

COVID-19

Muunada laga qaaday marinada hawada waxay muujinayaan inaad qaaday fayraska corona ee cusub COVID-19.

Aastaamaha COVID-19

Aastaamaha caadiga ah waxaa ku jiro qandho, dhuun xanuun, madax xanuun, muruq xanuun, qufac iyo neefsiga adkaado.



Daaweynta

Haddii aad qabtid aastaamo dhexaadka ah oo COVID-19

Haddii xaaladaada aysan halis aheyn uma baahnid inaad isbitaalka joogtid, waxaa lagu dirayaa guriga. Raac tilmaamaha hoose 'Markii aad guriga ku laabatid'.

Inta aad isbitaalka joogtid, waxaan qiimeyneynaa haddii baaritaan dheeraad ah aan laga maarmin

Inta aad isbitaalka joogtid, waxaan ku siin karnaa daaweyn caawin leh sida oksijiin iyo qalajiyayaal

Xaaladaha dhifka ah, daaweynta hawo siinta waa loo baahan karaa

Waxaad joogeysaa karintiilka inta lagu jiro waqtigaaga isbitaalka

Daawiiyinkaaga caadiga ah

Sida sharciga, waxaad ka heleysaa daawadaada daawooyinkaaga joogtada ah shaqaalaha.

La hadal shaqaalaha haddii aad qaadatid daawo gaar ah.



Markii aad guriga ku laabatid

Joog gurigaaga illaa aadan laheyn wax aastaamo ah oo 48 saacadood

Ka fogow inaad qaadsiiid kuwa kaa ag dhow

Si aad uga fogaatid inaad qaadsiiid dadka kale ee kaa ag dhow, waa inaad:

- kafogow taabashada dadka qoyskaaga illaa 48 saacadood kadib markii aastaamahaaga yaraadaan
- joogtey nadaafada gacmaha oo wanaagsan – dhaqqacmahaaga inta badan
- hubisaa in gurigaaga nadiif yahay

Sida loo nadiifiyo gurigaaga

Nadiifi musqusha/qubeyska, jikada iyo qolka qolalka aad dafantahay maalin walba adiga oo isticmaalayo kiimikooyinka nadiifinta caadiga ah.

Haddii ay jiraan musqul la wadaagay iyo qubeys qoyskaaga, nadiifi markaad isticmaashid kadib.

Ku dhaq shukumaanada, go'yada iyo kastuumooyinka heerkulka oo ugu yaraan ah 80°C. Ku dhaq dharka kale heerkulka ugu yaraan 60°C, sida dheer ee suurtoogalka ah.

Ogeysii xiriiradaada kugu dhow

La xiriir dadka aad la xiriireysay.

Xiriirkaaga dhow waa in la baaraa sida lagu qeexay hagida ee www.sst.dk.

•



Maalmaha naga horeeyo

La xiriir dhaqtarkaaga ama Adeega Dhaqtarka Degdega haddii xaaladaada ka sii darto

Tusaale ahaan, haddii aad la kulantid xabad xanuun, qandho soo laabatay ama korodhka yaraanshaha neefsashada.



Warbixin dheeraad ah

Warbixin dheeraad ah oo ku saabsan COVID-19

Maamulka Caafimaadka Danish waxay si joogta ah u cusbooneysiyaan websaydkooda (www.sst.dk).

Waxaad sidoo kale soo wici kartaa qadka fayraska corona 7020 0233.

Warbixinta ku saabsan COVID-19 waxaa looga helaa luuqado badan www.sst.dk.