

Yaán ki?

Korunaváires ókkol óiye váires huázadé ek kisím or fuk. Korunaváires é aksér aam thándir dhoilla asór ókkol goré. KOVID-19 óiye dé nuwa ek kisím or korunaváires é foida gorédé bearam. 2019 Dhizambor ot yaán guñça duniyait fóilá cúru óiye.

Háñcáni ar hániccanír zoriya korunaváires ókkol fóiláza. Zodiyó kessú gurafuain óttu alamot ókkol dehá node, tar baujude yó hiin oinno zon or hañsé fóilí fare. Bec híssa gurafuain ottú sokhtó KOVID-19 ocúk noóibó.

Tuñár fua zodi KOVID-19 loi bearam óiyedé óile, hían ór ekbere aam alamot ókkol ki?

- Zor yáto hafani
- Hañc
- Mockil yáto joldi niyác félaní
- Hóiráni
- Gusso yáto gaa hoñrani
- Matá hoñrani
- Moza yáto háñir nobuzá
- Bic gola
- Nak jam yáto faní zórá
- Hoo aiyóon yáto aiyéfán lagoon
- Gaa lamani

KOVID-19 ólla theés gorá:

Gurafuain ókkol óttu KOVID-19 theés lagit fare de wojá ókkol:

- Bearam or alamot ókkol dehá zoon
- Nozade bearam, zeén neki kensar yáto amgurdár problem ókkol
- Hóspíthal ót táká
- Haçasírá yáto theés ókkol ór age

Theés gorár zaga ókkol:

- Maalumat ollá tuñár cóor yáto kouthír sehét dhipármén yáto tuñár fuar dhakthor
- Cek gorísoó: <https://www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/testing.htm>
- Tuñár zaibar age theés gorár zagat koól gorísoó. Hár zagat hár boc ór gurafuain ore theés nogoré. Tuñáttu oggwá epóinmén luaforitfare.

Zodi tuñár fua ré theés gorágiil: Añará notija ókkol loi zeddúr joldi fari tuñáre koól goríyüm. Notija ókkol aité 72 gónthá fujjonto lagitfare.

- **Zodi theés é dehár dé tuñár fua ttú KOVID-10 asé (positiv theés):**
 - Añará tuñáre notija ókkol loi koól goríyüm. Añará koól goríbar age yáto baade yó tuñúi notija ókkol sehét dhipármén óttu faitfare.
 - Gór ot tákíbólla ar gór ot oinno zon oré maháfuz rakíbólla lamar cíkaidiya ókkol mano.
 - Zodi tuñár fua hóspíthal ót óile, añará abará sámán ókkol findíyüm ar tuñáre adde tuñár fua ré ekkán muk gúróoni findíbólla hoiyúm.
 - Zodi tuñár fua ye ei thaim ot honó dhakthor deháitó sailé, yáto hóspíthal ót aibólla zorurot goríle, tuñáttu hítáraré zanai diyaforibó dé tuñár fua ttú KOVID-19 positív asé.
- **Zodi theés é deháiyé dé ki tuñár fua ttú KOVID-19 náí (negatív theés):**
 - Hían maaní yaán dé ki cáyod tuñár fua ttú oinno váires yá ocúk asé. Oinno boút váires ókkol asé zíin é KOVID-19 or dhoilla alamot ókkol foida goré.
 - Gór ot táká adde oinno elaj goróon ólla hían maáni ki añará tuñáre zanai diyüm.

Zodi tuñár fua ttú COVID-19 tákile, ki acá gorá foribó?

- 3 ottú 4 don ot mazé zon ókkol hámicá zagói.
- Aksér gurafuain ottú bálá lage 5 din or bútóre, lékin honótte hían ót 14 din fujjonto lage.
- Ekkán hañcáni 14 óttu 21 din fujjonto tákiza. Hían aró hóráf noónsá ar hían é niyác félaité mockil nogoróonsá. Zodi héndhílla óile, tuñár fuar dhakthor óre koól goró.

Zodi tuñár fua bearam óile, tuñár fua ttú bálá lagibólla, lamár híin gorisoó:

- Váires óre hára zafáan gorí fare de honó dabai náí. Antibiotics loi váires ókkol ór elaj gorá noza. Tuñár fuar jisím é thaim loi váires óre dáfái díbo ar alamo ókkol ólla modot goríbó.
- **Tuñár fua ré zor adde bic ollá dabai do.** Dui mac ór uore gurafuain dé bic, kusail, yá zor ollá acetaminophen (Tylenol®) loi faribó. Ehón or thaim ot, zor adde bic ollá acetaminophen óiye dé sóbsé bálá ufái. Ibuprofen ó estemal gorázaitfae. Ekkán zor or elaj gorá estemal goijjá dabai ottú aró beec dorhari.
- Tuñár fua ttú lage becá becí **aram ar fainná ciz ókkol:**
 - 1 bosór or lamar latura ókkol ólla: maar dud, formula yá Pedialyte do. Cádá faní nodiyó.
 - 1 bosór ór uore gurafuain ollá: Gatorade, sépgular roc, gular círáp, popsicle ókkol yá cádá faní do.
- Tuñár fua ye aró aásánir sáñte niyác félaité modot gorí bóllá sórod kúaiyá **háwá-bízóni** estemal goró. Híba sáf gorá ré taákid goijjó. Híba banaiyé dé kumpánir hédáyot ókkol estemal goró.
- Tuñár fuar nak ot **estemal goró Sélain** (nun-faní) geés yá fúñçá ókkol. Hían é cíyoin fatol óibólla modot goríbó.
- **Suñk thano** suñk buwóoni yáto NoseFrida® dhoilla zontro loi gura fuar nak ottú taáke tuñár fua ye aró bálá gorí niyác félaité modot goríbólla. Háná háa adde gúm zaar age yaán é modot goré.
- **Modú** estemal gorá zaitfare aró boro boiccá gurá fuar hañcáni elaj goríbólla. **Ek bosór or lamar latura ókkol óre modú nodoonsá.** Zodi tuñár fua 1 bosór óttu aró boro, adá camic modú dibar kucíc goró. Só bosór óttu aró boro gurafuain oré, 1 camic modú doo.
- **Duwan ottú loiya hañcánir dabai loi nohábaiyo** 6 bosór or lamar gurafuain oré.

Tuñár fémilí adde sómáj óre keén gorí sóisólámot rakíba:

- **Gór ot tákó.**
 - 60 bosór óttu áro becí boc ola manúic óttu duré tákó.
 - Elaaji saásita zoruri noilé gór ot tákó. Zetódin tuñár fua ttú hañcáni, cíyoin nagí ar zor táké, gór ot tákó.
- **Tuñár hát ókkol dúwó**
 - Sábún ar faní loi homot 20 sekén dúwó (ABC ókkol goó).
 - Gór ot asé dé manúic ókkol beggún é nizer hát oré barbar dúibó. Fuk ókkol fóilá re bon gorité yaán é modot goré.
 - Tuñúi ar tuñár fuian gór ot zehón aibá, háná bana, háafiya ar thatthi/gusól háná estemal gorá yáto pempás bodolar ager hát dúiyoo dé hían fakka goró.
- **Zuda gorído** bearam asé dé manúic ókkol óre zeddúr faro alog kamérá ókkol ót. Zodi mumken, alog thatthi/gusólháná estemal goró.

- **Cíyar nogoijjó** oinno manúic loi tál ókkol, fanír golóic ókkol, hánár sónhoddá, toilá ókkol yá bisáná ókkol. Estemal or baade, jiníc ókkol iín óre bilkúl sáábún ar faní loi dúifelóonsá.
- **Sáf goó ar fuk maro** hámicár dhoil tuñár gór óre, niyomi gór saf gorár gées ar fusóoni estemal goríore.
 - Nitti dórázade zaga ókkol óre fotti din saf goró. Kounthár ókkol, mez or fith ókkol, gusól hánár sámán ókkol, thaththi ókkol, fún okkól, kiíbudh ókkol, thebléth ókkol ar mez ór dhak okkól.
- **Ekkáon hoor or muk gúróoni findó zehón tuñúi baaré aam zagat zaiba** zoruri wojá ókkol loi zeén neki hánár mal yáto dabair duan
 - Muk gúróoni gán óttu tuñár gal adde nak záfá foribó.
 - Muk gúróoni gán ekkán rumal, saddor, yáto hoor or mask óifaribó. Dhakthori mask ókkol sehéti hédmot goróiya ókkol ólla rakázouk.
 - Muk gúróoni gán findár age adde baade, tuñár hát ókkol sáábún adde faní loi dúifeló
 - Ekkán Muk gúróoni dindár cómot fujjonto, tuñár muk nodóriyó.

Maamuli óizoon, zodi tuñar fua ttú KOVID-19 accíl dé óile (positív theés yá alamot ókkol):

Tuñár fua ttú gór ot táká foribó, tuñár fua ttú íi **beggún** sóiyi deháza fujjonto:

- Lagatar 3 din zor náí ar zor or dabai ókkol zorurot noór
- Alamot ókkol behétor deházar
- Alamot ókkol foílábar deházai yáto KOVID-19 dóráhái loti 10 din óiye

Tuñár elakayi sehét dhipármén óttu oinno hédáyot ókkol tákítfare. Híin óibódé tuñár elakat KOVID-19 hoddúr óiye dé hían ór buniyad or uore.

Hánggámi Kamérat zo, zodi tuñar fua ye:

- Niyác félar dé joldi, mockil, yáto niyác félaité bic lager hoilé.
- Becí gúm zar yáto tán faite becí mockil ór.
- Fainná ciz fii nofaré.
- Gaa fúwar alamot ókkol deháder, zeén neki souk ór fani sára handa, gal fúaná, yá 8 ottú 10 gónthá no muter, yá lorasora hom.

Tuñar fua ré fówrón dhako, zodi tuñar fua ttú:

4 din yáto aró lamba thaim zor 100.4 F yáto aró becí asé **ar**:

- Sektó feth bic
- Lal gáa
- Uñth la, fáçá
- Souk lal
- Golar ek dhák yá duní dhák ót fúlá giçílla ókkol
- Hát ókkol yáto théng fúlá

Tuñar fuar dhakthor, kiliník yá elakayi sehét dhipármén óre koól goró, zodi tuñar fua ttú:

- Zor ar hañcáni asé, lékin niyom mote niyác félar ar niyom mote fainná ciz ókkol háifarer.
- Golar bic zían dui din óiye yáto aró becí bic óiye.
- 100.4 F yáto aró becí zor zían 3 din ottú aró becí óiye.
- Ekkán hañcáni zían 7 loti 10 din ottú aró becí lamba óiye.
- Nak ottú faní zórá zían 14 din ottú aró lamba óiye.
- Souk óttu hóloiddá ketur neela zían cúru óiye ar ek din ottú aró becí óiye.

Tuñar fua yá fémilí ré saásita goríte modot goríbólla habos yaán bana giyé. Yaán óre elajji saásita gorá etebar gorá nozaibó. Tuñar sehét saásita goróiya loi hotá hoó cek gorá, elaj gorá ar lagatar zuhazug goríbólla.