

## Iska baaridda fayruska korona (COVID-19)

haddii aad xanuunsan tahay iyo qabtid hal ama ka badan ee calaamadahaan:

- qandho sare;
- qufac cusub oo dabo joog ah;
- luminta ama beddelka dhadhanka ama urka;

waa inaad joogto guriga iyo is-karantiisho (guri joog oo ka fogow dadka kale) 10 maalmood. Waa inaad xittaa is-baarto si aad u ogaato haddii aad qabtid fayruska korona.

### Sida la iska baaro

Waxaad samayn kartaa tijaabada suufka si aad u eegto haddii aad hadda qabtid fayruska korona. Waxaad xulan kartaa in tijaabada ku sameeyso:

- goobta tijaaboyinka kuu dhow, maanta tag si aad berri u hesho natiijada, ama
- xirmada tijaabada guriga.

Waxaa jiro tijaabo kale, lagu magacaabo [tijaabada unugyada difaaca jirka](#) si loo eego haddii mar horey kugu dhacey fayruska korona. Kani weli si baxaad leh looma helo.

### Yaa iska baari karo?

Waxaa baaritaanka samayn karo:

- laftigaaga, haddii aad hadda qabtid calaamadaha fayruska korona;
- qof kale aad la nooshahay haddii ay qabaan calaamadaha cudurka;
- haddii aad ku nooshahay England iyo lagaa codsaday inaad iska baarto ka hor intii aadan tegin isbitaalka, tusaale ahaan qalliin ka hor;
- haddii aad ku nooshahay ama wax ka barato aag fayruska korona ku faafey. Markii ay taariikhdu ahayd 6 Agoosto 2020 aagahaan waxay ahaayeen: Leicester, Luton, Pendle, ama Blackburn iyo golaha deegaanka Darwen)

Adeegga baaritaanka waxaa loogu talagalay qof walba ku nool England, Skotland, Wales iyo Waqooyiga Ireland.

### Goorta la sameeyo baaritaanka

Haddii aad qabtid calaamadaha fayruska korona, waa inaad iska baarto sida ugu dhaqsi badan. Waa inaad iska baarto 5ta maalmood ugu horeysa aad isku aragtey calaamadaha.

Ballan ka samey goobta baaritaanka si aad maanta baaritaanka uga sameyso [halkaan](#). Ama codso xirmada tijaabada guriga haddii aadan tegi karin goobta baaritaanka.

Maalmaha 1 ilaa 4, waxaa tijaabada ka samayn kartaa goobta baaritaanka ama gurigaaga. Haddii aad dalbanayso xirmada tijaabada guriga, waa inaad dalbato maalinta 4aad aad isku aragtey calaamadaha cudurka, samee 3da galabnimo ka hor.

Maalinta 5aad ee calaamadaha cudurka waa inaad tagto goobta baaritaanka. Waa xilli dambe oo lama dalban karo xirmada tijaabada guriga.

### Caawinaad radso si aad u codsato

Haddii aad dhibaato ku qabtid isticmaalka adeegga internetka, wac:

119 haddii aad joogto England, Wales ama Waqooyiga Ireland

Khadka wuxuu furan yahay 7 subaxnimo ilaa 11habeenimo.

Waxaad tegi kartaa buugga internetka si aad u dalbato tijaabada

<https://self-referral.test-for-coronavirus.service.gov.uk/antigen/name>

Haddii aad iska baareyso cudurka calaamadaha awgeeda, adiga iyo qof walba aad la nooshay ayaa la rabaa inaad guriga joogtaan ilaa aad ka heshaan natiijada. Kani wuxuu xittaa khuseeyaa qof walba ee qayb ka ah 'kooxdaada taageerida' (kaas micnaheedu waxaaa weeye qof keligiis nool, ama caruurtooda, iyo dadka ka socda qoys guri kale).

### Sida tijaabada loo sameeyo

Tijaabada waxaa saambal laga qaadi doonaa sankaga gudahiisa iyo qaybta dambe ee dhuuntaada, ayadoo la isticmalaayo qori dheer ee suuf leh.

Adiga kaligaa ayaa saambal iska qaadi karo (haddii aad tahay 12 jir ama ka wayn tahay) am qof ayaa kaa qaadi karo. Waalidiinta iyo xannaaneyayaasha waa inay carruurta ka yar 11 jir ka qaadaan saambalka.

#### Qof kale u codsiga tijaabada

Haddii dad kale aad la degan tahay ay qabaan calaamadaha cudurka, waxaad dalbi kartaa ilaa 3 xirmo tijaabo.

Haddii aad u dalbayso qof 13 jir ah ama ka wayn, weydii inay ku faraxsan yihiin inaad tijaabo u dalabto.

#### Haddii aad u baahan tahay talo caafimaad ku saabsan calaamadahaada

Waxaad caawinaad ke heli kartaa:

[England: NHS 111 talo-siinta fayruska korona ee internetka](#)

Wac 999 haddii aad xanuunsan tahay ama wax si xun u qaldan yahay.

Macluumaad ka badan ee khuseeya fayruska korona fadlan talada dowladda ka eeg <https://www.gov.uk/coronavirus>