዛት ቀጥታ ተወሳኺ ሓበሬታ ክሓቱ ኣለዎም።
- ናይ ሰብ-መዚ ጥዕና ትእዛዛት ማለት ንምፍላይን ንምውሻብን ድማ ኣብዚ ክትረኽብዎ ትኽእሉ ኢኹም፡ <https://bit.ly/AC-HOO>
- ናይ ስራሕ ቦታታት ድማ ብተወሳኺ ምስ ግዴታታት ናይ Cal/OSHA ክኸዳን ክከታተሉን ኣለዎን፡ እዚ ድማ ኣብዚ ክርከብ ይክኣል እዩ፡ <https://www.dir.ca.gov/dosh/coronavirus/>

ACPHD ከኣ ሰባት ናብ ስራሕ ክምለሱ ናይ ምጽራይ ወረቐት ኣይህብን እዩ ከምኡ-ከኣ ጽሑፋት ድማ ካብ ሓካይምን ወሃብቲ ሕክምናን ድማ ተመረጽቲ ኣይኮኑን። እንተድኣ ሓይ ድሮ ከቪድ-19 ከም ዝነበሮ ዝፍለጥ ሰብ ድሕሪ 5 መዓልታት ካብቲ ተፈልዩዎ ዝነበረ ክወጽእ ዝኽእል እንተኾይኑ ንምውሳን መርመራ ከቪድ-19 ይግባር ኣሎ ኮይኑ፡ ናይ ኣንቲጂን መርመራ ክግባር ኣለዎ። መርመራታት PCR/NAAT ድማ ድሕሪ መልክፍቲ ን ገለ ሰሙናት ክሰብ ኣዋርሕ ዝበጽሕ ፖዘቲቭ (ዘለዎ) ኮይኑ ክጸንሕ ይኽእል እዩ፡ ኮይኑግን ሓይ ሰብ ገና ተለኺፍ ከምዘሎ ወይ ከምዘለብዎ ኣዋርሕ እዩ። ኣሉታዊ ዝኾነ መርመራ (ነጋቲቭ) ኣንቲጂን ምህላው ዝምረጽ ከኣ ሓይ ሰብ ቀቕድሚ መበል 11 መዓልቲ ካብቲ ተፈልዩዎ ዝነበረ ይወጽእ እንተሎ ጥራይ እዩ። እንተድኣ ሓይ ከቪድ-19 ዘለዎ ሰብ ናይ 10 መዓልቲ ምፍላይ እንተድኣ ወዲኡ እሞ ናይ ምልክታት መምዘኒ ኣማሊኡ (ምልክታት የለን/ምልክታት ይመሓየሱ እተለውን ከምኡ-ድማ ረስኒ ድማ እንተዘየለን)፡ ንሕና ተወሳኺ መርመራ ኣይንሓትትን፡ ከምኡ-ድማ ናብ ቦታ ስራሕ ንምምለስ መርመራ ክሕተት ኣይግባእን።

ንምትሕብባርኩም ከምኡ-ከኣ ነቲ ንማሕበረሰብና ድሕነቱ ንምዕቃብ ትጻወትዎ ዘለኹም ተራ ድማ ነመስግን።