

ኮቪድ-19 ከያዘው ሰው ጋር ቅርብ ግንኙነት ካልዎ ምን ማድረግ አለብዎ

ጥቅምት 12, 2021

ኮቪድ-19 ከያዘው ሰው ጋር የቅርብ ግንኙነት እንዳልዎ ማሰወዳደር ከረስዎ።



ራስዎን ያግልሉ

- ፓዘቲቭ ከሆነ ሰው ጋር የመጨረሻ ከተገናኙበት ጊዜ አንስቶ ለ10 ቀናት ያህል ራስዎን ያግልሉ። ራስን ለይቶ የማቆያው ጊዜ መቼ እንደሚቆም የህብረተሰብ ጤና ያሳውቅዎታል።
- ሙሉ ክትባት* ጨርሰው ምልክት ካልዎ ወይም በቅርብ ኮቪድ-19 ይዘዎ** ከነበር በማህበረሰብ ጤና እስኪልታዘዙ ድረስ ራስዎን ማግለል የለብዎትም። ከታች ያሉትን መመሪያዎች ይከተሉ።



በየዕለቱ ያሉትን የኮቪድ-19 ምልክቶች ይከታተሉ።

ሙሉ ክትባት ቢወስዱም* ወይም በቅርብ ኮቪድ-19 ይዘዎ** እንኳ የኮቪድ-19 ምልክቶችን በየዕለቱ ይከታተሉ። ከታች የተዘረዘሩትን ምልክቶች ይከታተሉ።



> 37.8°ሴ በላይ ትኩሳት እና/ወይም ብርድ ብርድ ማለት



ሳል



የመተንፈስ ችግር



የጣዕም ወይም መቅመስ ስሜት መቀነስ ወይም መጥፋት



ማቅለሽለሽ፣ ማስመለስ ወይም ተቅማጥ (እድሜ <18 ብቻ)



ድካም፣ የጡንቻ ወይም መገጣጠሚያ ህመም (18+ ዓመት)



የጉርር ህመም



የአፍንጫ መጠቅጠቅ ወይም የማይቆም የአፍንጫ ፈሳሽ



የሆድ ህመም



የራስ ምታት



ርዝ አይን



የምግብ ፍላጎት መቀነስ ወይም አለመኖር



ምልክቶችን ከሳዩ።

ወዲያውኑ የፕሲኦር ምርመራ ያድርጉ።

- በምርመራው ማዕከል የኮቪድ-19 ፕሲኦር ምርመራ ለማግኘት ቦታ ያስይዙ።
- ምልክቶች መታየት ከመጀመሪያው በፊት የፕሲኦር ውጤቱ ነገቲቭ ከሆነ፣ ድጋሚ ምርመራ ያድርጉ።
- ሙሉ ክትባት ከወሰዱ* ወይም በቅርብ በኮቪድ-19 ተይዘው ከነበሩ**፣ የምርመራ ውጤትዎ እስከሚመጣ ድረስ ቤት ውስጥ መቆየት እና ወዲያውኑ ራስዎን ማግለል አለብዎት።

የቤተሰብ አባላት ራሳቸውን ማግለል አለባቸው።

- የምርመራ ውጤትዎ ነገቲቭ እስከሚሆን ድረስ ሙሉ ክትባት* እስካገኙ ድረስ ወይም በቅርብ በኮቪድ-19 በሽታ ተይዘው** ካልነበር በስተቀር ሁሉም የቤተሰብ አባላት ራሳቸውን ማግለል አለባቸው።

ቀጣሪዎን ያሳውቁ ወይም የህብረተሰብ ጤናን በ 416-338-7600 ስ.ቁ ይደውሉ።



ምልክት ባይኖርም እንኳ ምርመራ ያድርጉ

- ምልክት ባይኖርም እንኳ፣ ሁለት ጊዜ የፕሲኦር ምርመራ መውሰድ አለብዎ፤ የመጀመሪያውን ምርመራ ወዲያውኑ መውሰድ፣ ሁለተኛውን ምርመራ መቼ መውሰድ እንዳለብዎ የህብረተሰብ ጤና መረጃ ይሰጥዎታል።

ራስዎን ሲያሉ፣ በቤት ውስጥ ያሉ አባላት ሁሉ።

- ሰው በሚሰበሰብበት ቦታ ለሌሎች ጥንቃቄ ለማድረግ ማስከ ማድረግ
- ህዝብ የሚበዛበት ቦታ ላይ አለመገኘት
- በእድሜ ገፋ ካሉ ሰዎች እና የጤና ችግር ካለባቸው ሰዎች ጋር ያለ ግንኙነት መቀነስ።
- ከሌሎች ሰዎች ጋር የሁለት ሜትር ርቀት ይጠብቁ።



*ሙሉ ለሙሉ የተከተለ ማለት የኮቪድ-19 ክትባት ከወሰዱ ከ 14 ቀናት በኋላ ወይም በአንታሪ የጤና ሚኒስትር በሰፈረው መሰረት የተሰጠውን ትርጉም ይይዛል።

**በቅርብ ጊዜ ኮቪድ-19 ተይዞ የነበረ ማለት ባለፉት 90 ቀናት ውስጥ ኮቪድ-19 ፓዘቲቭ የነበረ እና በህብረተሰብ ጤና ነፃ መሆኑ የተረጋገጠለት ማለት ነው።