

ኣብ ገዛ ከትውሽብ ወይ ከትንጸል መልእኽቲ ተዋሂቡካ ዘሎ

መብዛሕትኦም ሕማም ኮረና ቫይረስ (COVID-19) ዘማዕብሉ ሰባት ዘርእይዎ ምልክታት ሕማም ፍኹስ ዝበለ እዩ። ገሊኦም ሰባት ግን ኣዝዮም ከሓሙ ይኸእሉ እዮም። ስለዚ ኸእ እዩ፡ እዚ ለበዳ እዚ ኣብ ምሉእ ሕብረተሰብ ከየስፋሕፍሕ ከንቕጻጸሮ ንጽዕር ዘለና። ገሊኦም ሰባት ብሓኪምም ካብ ገዛ ከይወጹ ተነገሮም ኣለዉ።

- እቶም COVID-19 ከምዘለዎም ብመርመራ ዝተረጋገጸሎም ሰባት ‘ኣብ ገዛኦም ኮይኖም ብምግላል/ምንጻል’ ምሉእ ብምሉእ ካብ ካልኣት እ ሰባት ክርሕቁ ኣለዎም።
- እቶም COVID-19 ከምዘለዎም ብመርመራ ዘይተረጋገጸሎም ሰባት፡ ግን ቦቲ ሕማም ተቓሊዶም ከኹኑ ዝኸእሉ ሰባት፡ ኣብ ገዛኦም ከውሽቡ ኣለዎም።
- እዚ ምውሻብ ንካብ ብዙሓት ሃገራት ናብ ኖርወይ ብመገሻ ዝመጹውን ዘገልግል እዩ።

’ኣብ ገዛ ምግላል/ምንጻል’ እንታይ ማለት’ዩ፡

እንተድኣ ሓኪምካ COVID-19 ከምዘለካ ነገሩካ ወይ ናይ መርመራ ውጽኢት ትጽቢይ እንተሊኻ፡ ምእንቲ ንኸልኣት ኸይትልክም፡ ምስ ካልእ ሰብ ዘለካ ኩሉ ርክብ ከተቐርጽ ኣለካ። ናይ ገዛ ምግላል ማለት ካብ ኩሉ ሰብ ክትርሕቕ ኣለካ ማለት’ዩ። እዚ ኹብቶም ምሳኻ ዝነበሩ ሰባት ምርሓቕ’ውን ዘጠቓልል እዩ። ንደገ ከትወጽ የብልካን፡ ኣብ ክፍልኻ ቢይንኻ ከትከውን ኣለካ። ኣብ ክፍልኻ ኳንካ ተመገብ፡ እትጥቀሙሉ ሽጎማኖታት ኸልኣት ክጥቀሙሉ የብሎምን። እቲ ሕማም እናበርትዎካ ምስ ዝኸይድ፡ ምስ ሓኪም ብተሌፎን 116 117 ተዘራረብ። ኣብ ሆስፒታል’ውን ክትግለል ትኸእል ኢኻ። እቲ ምግላል ክሳብ ሓኪምካ ካብ ረኽሲ ናጻ ምዃንካ ዝነግረካ ክቕጽል እዩ።

‘ውሽባ’ እንታይ ማለት’ዩ፡

እንተድኣ ሓኪምካ ከም ዘይሓመምካ ነገሩካ፡ ግን ንለበዳ ዝተቐላፀካ ኔርካ፡ ከትውሽብ ኣለካ። እዚ ብመገሻ ካብ ሓያሎ ሃገራት ናብ ኖርወይ ንዝመጹውን ዘገልግል እዩ። ካብ ገዛ ከትወጽእ የብልካን። ውሽባ ግን ከም ናይ ገዛ ምግላል ጽኑዕ ኣይኮነን። ውሽባ ማለት ምስ ካልእ ሰባት ዘለካ ርክብ ብዝተኸእለ መጠን ክጎድል ኣለዎ ማለት’ዩ። ምሉእ ብምሉእ ክትግለል ግን ኣየድልዩካን እዩ። ናብ ቤት-ትምህርቲ ወይ ስራሕ ክትከይድ የብልካን፡ ኣብ ህዝባዊ መጓጓዣ (ኣውቶቡስ፡ ትራም፡ ቴሌኒን፡ ባቡር፡ ነፋሪት ወይ መርከብ) ክትጎዳዝ የብልካን። ቢይንኻ ብእግሪ ክትጎዳዝ ግን ትኸእል ኢኻ። እንተድኣ ክትስዕል ጀሚርካ፡ ናይ ጎረቤት ረኽሲ ወይ ረስኒ ኣማዕቢልካ ወይ ዓጽረ ምስትንፋስ ገይርልካ፡ ምስ ሓኪም ብተሌፎን 116 117 ተዘራረብ። እቲ መርመራ ኣብ ኖርወይ ብነጻ ዝውሃብ እዩ።

ምውሻብ ካብታ መውዳእታ ንለበዳ ድሕሪ ምቕላፅካ ወይ ንኖርወይ ዝመጸእካሉ መዓልቲ ጀሚሩ ን10 መዓልታት ይቕጽል።

Informasjon til deg som har fått beskjed om å holde deg hjemme
Språk: Tigrinja
Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 11.11.20

ሓድሽ ሓበሬታ ከትረኩብ ተሽታተል!

ሰበ ስልጣን ኖርወይ ንኹሎም ኣብ ኖርወይ ዘለዉ ተቐመጥቲ ኣብ www.fhi.no ከምኡ ድማ www.helsenorge.no ብዛዕባ ኮረና ቫይረስ ኣውጺእዎ ዘሎ ኣገዳሲ ሓበሬታን ምክርን ከንብቡ ይምሕጸኑ። እቶም ዝወሃቡ ምክሪታት ከቀያየሩ ይኸእሉ እዮም። እቲ ሓበሬታ ብቑዕ ኖርወይን እንግሊዝን ክርከብ ይከኣል። እቲ ንምርድኡ ዝኸብደካ እንተ ኾይኑ፡ ትፈልጦም ሰባት ክሕግዙኻ ክትሕትት ነተባብዓካ።