

ሴፕቴምበር 17፣ 2021

ጉዳይ: የ COVID-19 (ኮቪድ -19) መከላከያ ማስተዋወቅ

ወደ ተማሪዎች ፣ ቤተሰቦች እና ሠራተኞች ፣

ተማሪዎችን ፣ መምህራንን እና ሠራተኞችን ወደ መማሪያ ክፍል ሲመለሱ ማየት በጣም ያስደስታል። ትምህርት ቤቶች እና ነመራር ሰዎች ወደ ካምፓስ ተመልሰው ከመቀበል ተቋማቸውን በማዘጋጀት ታክቶ ሥራ ሲሠሩ ቆይተዋል። ክሁን በ Snohomish (ስኖሆሚሽ) ካሉት ውስጥ የ COVID (ኮቪድ) ስርጭት ከፍተኛ ነው። በዚህ ምክንያት ነገዳዊ ነስቤካፊ ማሳሰቢያዎችን ማካፈል እንገቢክ።

ከደቶ ለማቆየት እና ከደቶ ለማቆየት መመሪያዎችን ያከተሉ

እርስዎ ወይም ተማሪዎ COVID-19 (ኮቪድ-19) እንዳከፈሉት ወይም የጉዳይ የቅርብ ግንኙነት እንደነበሩ/ሆኑ ማወቅ ነስቤካፊ እና ነስቤካፊ ካሉትን እንደሚችሉ እናውቃለን። እንዲሁም የተከሰተ ወይም እርስዎ በርሱ የሚጋጭ መረጃ መስጠት ግራ ከጋጣ ይችላሉ። መጠኑን እና ከደቶ ማቆየት በተመለከተ በ Snohomish (ስኖሆሚሽ) ካሉት ውስጥ ካሉት ሁሉም ትምህርት ቤቶች እና የህዝብ ማሳደጊያዎች የተቀመጡ መመሪያዎችን እዚህ ነኩ።

- የተረጋገጠ የ COVID-19 (ኮቪድ-19) ጉዳይ ከደቶ ማቆየት
የ COVID-19 (ኮቪድ-19) ምርመራ ነዳርገው እንዳከፈሉት የተረጋገጡ ግክሰቶች ቢያንስ ከ 10 ቀናት ውስጥ በቤት ውስጥ ከሌሎች ሰዎች ርቀው በቤት ውስጥ ተከላከሎ መቆየት ነኩ። ተማሪዎች እና ሰራተኞች ከዚህ በኋላ ከደቶ ማቆየት ከሚቆዩ ይችላሉ።
 - ምክንያቶቹ ከሸመሩ ፣ ወይም እንዳከፈሉት የሚያሳይ ምርመራ ከተደረገ በኋላ ምክንያት 10 ቀናት ነኩ።
 - ምክንያቶች ተገቢዎቹ ፣ እንዲሁም
 - ማንኛውም ትኩሳት ያለ መደባደብ ከተከሰተ ቢያንስ 24 ሰዓታት ነኩ።
- ሙሉ በሙሉ ከተከተሉ ግክሰቶች የቅርብ ግንኙነቶች ከነበሩት ከደቶ ማቆየት የከፈሉ
ሙሉ በሙሉ ክትትል ከተከተለ ተማሪ ወይም ነገሩ ሠራተኛ የቅርብ ግንኙነት እንደነበረው ከተከሰተ የቅርብ ግንኙነት ሆኖ እና ምክንያትን እንደከፈሉት ያረገ ተከላከሎ መቆየት ነኩ። ከመጨረሻ ጊዜ ከተከሰተ ከ 3-5 ቀናት በኋላ ምርመራን ማድረግ ነኩ። የ COVID (ኮቪድ) ምክንያት ካላዩ ደህን ትምህርት ቤቱ ማሳወቅ ፣ ቤት መቆየት እና በተቻለ ፍጥነት ምርመራ ማድረግ ነኩ።
- ሙሉ በሙሉ ክትትል ካላገኙ ተማሪዎች/ሰራተኞች የገኙትን መመሪያ
ትምህርት ቤቶች የተገኙትን የገኙትን መመሪያ እንደከፈሉት ያረገ ሙሉ በሙሉ ያከተሉ የቅርብ ግንኙነት ያደረጉ ከሆነ ከ14 ቀናት ሠራተኛ ማግኘት ነኩ። ክንድር ገንዘብ እንዲሁም ከመጨረሻ ጊዜ ከተከሰተ ከ5-7 ቀናት በኋላ ቢመረመሩ ይመረጣሉ። ሁከት ምርመራዎችን ማድረግ የማይቻል ከሆነ፣ ከተከሰተ ከ5-7 ቀናት በኋላ ነገዳዊ ምርመራ ያደርጉ። ያከተሉት ተማሪዎች እና ሰራተኞች፣ ምንም እንኳን ውጤቶቻቸው ነኩ ባይሆኑም፣ እንዲሁም ትምህርት ቤቶች የተገኙትን የገኙትን መመሪያ በሰዓት፣ ከ 14 ቀናት ሙሉ ቤት መቆየት ነኩ። የተረጋገጠው የኮቪድ ጉዳይ የቤተሰብ ነገሩ ከሆነ የገኙትን ጊዜው ከጊዜም እንደሚችሉ ክብ ያብኩ።

እንዲሁም ወሳኝ ተማሪዎች ክህጊዎች ወይም ነገራቸው ነገ እንደሆኑት ከነበሩት ተከላከሎ የመቆየት ወይ ወይም ግራ መጋገቻቸውን ይግባኝ እንደሌሎች ጥያቄዎችን እንደቀረብን ነው። ሆኖም ፣ የጤና እንክብካቤ ነገራቸውን ቤት ወይም በህዝብ ጤና የተቀመጠውን ተከላከሎ የመቆየት ጊዜ የመከሰተ ለከፍተኛ ጊዜ ወይም ከህዝብ ጤና በሰሙት እና ከህግም ገደብ በሰሙት መካከል ያለውን ክፍት በተመለከተ ጥያቄ ወይም ለጋት ካከፈሉ ፣ እንደሆኑትን ተከላከሎ ይቆዩ እና ከተጨማሪ መመሪያ ትምህርት ቤቱን ያነጋግሩ።

ቦታ መሙላት ስራዎች

በ Snohomish Health District (ለጥምጃ ምርመራና ምርመራ) ውስጥ የገንቢ ልሳን ስራዎች ምርመራ ያላቸው ሰዎች በትምህርት ቤት ውስጥ ፣ በሰራተኛ ገቢዎቻቸው ፣ በሰራተኛ ወይም በሌሎች ሰዎች ላይ በርካታ ታማሚ ቁጥጥር እንደሚኖራቸው ፣ ህንጻዎቻቸው ትኩረት ወይም ላይ ላይ ላይ ፣ ከሆኑ ለጥምጃ ምርመራ ያመለክታል ፣ እርስዎ ወይም ተማሪዎ ለህጻን ካህን ፣ ምርመራዎች እንዲሁ ተደርጎ ስራዎች ይቆያሉ።

ምርመራ ያደርጉ

እንደ ነዳጅ ሆኖ ፣ የመከላከያ ወይም ተከታይ የመቆየት ጊዜን ለማስቀረት ሰዎች እንዲመለሱ የሚገባው ወሳኝ ወይም ገደቦች እንዲሁ ለገርቶች እንዲሰጡ ነው። ይህንን ማረጋገጫ ምርመራ ፣ ጉዳዮችን ከደብዳቤ ማቆየትና የባህሪ ገንቢዎችን ከደብዳቤ ማቆየት ምን ያህል ነገራት እንዲሆኑ በባህሪ ሁኔታ ማገዛት እንገባለን። ለርግጫ ማቋረጫ ወይም ከሆኑ ሰዎች ያካተተው እንዲሁ ተመሳሳይ መከከል ነገራት ናቸው።

የ COVID ምርመራዎች ከሚከተሉት ውስጥ ህንጻ ወይም ከዚያ በላይ ከሆኑት ይካተታሉ፡

- ትኩረት
- ብርድ ብርድ ማከት
- ሳክ
- የመተንተን ችግር
- ስጋ
- የጡንቻ ህመም ወይም የሰውነት ህመም
- ሌላ ምርመራ
- በጉዳዩ ላይ ያለው ጉዳይ
- የክፍያ ፍላጎት ወይም የክፍያ መታከር
- ከሌላ ጣዕም ወይም ማጠቃለያ ማጣት

ምርመራዎቹ ከታዩ ፣ ከተከተሉ ወይም ካህን ከተከተሉ ፣ በጤና እንዲከታተሉ ነገራት ስራዎች ፣ በገንቢዎች ወይም በመድኃኒት ቤት ስራዎች ምርመራ ያደርጉ ፣ ወይም በ www.snohd.org/testing ላይ ይጎብኙ ። የባህሪ ምርመራ መደብ የከፈተው ወይም የቋረጠ እርዳታ የሚያስፈልጋቸው ሰዎች የምርመራ ቀጠሮ ከመያዝ በጤና ጥበቃ ወረዳ የጥሬ ማዕከል በ 425.339.5278 ማግኘት ይችላሉ። የጥሬ ማእከሉ ከጠዋት 8:30 ከሰዓት በፊት እስከ 4:30 ከሰዓት በኋላ ከሰዓት እስከ ነገራት ገቢ ነው። ከሌላ ሰዓት በኋላ ወይም ቅዳሜና እሁዳዎች የሚደረጉ ሰዎች በሚቀጥሉ የሥራ ቀን እንዲመለሱ ስራዎች መከከል መተው ይችላሉ።

ውጤቶች እንዲመጡ ስራዎች ቤት ውስጥ ሆነው ከከፍተኛ መሥሪያ ነገራት ። ነገራት ስራዎች የክፍያ ምንጭ እንዲከታተሉ ማግኘት ይቻላል ፣ እርስዎ እንዲመጡ እንዲሁ ተደርጎ እና ተገቢውን ጥንቃቄ ማድረግ እንዲችሉ ነገራት መሙላት ያስታውሱ።

ገንቢዎች ይከተሉ

ከማስታወሻ ያህል ፣ የገንቢዎች ቀጠሮዎችን ከመከታተል በርካታ መገንባት ነው። ተጨማሪ ምንጮችን ለማግኘት የመጨመሪያ እንዲከታተሉ ነገራት ፣ የክፍያ ስራዎችን ተርጉሞች ያገኛሉ ወይም www.snohd.org/covidvaccine ይጎብኙ።

ከካህን መጠን ያካተተው ስራዎችን በሚከተሉት ጊዜ ጥቂት ነገራት ማሳሰቢያዎች ነው፡

- Pfizer-BioNTech በካህን ጊዜ ከ 12 ዓመት እና ከዚያ በላይ ከሆኑት የተከታይ ስራዎች የ COVID-19 (ኮቪድ-19) ገንቢዎች ነው። Moderna እና Johnson & Johnson በዚህ ጊዜ ዕድሜያቸው 18 እና ከዚያ በላይ ከሆኑት የተከታይ ስራዎች ነው። ቀጠሮ ከመያዝ ስራዎች እንዲከታተሉ በየትኛው የምርመራ ስራዎች እንዲሆኑ ያረጋግጡ።
- ዕድሜያቸው 12-17 ሆኑ ሰዎች ገንቢዎችን ከመሙላት በፊት ወይም ከካህን ስራዎች ያስፈልጋቸዋል። ነገራት ስራዎች ከመሙላት በፊት የተከታይ መሥሪያ ቤቶች ከሆኑት ይካተታሉ ፣ ለዚህ ከወሳኝ ይካተታሉ ምን እንዲሆኑ ስራዎችን ለማወቅ እንዲከታተሉ ስራዎች ላይ ያመለክታል ወይም ከሆኑት ይካተታሉ።
- ብቁ ካህን ተደርጎ ስራዎችን ለማከታተል የሚችሉት ወይም ካህን ናቸው።

ከተደረገ ህጻናት ገንቢዎች መከላከያ ካይ ናቸው። ዕድሜያቸው 11 እና ከዚያ በታች ከሆኑ ሰዎች በ FDA (ኤፍዲኤ) የገንቢዎች ክፍያ እንዲያገኙ ስራዎች ፣ ማግኘት ፣ በተሰጡት እና ለተከታዮች ሁሉም የህዝብ ጤና መከከል

እርምጃዎች በተከታታይ መከተላቸውን ማረጋገጥ ነገር ነው። ደህ ማከት ከቤት ሲወጡ የኑፍና ኑፍንጫ ጭምብጥ ማድረግ፣ ኑክሌራ ማህበራዊ ስብሰባዎችን ማዘግየት፣ ከእርስዎ ጋር ከሚያኖሩ ሰዎች ርቀትን መጠበቅ፣ በቤት ውስጥ ውስጥ ነጥ የኑፍር ዝውውርን መጠበቅ፣ እና እጅን መታጠብ ወይም የእጅ ማድጃን በተደጋጋሚ መጠቀም።

በእነዚህ ፈታኝ ጊዜያት ውስጥ ስኬት ስራዎች እና ስኬት ስራዎች እርስዎንና ተማሪዎችን እናመሰግናለን።

ከሰላም ጋር፣



ክሪስቲና ስፒተርስ, MD, MPH
የጤና መኮንን