



Australian Government



# Saamaynta COVID-19 ee muddada dheer

Badi dadka qaada COVID-19 waxay yeelan doonaan astaamo muddo gaaban ka dibna way bogsanayaan dhawr toddobaad gudahood. Waqtiga ay qaadato si aad uga bogsatid COVID-19 qof walba wuu ka duwan yahay. Tani waxay kuxidhantahay sida aad ugu xanuunsatey COVID-19. Waxay kaloo ku xidhnaan kartaa haddii aad qabtid xaalado caafimaad oo kale oo jira.

Waxaa jira dadka qaarkood oo la kulma dhibaatooyin caafimaad oo muddo dheer ah kadib markay qadaan COVID-19. Mararka qaarkood COVID-19 waxay qofka u keentaa inuu dareemo caafimaad darro bilo badan kadib markii uu xanuunku bilowga ahaa. Tan waxaa loo yaqaan 'COVID dheer'. COVID dheer wuxuu socon karaa toddobaadyo iyo bilo badan, xitaa ka dib marka qofku aanu hayn fayraska.

Xitaa dadka qaba infekshanka COVID-19 ee fudud oo aan u baahnayn inay cusbitaal galaan ayaa weli yeelan kara COVID dheer.

## Astaamaha COVID dheer

Astaamaha caanka ah iyo calaamadaha ee sii socon kara marka dadku marka hore qaadaan cudurka waa:

- daal
- neefsashada oo dhib ku ah
- qufac joogto ah
- laab xanuun
- xanuun wadajir ah
- tamar aan ku filnayn jimicsiga
- xumad
- madax xanuun
- Dhibaatooyin xagga xusuusta ah iyo dhibka si cad u fikiraya ('ceeryaanta maskaxda')
- diiqad ama walaac.

Waxyeellooyin badan oo muddo dheer ah oo ka yimid COVID-19 weli lama yaqaan. Tani waa sababta ay muhiim u tahay inaad sameysid wax kasta oo aad awooddo si aad naftaada uga badbaadisid inaad qaaddi fayraska COVID-19.

Tallaalku waa habka ugu wanaagsan ee lagu yarayn karo halista COVID-19.

Marka dad badan laga tallaalo COVID-19, waxay hoos u dhigtaa halista in fayrasku ku faafo bulshada dhexdeeda. Tani waxay horseedaa inay yaraadaan dadka uu ku dhaco COVID-19, taasoo yareynaysa tirada dadka la kulma COVID dheer.

## Wixii macluumaad dheeraad ah

Haddii aad su'aalo qabtid, la hadal dhakhtarkaaga, tag [health.gov.au/covid19-vaccines-languages](https://www.health.gov.au/covid19-vaccines-languages), ama wac Khadka Caawimada Coronavirus ee Qaranka (National Coronavirus Helpline) 1800 020 080. Adeegyada turjumaanka, wac 131 450.