

## **Haddii xirfadle caafimaad uu ku taliyo inaad marto *baaritaanka Orthopoxvirus***

Guriga isku go'doomi si aad uga fogaato inaad cudurka u gudbiso dadka kale. Baaritaanka Orthopoxvirus waxa loo isticmaalaa in la go'aamiyo haddii ay dhici karto inaad qabto monkeypox (hMPXV).

Inta natiijooyinka aad sugayso, tallaabooyinka taxaddir ee soo socda qaad. Haddii cudurka lagaa helo, sii wad tallaabooyinka taxaddir ilaa bixiyahaaga daryeelka caafimaad kuu sheego inaad joojiso (caadi ahaan marka finanku kaa baaba'aan).

- Ku qari finanka, tusaale ahaan, shaadh gacmo dheere ah ama surwaal dheer.
- Haddii aadan si fudud u qarin karin finankaaga, ama finanku dheecaan leeyihiin ama aad leedahay qufac, cune xanuun, ama duuf/diliiliq, gooni uga bax xubnaha qoyska ee kale iyo xayawaanka guriga jooga.
- Iska ilaali isticmaalka bikaacada indhaha la gashto si aad uga fogaato caabuqa indhaha.
- Iska ilaali inaad xiirto timaha ku yaala meelaha finanka leh. Tani waxay keeni kartaa faafitaanka fayraska.
- Haddii ay suurtoagal tahay, isticmaal xamaam gooni ah oo ayna isticmaalin xubnaha qoyska ee kale.
- Ku gur qashinka ka yimaadda maryaha, faashadaha ama gacmo-gashiyada kiish caag ah oo xiran. Ku rid kiishashkan caagga ah ee xiran weelka qashinka ee loogu talagalay ee yaala qolka aad go'doon ahaanta ugu jirto.
- Ku rid kiishka qashinka kiish kale oo qashin oo caag ah oo xiran markaad soo qubto qashinka.
- Isticmaal gacmo-gashiyo markaad saarayso kiishashka qashinka iyo qaadista iyo qubista qashinka.
- Ha ugu yeerin dadka caafimaadka qaba gurigaaga ilaa ay tahay arrin lagama maarmaan ah inay yimaaddaan.
- Ka fogow taabashada xayawaanada rabaayaadaha iyo xayawaanada kale. Dadka kale ee guriga joogaa ha xannaaneeyaan xayawaanka guriga jooga markay suurtoagal tahay.
- Xiro afsaabka qalliinka, gaar ahaan haddii aad leedahay qufac, cune xanuun, ama duuf.

- Ugu nadiifi gacmahaaga saabuun iyo biyo ama marada yar ee alkahoolka leh si joogto. Sidoo kale nadiifi kadib markaad taabato finanka ama wixii maryo ah, ama oogooyin ah ee laga yaabo inay taabteen finanka.
- Wac Adeegyada Caafimaadka Gurmada haddii astaamahaagu ka sii darayaan ama neefsigu kugu adag yahay. U sheeg inaad sugayso natiijooyinka baaritaanka Orthopoxvirus si ay u qaadi karaan tallaabooyin taxaddir ah.

**Haddii mid ka mid ah xubnaha qoys kaag u ay sugays o natiijooyinka *baaritaanka Orth op oxv irus* amase cudurka laga helay:**

- Aad u yaree inaad u dhawaato qofka natiijooyinka baaritaanka sugaya.
- Xiro afsaabka qalliinka markaad u dhawdahay qofka sugaya natiijooyinka baaritaanka.
- Ugu nadiifi gacmahaaga saabuun iyo biyo ama marada yar ee alkahoolka leh si joogto. Sidoo kale nadiifi kadib markaad taabato finanka qofka jirran ama wixii maryo ah, ama oogooyin ah ee laga yaabo inay taabteen finanka.
- Ku dhaq gogosha sariirta, maryaha, iyo dharka kale mashiinka dharmaydhka ee caadiga ah adigoo isticmaalaya biyo diiran iyo taydh; jaafeel waa lagu dari karaa laakiin muhiim ma aha. Iska ilaali inaad toos u taabato gogosha sariirta hana hurgufin dharka wasakhaysan.
- Ha la wadaagin suxuunta ama weelka wax lagu cuno qofka sugaya natiijooyinka baaritaanka. Suxuunta iyo weelka wax lagu cuno ee uskagga ah waa in lagu maydho qalabka weelka lagu dhaqo ama gacanta iyadoo la adeegsanayo biyo diiran iyo saabuun. Dadka kale way isticmaali karaan weelka wax lagu cuno ee uu isticmaalay qofka sugaya natiijooyinka baaritaanka marka si fiican loo dhaqo.
- Nadiifi oo jeermiska ka dil oogooyinka laga yaabo inay jeermiska leeyihiin. Nadiifinta/jeermiska ka dilidda guriga ee caadiga ah ayaa la isticmaali karaa, iyadoo la raacayo tilmaamaha soosaaraha.
- Raac hagitaanka CDC ee ku saabsan jeermis ka dilidda marka guriga la joogo.

**Haddii laga waayo cudurka *Orth op ox*, waad joojin kartaa qaadis ta tallooyinkan gaarka ah.**

**Helitaanka dukumiintiga:** Shakhsiyaadka naafada ah ama shakhsiyaadka ku hadla luuqad aan ka aheyn Ingiriis, OHA waxay ku bixin kartaa xogta qaabab kale oo dadban sida fasiraadaha, daabicida farta waaweyn, ama farta indhoolayaasha. Kala xiriir Qeybta Isgaarsiinta COVID-19 1-971-673-2411, 711 TTY ama [COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us](mailto:COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us)