

Warbixin loogu talagalay qofka adigoo kale ah oo xiriir dhow la yeeshay qof u cudurka [Covid-19] ku dhacay

Warbixintaan Gobolka Västmanland ayuu khuseeyaa

Haddii aad xiriir dhow la yeelatay qof u cudurka [Covid-19] ku dhacay, waa inaad fiirogaar siisaa calaamadaha cudurka oona hoos u dhigta tirada dadyowga aad la kulanto. Haddii qof aad la nooshahay u qabo cudurka [Covid-19], waxaa waajib kugu ah inaad tixgeliso hab-dhaqamada qaarkood.

Haddii qof aad la nooshahay ama isku hoy aad tihiin u qabo cudurka [Covid-19]

Haddii qof aad la nooshahay ama isku hoy aad tihiin u qabo cudurka [Covid-19] ee ku sugan heerka u ku faafo, waxaa waajib kugu ah inaad tixgeliso hab-dhaqamada qaarkood.

Nidaamyada u degsan hab-dhaqamada waa in lagu dhaqma ilaa 7 maalmood ay ka soo wareegatay, taariikhda qofka aad la nooshahay ama hoy la qaybsato, laga qaaday shaybaar kaasoo lagu xaqiijiyay in cudurka [Covid-19] u ku dhacay. Warbixin dheeraad ka aqriso hoos, guda-gal barta internetka 1177.se kaddib waxaad ka shaqaysiisaa in farinta sms ama email, lagugu wargelin karo goorta maamulka daryeel-caafimaadeedka u raad-raaca cudur-faafinta awgeed kula soo xiriiri doono.

- Iyadoo aan fiirogaar la siinin da'da waa in adiga iyo qof kale ee hoy la qaybsato, kaasoo la xaqiijiyay in cudurka [Covi-19] u ku dhacay marxaladda faafa, **7 maalmood guriga joogta** taasoo laga soo bilaabo maalinta qofka cudurka [Covid-19] u ku dhacay laga qaaday shaybaar. Taasoo macneheedu ay tahay in xilligaas aan lagu oggolayn inaad tagto goobaha shaqada, iskuullada ama dugsiyada xannaanadda.
- Adigu waa inaad **iska ilaalisa inaad la kulanto dad aan qoyskaaga ka tirsanayn**. Waxaad soo ibsan kartaa waxyaalaha lagamaarmaanka ah, sida raashinka iyo daawooyinka, waa haddii caafimaadkaaga u fiican yahay oona aadan haysan dad ku soo adeega ama in guriga waxyaalahaas lagugu keeno.
- Adigu waa inaad **maamulka goobta aad ka shaqayso ama agaasimaha iskuulka wargeliso** haddii cudurka lagu qaadsiiyay.
- Adigu waa inaad hawlaha shaqada ama waxbarashada ku dhaqaaqda adigoo gurigaaga ku sugan. Haddiise hawlaha shaqada ama waxbarashada aadan ku dhaqaaqi karin adigoo gurigaaga ku sugan waxaad codsan kartaa [Smittbärappenning från Försäkringskassan](#). Lacagta [Smittbärappenning] waxaa la siin karaa qofka shaqaysan karo laakin aan waajibkiisa gudan karin haliska in dad kale u cudurka qaadsiiyo awgood. Dowladda waxay kumeelgaar ahaan go'aamisay in la ciribtiro shuruudihii caddaynta dhakhtarka, ee xiriirka la lahayeen arjiyada lacagaha loo yaqaanno [Smittbärappenning] oo cudurka [Covid-19] dartiisa la codsado. Sidaas awgeed,

waxaad u baahan tahay oo keliya inaad arjigaaga ka soo gudbiso barta internetka ee Khasnadda caymiska bulshada [Försäkringskassan].

- Adigu waa inaad aad ugu dadaasha nadaafadda gacmaha.
- Adigu waa inaad **ballansataa shaybaarka (PCR) ee cudurka [Covid-19] maalinta 5-aad** ee qofka aad noolan jirtay, laga qaaday shaybaarka lagu xaqijiyay in cudurka [Covid-19] u ku dhacay. Tani waxay macneheeda tahay in haddii qofka aad noolayd laga qaaday shaybaarka lagu xaqijiyay in cudurka [Covid-19] u ku dhacay markii taariikhda ay ahayd 6 oktoobar (shan maalmood kaddib). Tani waxay khuseeysaa dhammaan dadka isla nool ama hoy la qaybsada qof ku dhacay cudurka [Covid-19], laga soo bilaabo ilmaha dhigta fasalka dugsiga xannaanadda ama kuwa ka waawayn. Lama oggola in ilmaha dhigta dugsiga xannaanadda laga qaado shaybaarka [Covid-19]. Haddii shaybaarka laga qaaday aan lagu xaqijinin in cudurka [Covid-19] aad qabto, waa inaad muddo 14 maalmood tixgelisaa talo-siinta ku saabsan dadka kale ee aad xiriirka dhow la yeelatay, ilaa qofka aad la nooshahay usan sidii berri hore cudurka faafi karin.

Haddii adiga aad xiriir dhow la yeelatay qof ku dhacay cudurka [Covid-19], laakin aadan qofkaas hoy la wadaagin

- Waa inaad **fiiro aad u gaar ah siisaaa calaamadaha cudurka**, kuwaasoo noqon karo calaamadaha cudurka [Covid-19].
- Sida ugu dhaqsida badan qabso ballanka shaybaar iska qaadista, waa haddii calaamadaha cudurka aad dareento.
- Haddii lagu wargeliyo in qaddar 15 daqiiqo ka kooban aad goob dibadda ku taallo kula kulan tay qof cudurka ku qaadsiiin karay, weaji ka weaji iyo musaafad 2 miitir ah isku jirteen, waa in adigoo adeegsanayo barta internetka 1177.se aad 5 maalmood kaddib markii cudurka lagu qaadsiiyay ballanka shaybaarka qabsata. Muddada aad natiijada shaybaarka sugayso haddii calaamadaha cudurka aadan dareemayn waad tegi kartaa goobaha shaqada ama iskuulka.
- Haddii cudurka lagu qaadsiiyay waa inaad madaxa goobta shaqada wargelisaa. Hawlaha shaqada qabso adigoo gurigaaga ku sugan waa haddii aad kari karto.
- Hab aad u taxadarsan ugu dadaal nadaafadda gacmaha.
- **Muddo ka kooban 14 maalmood**, tiriskaas oo laga soo bilaabo maalintii cudurka lagu qaadsiiyay, waa inaad aad hoos ugu dhigta **tirada dadkii aad la kulmi jirtay**, oona ku dadaasha kala fogaanshada. Haddii caafimaadkaaga u waanagsan yahay waad tegi kartaa goobaha shaqada, iskuulka ama dugsiga xannaanadda. Laakinse ha ka qaybgelin dhaqdhaqaaqyada bulshodeed ee gudaha ee goobaha wakhtilummiska, sida jimicsiga goobaha gudaha, iskuulka mnuusikada, casuumadaha iyo xafladaha. Waa inaad sidaas u dhaqanta xitaa haddii shaybaar laga qaaday oona la xaqiijinin u cudurka [Covid-19] kugu dhacay.

Fayruuska [corona] sidee ba lays qaadsiiyaa?

Fayruuska [corona] wuxuu ku faafaafa isagoo adeegsanayo dhibic-dhibic iyo taabashada. Markii qofku u hindhiso, qufaco ama u hadlayo waxaa hawada agagaarkiisa ku abuurmayo dhibicyo. Haddaba qofka agtiisa ku sugan wuu qaadsiiin karaa cudurka. Markii dhibcaha ay ku dhacaan sagxadda/dusha/baaxad ama shay waxaa sidaas ku faafayo maaddada cudur-keenaha, badi ahaan gacmaha ayay adeegsadaan. Haddii qof u indhahiisa taabto ama sankiisa isagoo

kahor gacmaha iska dhaqin, wuxuu fayruuska sida u ku faafo kuna soo galo gudaha jirka awgeed adeegsan karaa waddadaas.

Muddada u dhaxayso maalinta qofka cudurka la qaadsiiyay ilaa u ka xannuunsado (xilliga cuqfadhiga) waa 2 ilaa 14 maalmood, caadi ahaan 5 maalmood.

Warbixin dheeraad oo ku saabsan sida fayruuska [corona] laysku qaadsiiyo ka aqriso [Läs mer om hur coronavirus smittar](#)

Waa kuwee calaamadaha cudurka [Covid-19] ee ugu caadiyeysan?

Calaamadaha cudurka [Covid-19] ee ugu caadiyeysan waa qandho, hargab, qufac, cillada neefsashada, dhuun-xannuun, madax-xannuun, muruq-xannuun, hoos u dhaca awoodda dhadhanka iyo urinta, calool-xannuun iyo shuban. Dadka badidooda hab fudud ayuu ugu dhaca halka kuwa kalena u hab aad u culus ugu dhaco oo ay dareemaan cillada neefsashada waxayna u baahan yihiin in isbitaal lagu daryeelo.

Warbixin dheeraad oo ku saabsan calaamadaha cudurka fayruuska [corona] ka aqriso [Läs mer om symtom vid Covid-19](#)

Haddii aan xannuunsado sidee ba wax yeelaa?

Dadyowga laga bilaabo ilmaha lagu xannaanadeeyo dugsiga xannaanadda iyo kuwa ka waawayn

Haddii aad calaamadaha cudurka dareento, xitaa kuwa fudud, waa **inaad guriga iska joogto oona shaybaarka cudurka [Covid-19] ballansato**. Warbixin ku saabsan sida shaybaarka loo ballansado halkaan ka aqriso: [Provtagning för Covid-19 i Västmanland](#). Muddada aad natiijada shaybaarka sugayso waa inaad tixgelisaa talooyinka la siiyo qofka u cudurka [Covid-19] ku dhacay. Markii aad shaybaarka dalbato ayaa warbixin dheeraad lagu siinayaa.

Ilmaha dugsiga xannaanadda

Ilmaha dugsiga xannaanadda oo leh calaamadaha cudurka, waxaa lagula talinayaa in aqalkooda iska joogan, iyadoo aan laga qaadin shaybaarka cudurka [Covid -19]. Cunugga waa in guriga iska joogaa xilliga u calaamadaha cudurka dareemayo, iyo 2 maalmood oo dheeraad ah kaddib markii u cudurka ka bogsado. Cunugga muddada u xannuunsan yahay waa in usan wax xiriir la yeelan dad dibada ku sugan.

Ka bogsahsada kaddib haddii cunugga u weli la dhiban yahay calaamadaha cudurka oo fudud, sida tusaale qufac aan xaako lahayn iyo hargab, wuu ku laaban karaa dugsiga xannaanadda waa haddii ay ka soo wareegatay ugu yaraan 7 maalmood tan iyo markii u xannuunsaday.

Sidee baan wax yeelaa haddii cudurka [Covid-19] ama cudur kale dartiisa aan u baahanahay daryeel-caafimaadeed?

Haddii aad u baahan tahay talo-siin, waa inaad marka hore khadka taleefanka kula xiriirta rugta daryeel-caafimaadeedka ee aad ka tirsan tahay ama *1177 Vårdguiden*. Haddiise xaaladaada ay halis ku jirto wac 112. Wargeli in lagu qaadsiiyay cudurka [Covid-19].

Ma sidaas baan u dhaqma haddii berri hore u cudurka [Covid-19] igu dhacay?

Haddii berri hore u cudurka [Covid-19] kugu dhacay, taasoo fayruuska lagu xaqiijiyay shaybaarka loo yaqaanno [PCR-prov] oo falanqayn lagu sameeyay goobaha shaybaarka, oo ku salaysan shabaar laga qaaday 6 bilood ee ugu dambeeyeen laga soo qaaday afka/cunaha/sanka ama la xaqiijiyay jiritaanka unugyada difaaca jirka/lidjiryada, xaaladaas dardaaranka kor ku xusan kuma khuseeyo. Iyadoo sidaas tahay waa in haddana aad fiirogaar siisaa calaamadaha cudurka, oona guriga iska joogto haddii aad xannuunsato, ilaa aad gebi ahaan ka bogsato.

Haddiise shaybaarka laga qaaday u ahaa kan loo yaqaanno ”snabbtest” oo ah shaybaarka dhaqsida badan, oo ahaa shaybaarka dhiigga kaasoo natiijadiisa lagu wargeliyay hal sac kaddib, xaaladaas waa inaad tixgelisaa dardaaranka kor ku xusan, iyadoo fiirgaar aan siin nooca natiijada shaybaarka. Sidoo kale haddii difaaca jirkaaga u hooseeyo ama aad dareento calaamadaha cudurka oo aad u culus waa inaad daryeel-caafimaadeedka raadsato.

Warbixin dheeraad oo ku saabsan cudurka [Covid-19] halkee ayaan ka heli karaa?

Warbixin dheeraad oo ku saabsan cudurka [Covid-19] ka aqriso bogyada [Om Covid-19 – coronavirus](#)