In association with British Red Cross

Doctors of the World

Qajeelfama Vaayirasii Koronaa (Covid-19)

AFAAN OROMOO / OROMO

Gorsi kun, gorsa fayyaa fi odeeffannoo NHS irratti hundaa’uudhaan yammuu ta’u, gorsa fayyaa namoota UK keessa jiraatan hundaaf utuu biyya isaan irraa dhufan irratti hin xiyyeeffatin kan kennamuu dha.

Version 5 [01.06.2020]

Translated by: Transbless Translations

Baafata

Qajeelfama Vaayirasii Koroonaa (Covid-19)

Eenyutu caalmaatti carraa vaayirasii koronaatiif saaxilamuu qaba?

Yoo carraa saaxilamuu cimaa irra kan jirtan ta’e, akkamitti akka of eeggachuu qabdan

Maatii vaayirasii koronaan qabamuuf malaniif qajeelfama qofaatti adda of bassuu

Yeroo haagamiitiif qajeelfama adda of basuu hordofna?

Yooman NHS 111 quunnamuu qaba?

Akkamittan NHS 111 quunnamuu danda’a?

Dhimma baqattummaa koo irratti yoon yaaddoo qabaadhehoo maaltu ta’a?

Vaayirasiin koroonaa akka hin tatamsaaneef maalan gochuu danda’a?

Qajeelfama Vaayirasii Koroonaa (Covid19)

COVID-19 n dhukkuba haaraa kan somba keessanii fi ujummoo qilleensaa hubuu dha. Kunis vaayirasii 'coronavirus' jedhamuu irraa dhufa.

Tamsa'ina vaayirasii koroonaa kanaa dhaabuuf akka gargaarutti hamma danda'amaa ta'etti namni hunduu mana turuu qaba.

Kunis nama sadarkaa umurii hundumaa irra jiru ilaallata- yoo mallattoo kam iyyuu hin agarsiifne ta'e ykn dhibee fayyummaa kan biroo hin qabaanne ta'e illee.

Manaa kan ba'uu dandeessan:

- Gara suuqiiwwan banamuuf hayyama qabanii deemuun - waantota akka soorataa fi daawwaa argachuuf, akkasumas meeshaalee karaa toora interneetaa ykn karaa bilbilaan ajajaman fudhachuuf
- Sochii taasisuuf (ykn, yoo biyya Inglaandi kan jiraattan ta'e, yeroo keessan manaan alatti dabarsuuf) – yeroo manaan alatti sochii taasiftanitti, nama maatii keessan ala ta'e kamiiyuu irraa fageenya meetira 2 irratti argamuu keessan mirkaneeffachuu
- Tajaajila wal'aansa fayyaa barbaachisaa ta'e kamiif iyyuu, dhiiga gumaachuuf, miidhama ykn dhukkubbii ittisuuf, waan balaa hamaa fidu jalaa ooluuf, ykn kunuunsa taasisuuf ykn nama rakkoof saaxilame gargaaruuf.
- Gara bakka hojii deemuuf ykn iddoo hojii irraa deebi'uuf – garuu, kunumti iyyuu yoo mana teessanii hojjechuu kan hin dandeenye taatan qofaa dha

Yoo kan qabdan ta'e:

- Ho'ina qaamaa ol ka'aa – qoma ykn dugda keessan irra harkaan yoo qabdanitti ho'i baay'isee kan isinitti dhaga'amuu ta'e
- qufaa wal-irraa hin cinne, haaraa – kana jechuun yoo ammaa amma isin qufaasisuu kan eegale ta'e
- miira dhandhamachuu yookan urgeefachuu keessan yoo dhabdan yookiin yoo jijiirama argitan (aasmii) – wanta homaatu fuufachuu yookiin dhandhamachuu yoo hin danadeenyee yookiin wanti dhadhanamtan yookin fuufatan isaa durii irra adda yoo ta'e

Mana turru qabdu fi [qajeelfamaa maatii akka carraa faallamaa korona vaayrasiin qabame hordofu qabdu](#).

Walitti qabamuun namoota baay'ee daangeffamadha:

- Yoo **Biyyaa Inglizi** fi **Kabbaa Ayerlaand** keessaa jiraatuu ta'ee, hanga namoota 6tti maatii addaa addaa irraa walitti qabamuun ni heeyyamamaa.
- Yoo **Welsii** keessaa jiraatuu ta'ee, miseensi maatii lama walitti qaabamuu danda'a(maayeelli 5 keessaatti)
- Yoo **Iskootilaandi** keessaa jiraatuu ta'ee, miseensi maatii lama walitti qabaamuu ni danda'uu hanga baayinni garee nama 8 hin daabaretti
- Walitti qabamni kun bakkee fi mana duubaa dhunfaa qofaatti, ammaallee seeraa walitti fageenya hawaasa fi fageenya metirra lama namoota giddu jiru eegun ta'a.

Qajeelfama kana kabajuun keessan barbaachisaa dha, yoo kana hin goone adabamuu dandeessu.

Fayyaa uummataa eeguudhaaf, akkasumas nyaataa fi wantoota baay'ee barbaachisan namoota human hin qabneef hiruuf; poolisiin, qondaaltoti baaqatummaa fi raayyaan waraanaa shoora taphachuu danda'u.

Sababa vaayirasii koronaatiin, haal-dureen gabaasa wabii kan immigreeshinaa yeroodhaaf dhaabbateera.

Guyyaa gabaasaa isa itti aanu gadi fageenyaan isinii ibsuuf ergaan SMS kan isin qaqqabu ta'a .

Odeeffannoo dabalataa kan haala jijjiiram adeemsa koolu-galtummaaf marsariitii kana ilaalaa: https://www.refugeecouncil.org.uk/latest/news/changes-to-home-office-asylum-resettlement-policy-and-practice-in-response-to-covid-19/

Eenyutu caalmaatti carraa vaayirasii koronaatiif saaxilamuu qaba?

Vaayirasiin koronaa nama kamiin iyyuu baayee dhukkubsuu ni danda'a, haa ta'uu ammoo namooti tokko tokko irra guddaatti saaxilamuu danda'u.

Fakkeenyaaf, isin vaayirasii koronaatiif saaxilama guddaa qabaachuu dandeessu, yoo:

Jijjirama qaama bakka buufachuu yoo qabaattan

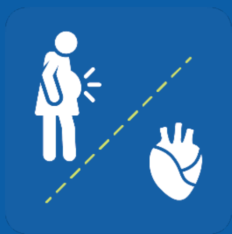
Wal'aansa dhukkuba kaansarii tokko tokko yoo qabaattan

kaansarii dhiigaa ykn kan lafee keessaa kan akka lukeemiyaa qabaattan

Rakkoo sombaa cimaa kan akka sayitik faybroosis'cystic fibrosis' jedhamu ykn asmaa cimaa qabaattan

Dhiibee (infekshinii) dhaan qabamuuf salphaatti kan saaxilamtan ta'e

haala hannisaa keessanii kan dadhaabsiisu qoricha yoo fudhataa jiraattan



Ulfa taatanii fi haala dhukkuba onnee cimaa ta'e qabaattan

Yoo warra saaxilama gudda qaban kanaan olitti eeraman keessan jira jettanii kan yaaddan ta'e fi xalayaa warra tajaajila fayyaa isiniif kennuu irraa hanga **Dilbata Bitooteessa 29, 2020** tti_hin arganne ta'e ykn wal'aana waliigalaa (doktoora) keessan isin hin quunnamne ta'e, doktora keessan ykn ogeessa kilinikaa waliin yaada qabdan haasa'aa. Yoo wal'aanaa waliigalaa (doktoora)hin qabaanne, DOTW UK . gargaarsaaf quunnamaa: **08081647** (kun bilbila tolaa ti) ykn emeeyilii clinic@doctorsoftheworld.org.uk

Yoo carraa vaayirasichaan saaxilamuu cimaa irra kan jirtan ta'e akkamitti akka of eeggachuun dandeessan

Yoo mallattoolee COVID-19 kan akka qufaa addaan hin cinne ykn dhagna-gubaa(ho'a qaamaa) haaraan kan mul'atu ta'e, gorsa ogeeyyii kilinikaa argtachuuf karaa toora interneetaa kan tajaajila vaayirasii koroonaa NHS 111 ykn bilbila NHS 111 gargaaramaa. Akkuma mallattooleen kun isin irratti mul'ataniin isa kana raawwadhaa.

Yoo carraa saaxilama vaayirasii koronaatiin dhukkubsachuu kan qabdan ta'e , wantootni biroo vaayirasichaan akka hin qabamneef gochuu qabdan jiru.

Isaan kunis:

- Mana keessanii ba'uu dhiisuu – waa bituuf gara suuqii deemuu yookiin qoricha fudhachuuf deemuu
    - We Yoo **Biyyaa Ingilizii** fi **Kabbaa Ayirelaandi** keessa jiraatuu ta'ee, miseensa maatii keessaanni waliin mana alaa turruu dandeessuu, yookiin yoo kophaa jiraatuu ta'ee, nama tokko maatii birraa keesaa waliin dabarsuu dandessuu – fageenya meetirraa 2 walirra fagachuun ta'a.
    - Yoo **Welsii** keessa jiraatuu ta'ee, shaakala gochuuf mana ba'uu dandeessu- fageenya meetirra 2 namoota birra irra fagaachuun ta'a.
- Walitti qabama kamiin iyyuu (hiriyootaa fi maatii waliin iddoo dhuunfaa keessaniitti kan godhamu dabalatee) hin taasisinaa
- Hanga danda'amaa ta'etti namoota mana keessan keessa jiran irraa meetra 2 (tarkaanfii 3) kan ta'u fagaachuu
- Nama fayyaa hin taane ykn kan mallattoolleen vaayirasii koronaa irratti mul'atu kamiin irraa iyyuu fagaachuu

Waa bituu ykn qoricha fudhachuuf hiriyoota keessan, maatii keessan, ykn olla keessan gaafadhaa. Fidanii babala keessan dura isiniif haa kaa'an.

Yoo deggersa waantota barbaachisoo ta'an kan akka soorataa argachuu barbaaddaniif, gargaarsa koronaa vaayrasii argachuuf asitti galmaa'uu dandeessu:

- Yoo biyya **Inglaandi** kan jiraattan ta'e: https://www.gov.uk/coronavirus-extremely-vulnerable
- Yoo **Ayirlaandii kaabaa** keessa kan jiraattan ta'e: https://www.adviceni.net/eform/submit/covid-support-referral
- Yoo **Iskootladi** keessa kan jiraattan ta'eef, 0800 111 4000 irratti bilbilaa
- Yoo **Weelsii** keessa kan jiraattan ta'eef, ibsa bal'aa xalayaa keessan(kan armaan olitti eerame) irraa kan argattan ta'a.

Yoo vaayirasii koronaattif carraa saaxilamuu guddaa kan qabdan ta'e of eeggachuuf gorsa guutummaa GOV.UK irraa dubbisaa: https://www.gov.uk/government/publications/guidance-on-shielding-and-protecting-extremely-vulnerable-persons-from-covid-19

Maatii vaayirasii koronaan qabamuuf malaniif qajeelfama qofaatti adda of bassuu

Gara hojii, mana barnoota, wal'aansa baqaqsanii hodhuu wal'aanaa waliigalaa, mana kuusaa qorichaa ykn mana yaalaa dhaquu dhiisuu

Meeshaa adda baafametti gargaaramuu ykn eega gargaaramtaniin booda qulqulleessuu

Namoota garaa garaa waliin qunnamtii dhi'oo taasisuu irraa of qusachuu

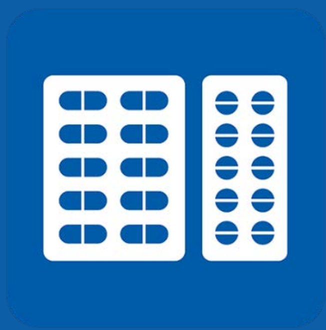
Nyaataa fi daawwaan akka manatti isiniif dhufu gochuu

Namonni isin gaafachuuf gara keessan akka hin dhufnee dhorkuu

Yoo danda'ame qofaa rafuu

Harka keessan yeroo dha yerootti dhiqachuu

Bishaan baay'naan dhuguu



Mallattoolee dhukkubii of irraa hir'isuuf Paraasitaamolii fudhachuu

Battaluma mallattoolee korona vaayrasi agarsiiftanitti qormataa gafachuu qabdu(bu'aan qormataa guyyoota 5 keessaatti baruu dandessuu): https://www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test. Karaa ittin isin qunnammuu dandeenyuu kennu qabduu fi bilbila moobayilaa hojjettuu qabachuu qabdu bu'aa qormatta keessaani karaa ergaa barrefama waan erginuuf.

Odeefannoo dabalataatiif: **https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-stay-at-home-guidance**

Yeroo haagamiitiif qajeelfama adda of baasuu hordofuu qabna?

- Nami mallattoon kun irratti mul'atu kamiyyuu yoo xiqqaate guyyaa 7f adda of baasee mana turuu qaba.
- Yoo namoota biraa wajjin kan jiraattan ta'e, isaan illee namoota kan birootti akka dhukkuba kana hin dabarsineef adda of baasanii yoo xiqqaate guyyaa 14 mana turuu qabu.
- Garuu, yoo mana keessan keessa nami tokko mallatoon kun irratti mul'ate, guyyaa mallattoon kun irratti argame kaasee guyyaa 7f adda of baasee mana turuu qaba. Kana jechuunis guyyaa 14 kan caaluuf mana kan turu yoo ta'ellee.
- Yoo namoota umuriin isaanii 70 ykn isaa ol ta'e, nama dhibeen yeroo dheeraa irra ture, dubartii ulfaa ykn nama dandeettii qaamaa kan dhiibee ofirraa ittisu gad aanaa qabuu wajjin kan jiraattan yoo ta'e, jara kanaaf guyyaa 14f bakka itti turuu dandaa'an qopheessuufii.
- Yoo mana keessa waliin turuun dirqama ta'e, hanga danda'ameetti walirraa fagaachuu yaaluu.

Yooman NHS 111 quunnamuu qaba?

- Baay'ee isin dhukkubee wantoota dur gootan, fakkeenyaaf kan akka TV daawwachuu, bilbila keessan gargaaramuu, waa dubbisuu ykn siree irraa ka'uu dadhabuu yoo isin quunname
- Mallattoolee isin irratti mul'atan mana keessatti yaaluu ykn to'achuu akka dadhabdan yoo isinitti dhagahame
- Haalli keessan isinitti baay'isee hammaataa yoo adeeme
- Mallattooleen isin irratti mula'atan guyyaa 7 booda jijjiirama fooyyaa'uu yoo agarsiisuu baate

Akkamittan NHS 111 quunnamuu danda'a?

Wanta itti aansuudhaan gochuu qabdan baruudhaaf karaa toora interneetaa tajaajila NHS 111 kan koroonaa vaayirasii ilaala:. (https://111.nhs.uk/covid-19).   Yoo tajaajila karaa toora interneetii fayyadamuu kan hin dandeenye ta'e 111 irratti bilbiluu dandeessu (kun bilbila tolaa ykn kan kafaltii maleeti). Tajaajila turjumaanaa kan gara afaan keessaniitti isiniif hiikuuf gaafachuu dandeessu.

Dhimma baaqattummaa koo irratti yoon yaaddoo qabaadhe hoo maaltu ta'a?

Dawatoonni biyyaa alaa gara biyya englizi dhuftan, dabalataan jirattoota heeyyama malee UK keessa jiraacha jirtan, kaffaltii hin gaafatamtannu:

- qorraanno koronaa vayrasiif(qorannoon keessan korona vayrasii irraa bilisa akka tatan kan muldhissuu yoo ta'eelle.
- yaala koronaa vayrasiif- yoo yaalammu jalqabdan fi itti aanee qoraannon keessan korona vayrasii irraa bilisa ta'uu muldhisee, kaffalti kammiyyu isin yaalidhaafi bu'aa qoraanno booda gotaanif

baqattootta ta'uu keessaanif mirkaannessu hin gafatamtannuu yoo qorannoo fi yaali korona vayrasiidhaaf qofaa ta'ee.

Vaayirasiin koroonaa akka hin tatamsaaneef maal gochuun danda'a?

- Irra deddeebiin, yoo xiqqaate sekoondii 20f harka keessan saamunaa fi bishaaniin dhiqachuu keessan mirkaneessuu
- Gorsa waa'ee dammaqaa ta'uu fi eegannoo taasisuun hordofuu
- Yoo isiniif danda'ame, bakkeewwan namni baay'atu kan fageenya meetira 2 eeggachuuf hin mijane kan akka geejiba hawaasaa fi suuqiiwwan xixiqqoo keessatti haguuggii fuulaa fayyadamuu.

Odeeffannoo dabalataaf:

- Qajeelfama NHS: : **https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/**
- Qajeelfama Dhaabata Fayyaa Adunyaa : **https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses**