

# CORONAVIRUS

## Waa maxay Korona Faayrus? (COVID-19)

Sida ay dhigeeyso Laanta Caafimaadka ee WHO, COVID-19 waa waa xanuun goor dhow bilowday balse ka mid ah faayrusyo badan oo la isku yiraahdo Coronaviruses. Calaamadaha guud waxaa ka mid ah, xummad, daalid, qufac qallalan, iyo marar qaarkood xanuun jirka oo dhan haya, sanko oo biyo ka socdaan, cune-xanuun, shuban. Dadka qaarkood wax calaamado ah ma laha oo maba xanuunsadaan.

## Yuu ku dhici karaa?

**Qof kasta.** Faayruskan waxaa faafin kara qof aan wax calaamado ah isku arkin, marka ka-hortaggidda ayaa muhiim ah. Xanuunkan waxaa halista ugu badan ugu jira waa waayeelka iyo dadka xanuunnada kale horay u qabay, sida wadne-xanuun, sokorow, xanuun neefsasho ah, iyo aaydhis, HIV. Dumarka uurka leh waa inay iyaguna taxaddaraan. Siyaabo kala duwan ayuu dadka ugu dhacaa, si fudud, si dhexdhexaad ah, ama si daran. Calaamadihiisu guud ahaan waa kuwa fudud. 1 ayuu 5-tii kiisba si daran ugu dhacaa.

## Waa maxay Calaamadihiisu?

Qof kasta calaamado iskuma arko, laakiin kuwa ugu badan waxaa ka mid ah:



Qufac



Xummad



Xanuun Jirka Dhan Qabta, Qarqaryo

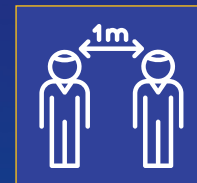


Naqaska oo Yaraada/ Neefsasho Dhib ah

## Sidee Baa Faafinta Loo Joojin Karaa?

**Qof aan xanuunsaneyn ayaa xataa dadka kale ku sii faafin kara faayruskan!**

Raac taxaddarka lagu faro xataa haddii aadan calaamado isku arkin



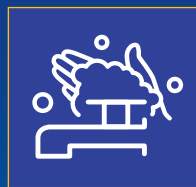
Tuubbooyinka biyaha iyo goobaha kale ee dadweynuhu ku kulmo, waa in laga fogaado 1 mitir meel kasta



Gacmaha ku dhaqo saabuun mar kasta ugu yaraan 40 ilaa 60 ilbiriqsi



kiimikada nadiifinta gacmaha (70% ama in ka sii badan) Haddii aadan haysan saabuun iyo biyo



Mar kasta nadiifi meelaha aad taabato sida meelaha albaabbada la qabto, tuubbooyinka, alaabada kale, iwm.



Markaad qufacayso ama hindhiseyso, isticmaal xaashi ama suxulkaaga



Ha salaamin hab ha siin dadka—gacanta u taag keliya!



Ha isku taaban wejigaaga (sanko, afka, indhaha)

## Ka Waran Haddii aan Xanuunsado?



Dadka aad la joogto kala dhex bax calaamadaha oo meel gaar ah ka joog ama meel gooni ah ka joog dadweynaha



Taleefan u dir goob caafimaad oo aad ka heleyso talo iyo caawimaad



ALIGHT