

Xafiiska Adeegyada Naafanimada Kobaca (ODDS)

Ogaanshaha Xuquuqdaada inta lagu jiro COVID-19

Macluumaadka Asaasiga ah

Waxaa muhiim in dadka naafonimada garasheed iyo Kobceed ay ogaadaan inay xaq u leeyihiin isla fursadaha daryeelka caafimaad iyo xulashooyinka daaweyn ee qof kasta oo kale. Xaashidan xaqiigeed waxay qeexaysaa macluumaad muhiim ah oo dadka qaba naafonimada garasheed/Kobceed (I/DD) ay u baahan yihiin inay ogaadaan inta lagu jiro cudurka faafa ee COVID-19.

Laguula dhaqmi mayo si ka duwan kuwa naafonimaada awgeed.

- Waxaad aadi kartaa takhtar ama isbitaal sida dadka kale. Haddii aad leedahay astaamaha COVID-19 wac takhtarkaaga si aad u laguugu hago waxa aad sameyn doontid, markale soo wac haddii aad ka sii darto.
- Waxaad xaq u leedahay inaad dukumiinti sameyso oo aad hubiso in dadka kale ay yaqaanaan waxyaabaha aad doorbideyso ee daryeelka caafimaadka haddii aad jirato.
- Waxaad xaq u leedahay inaad hesho daaweynta aad u baahan tahay. Haddii aad qaadid COVID-19 oo aad ubaahantahay caawinaad neefsashada, waxaad xaq u leedahay inaad u hesho qalabka caafimaadka sida mashiinka neefsashada (ventilator).
- Uma baahnid wax aad isbitaalka uga baahnayn inaad saxiixdid.
- Laguugu ma diidi karo daweyn caafimaad naafonimaada awgeed.

Kahor intaadan aadin takhtarka ama isbitaal:

- La hadal dadka aad ku kalsoon tahay haddii aad rabto kaalmadooda go'aan qaadashada. Waa fikrad fiican in aad qorto waxa aad jeceshahay ee daaweynta caafimaad **ka hor** intaadan jiran. In kasta oo ay adag tahay in laga fikiro waa muhiim in aad qorto nooca daryeel ee aad rabto haddii aad xanuunsato. Isbitaaladu waxay raaci waxaad jeceshahay ee foomamka ku buuxiso. Eeg "Liiska Xheyraadka ODDS: Ogaanshaha Xuquuqdaada inta lagu jiro COVID-19" wixii macluumaad dheeri ah ee ku saabsan sida loo diiwaangeliyo dookhaaga daaweynta.

- La xiriir dadka muhiimka ah ee nololshaada si aad u hubiso inay ogaadaan inaad jiran tahay oo aad u tegayso daaweyn. Waxaa ka mid noqon kara xubnaha qoyska, asxaabta ama maamulaha kiiskaaga.
- Waad diidi kartaa ama ogolaan kartaa daaweyn kasta, sidoo kale waad beddeli kartaa fikirkaaga ku saabsan xulashooyinkaaga daaweynta waqti kasta.
- Hubso inaad haysato dukumentiyada aad u baahan tahay oo ay ku jiraan:
 - Qalab kasta oo isgaarsiineed oo aad u baahan karto, sida Boodhka Isgaarsiinta, iPad ama Tableet kale
 - Waraaqaha-rasmiga ee aad buuxisay si aad u diiwaangeliso doorbidyadaada daaweyneed
 - Macluumaadka xiriirka deg-degga ee dadka kugu dhow
 - Liiska dawooyinka aad qaadato, iyo wax kasta oo aad xasaasiyad u leedahay
 - Dukumiinti kasta oo aad ugu baahan tahay xaaladdaada caafimaad

Weydii bixiyayaashaada caafimaadka inay hubiyaan in nuqul ka mid ah macluumaadka lagu dhigo galkaaga caafimaad sidoo kalena hubso in qof aad ku kalsoon tahay ah uu helo nuqul.

Markaad tagto dhakhtarka ama isbitaalka

- Hubso inay yaqaanaan daaweyntaada iyo doorbidistaada is-gaarsiineed
- Haddii loo baahdo, weydii isbitaalka ama shaqaalaha rugta caafimaad inay si tartiib ah oo cad u hadlaan.
- Waad weydiin kartaa dhaqtarka wixii su aalo ah ee aad qabtid ama waxaad codsan kartaa macluumaad dheeri ah.
- Haddii ay jiraan waxyaabo gaar ah oo ku dhibaya ama kaa xanaajinaya, u sheeg bixiyayaashaada caafimaadka. Tusaale ahaan, haddii aad ka baqeyso cirbadaha ama dhiiga in lagaa qaado, u sheeg si ay u helaan dariiqooyin ay kuugu sahli karaan.
- Markaad lahadasho bixiyayaashaada caafimaad, waa inay kuu sheegaan dhammaan xulashooyinka kaladuwan ee lagugu daaweyn karo inta aad jiran tahay oo ay kujirto waxyeellooyinka dawooyinka lagu xulo.
- Waxaad soo kaxaysan kartaa xubin reerka ka mid ah ama qof kale oo ku caawiya in ay xanuunsanyihiin mooyee. Isbitaalada way xaddidi karaan booqdayaasha bukaanka COVID-19. Si kastaba ha noqotee, isbitaalada ayaa wali u oggolaan kara qof lagu kalsoon yahay si wehel ama taageero kuu siimaayan haddii taxaddarrada badbaada la meelmariyo. U oggolaan la'aanta hoy macquul ah waxay noqon kartaa ku xadgudub xuquuqdaada.

- Waxaa lagu weydiin karaa in aad rabto inaad buuxiso dardaaranka hore ama "Dib-U-Noolayn ha Hasamayn (DNR)." Khasab kuguma aha inaad saxiixdid wax aadan fahmin ama aadan dooneynin inaad saxiixdo.
- Haddii aad xannuunsan tahay oo ay tahay inaad seexatid isbitaalka, hubi in bixiyeyaashaada caafimaad ay ogaadaan inay u baahan yihiin inay u sheegaan kooxdaada taageerada. Markaad fiicnaatid ood ku laaban kartid gurigaaga, hubi in bixiyeyaasha caafimaadku ay la xiriiraan kooxdaada taageerada ka hor intaadan tegin ama lagu wareejin meel kale si ay u diyaar garoobaan oo ay kuugu keenaan wixii qalab ama daawooyin cusub ee dheeraad ah oo aad u baahan karto.