

# Waxaad Samayn lahayd haddii COVID-19 laga hello agtaada

## Maxaa waajiba inaad samayso si aad amaan u ahaato?

Uga taxadar si siyaada ah goobta la wadaagayo:

- Sheyga dushiisa nadiifi ka hor inta aadan isticmaalin
- Isticmaal maacuunkaaga
- U dhaq gacantaada si joogta ah
- Qaado maaskiga markaad joogto gurigaaga dibadiisa ama martiyi kula joogto

Is baar isla markiiba haddii aad qabto mid ka ah astaamahaan:

- Qandho, dhaxan
- Neefta oo kuqabata
- Dhaxan & dhidid
- Sanka oo biya kaa socdaan
- Cuna xanuun
- Urka iyo dhadhanka oo luma
- Qufac
- Shubban



Xaqiiji inaad toos u aado guriga ka dib baaritaankaaga sugna natiijooyinka - waxay badanaa qaadataa 24 saacadood



## Maxaa dhacaya haddii aad u baahan tahay inaad isgooniyeesho?

Haddii lagaa hello cudurka ama qof aad isku dhowdhihin laga hello cudurka COVID-19 waxaad u baahan doontaa inaad isgooniyeesho 14 berri.

Halkaan ayaan joognaa si aan kuu caawino haddii taasi dhacdo.

Waxaan kaa caawin karnaa inaad hesho raashiin, daawo iyo alaabo kale.



Kooxdeena caafimaadka ka shaqaysa ayaa kula soo xiriiri doonaa si ay kuu eegaan kuuna siiyaan caawimo marka loo baahan yahay.



La xiriir goyska, saaxiibada iyo shaqaalaha kaalmaynta si aad ugu sheegto inay ogaadaan in laga yaabo inaad u baahan tahay in xiriir lagula soo sameeyo laguna kaalmeeyo

## Wixii kaalmo ah wac 5367 2000

We would like to thank and acknowledge cohealth for allowing Djerriwarrh Health Services use of this brochure



Free interpreter service available or call 131 450

