

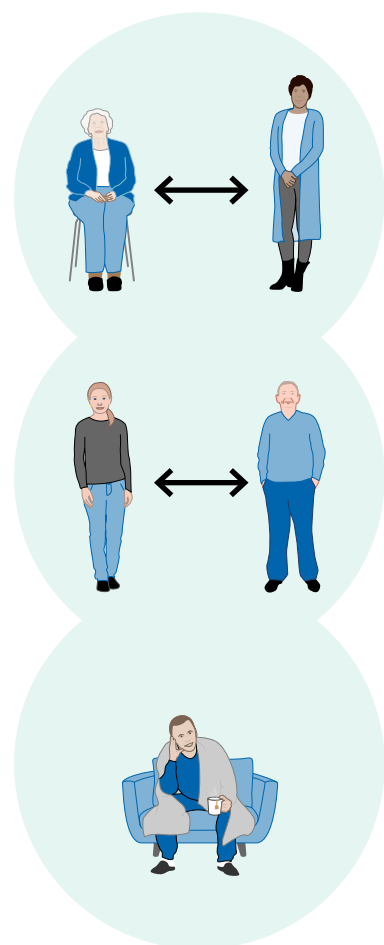
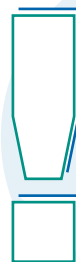
Weli isma tallaalin soo ma ahan mise qaybtii ugu horeeysay ayaa lagu tallaalay?

Tallaalka waa habka ugu wanaagsan oo looga badbaado in qofku u si halis ah cudurka ugu xannuunsado oona bulshada ku faafin cudurka [Covid-19].

Qofka adigoo kale ah oo ah qof wayn oona weli iska tallaalin cudurka [Covid-19] waa inaad tixgelin gaar ah u muujisa dadka ka tirsan kooxaha u cudurka halis u yahay iyo kuwa da`dooda ka wayn 70 sano. Waa inaad sidaas u dhaqanto xitaa haddii qaybta koowaad oo keliya lagu tallaalay.

Da`da wayn waa sababta ugu wayn ee u qofku si halis ah ugu xannuunsado cudurka [Covid-19].

Qof kasta waxaa xilsaaran in uu cudurka ka badbaadiyo dadka waawayn.



Ka ilaali xiriiriyada dhow dadka ka tirsan kooxaha u cudurka halis u yahay

Si gaar ah ugu taxadar inaad xajiso musaafada u ku jiro qofka halis u tahay in uu aad ugu xannuunsado cudurka, iyo kuwa 70 sano jirka ah ama ka wayn.

Xaji musaafadda

Xaji musaafadda ay dadka kale ku jiraan markii ay suurtagal noqo karto.

Iska ilaali inaad ku sugnaato goobaha ciriiriga ka jiro ama dad badan isugu yimaadaan.

Guriga joog haddii aad xanuusanayso

Sidii dad kale aadan cudurka u qaadsiiin darteeda waa inaad gurigaada iska joogto haddii aad xanuusanayso. Waa talo-siin ay khuseeyso qof kasta, xitaa ilmaha iyo dhallinyarada iyo xitaa dadka laba jeer la tallaalay. Shaybaar iska qaad haddii calaamadaha cudurka aad dareemayso, wuxuu khuseeya ilmaha da`dooda ka wayn lex sano.

Warbixin dheeraad darteed, fadlan booqo www.fohm.se



Folkhälsomyndigheten