

Test Trace Protect Tigrinya

ፈትን ተኸታትል ሓልው

ኣብ ኤፕሪል 2021 ዝተመሓየሽ

ናይ ድረጃ ብደረጃ መሞርሒ

1. ነዞም ምልክታት ርኽብዎም

ሓድሽ ቀጻላይ ሰዓል፣ ረስኒ ወይ ናይ ጣዕሚን ጩን ምጥፋእ ወይ ምቅያር እንትጋጠዎኩም ንስኹም ኩሉ ኣብ 7 ዝኸምዘሎ ሰብን ዓርስኹም ክተግልሉ ኣለኩም።

2. ምርመራ ሕዚ ሕተቱ

ብኣንላይን ናይ ምርመራ ቆጶራ ንምሓዝ ናብ nidirect.gov.uk/coronavirus ብጽሑ። ብኣንላይን ምርመራ ክተዳልዉእን ተዘይክኢልኩም ናብ 119 ደውሉ።

3. ምላላል

እዞም ምልክታት ድሕሪ ምጥፋኖምን 10 መዓልቲታት ዓርስኹም ኣግልሉ፣ እቲ ረስኒ እንተቀደሉ ድማ ንወሕን ዝበለ ግዜ (ረስኒ ኹም ናብ ንቡር ምክተመልሰ ተንኢሉን 48 ሰዓታት)። ካልኣት ምክኹም ዝነብሩ ሰባት እዉን ን 10 መዓልቲታት ዓርሶም ክግልሉ ኣለዎም።

4. ተመርመሩ

ምርመራ ኣብ ብዙሓት መዚና መዝለፊታትን በግሪ ከይድካ ዝርከቡ ናይ ምርመራ ሰይታትን፣ ከምኡ'ውን ኣብ ተንቀሳቀስቲ ናይ ምርመራ ኣሃዲታት ይካየዱ። ናይ 7 ዝኸምዘኩም እዉን ቅራት እዮም።

5. ወጽኢት ኩምር ኸቡ

ወጽኢት ኩም ኣብ ወሽጢ 48 ሰዓታት ክትቅበሉ ኣለኩም። ኮሮናቫይረስ ኔጋቲቭ እንተተኣሂልኩም ንስኹምን ቤተሰብኩምን ዓርስኹም ምላላል ውክተብሉ ትኸእሉ ኢኹም። ወጽኢት ኩም ፖዘቲቭ እንተኾይኑ ናይ PHA ንኸክእ ተኸታተልቲ ጽሑፋዊ ምልዕኸቲ ከሰዳልኩም እዮም።

6. ዝርዝራት ምቅራብ

ዲጂታል ናይ ዓርስኹ ምክትታል ክትጥቀሙክሉኩም እዮም። ናይ ኣንላይን መካታተሊ ኣገልግሎት፣ ናይ ምኅኅን ንኸክእ ዝነበሮም ሰባት ዝርዝር ንምቕታው። ኣንላይን ክትኣትዉእን ተዘይክኢልኩም ካብ 028 9536 8888 ክድውልኩም ይኸእሉ።

7. PHA ንኸክኣት ይሕብር

ናይ ቀረባ ንኸክእ ዝኾኑ ሰባት ካብ ናይ HSC ኸትትል ዓርሶም ክግልሉን ምርመራ ንክዳልዉን ዝነግር መሞርሒ ዝሓዘ ጽሑፋዊ መልእኽቲ ክስደደሉም እዩ። ሽምቡም ኣይቃለዕን። ኩሉ ዳታ ብምክባብ ክተሓዝ እዩ።

8. ንኸክኣት ዓርሶም ይፈልዩን ይመርመሩን

ናይ ቀረባ ንኸክኣት ምክኹምን መወዳእታ ግዜ ንኸክእ ካብ ዝገበሩሉ ግዜ ጀመሮምን 10 መዓልቲታት ዓርሶም ክፈልዩን ምርመራ ክዳልዉን ክሕተቱ እዮም። ዋላ ናይ ምርመራ ኣምወጽኢት ኔጋቲቭ ይኹን፣ ን 10 መዓልቲታት መሓእ ዓርሶም ክፈልዩ ኣለዎም።

9. ናይ ቀረባ ንኸክእ ዘለዎ ሰብ ቤቴ ሰባት

ቲ ናይ ቅረባ ን ኸክእ ሰብ ምንም ምልክታት እንተዘይሃሊዎ፣ ካልኣት ናይ ቤተሰቡ ኣባላት ዓርሶም ክፈልዩ ኣይጽበዮምን። እቲ ናይ ቅረባ ን ኸክእ ሰብ ምልክታት እንተመሰረተ ወይ ወጽኢቱ ፖዘቲቭ እንተኾይኑ፣ ነዚ መሞርሒ እዚ ካብ ደረጃ 1 ጀሞሎም ክኸተልዎ ኣለዎም።

ካብ ገዛ ክትወጹ ምስክኣልኩም ደሕንነትኩም ሓልዉናይ ህዝባዊ ጥዕና ሓለዎ ምኽሪ ድማተኸተሉ።

- ኣእዳውኩም ብኣግባቡ ተሓጸቡ ገጽኩም ድማምን ካእ ኣወግዱ።

- ካብ ገዛ ኹም ክትወጹ ከለኹም ካብ ካልኣት ሰባት ርሕቀትኩም ሓልዉ።

- ሰዓልኩም ወይ ምህንጣስኩም ናብ ኩርናዕ ኢድኩም ወይ ናብ ሶፍት ሰዓሉ ነቲ ሶፍት ደማናብ እንዳ ጎሓፍ ደርብይዎ።

- ኣብ ዝተዓጸዉበታታት ከምሱቃት፣ ናይ ጥዕና ክንክን በታታትን ህዝባዊ መኻዓዓዝያትን ናይ ገጽ መሻፈኒታት ተጠቀሙ።

- ን ኸክኣት ን ምክትታል ን ምኽሪ ዝቲ StopCOVID NI ዝብል ኣፕ ዳውንሎድ ግበርዎ።

ዋላ ምልክታት ዘይብልኩም ነቲ ሻይረስ ክተመሓላልፉ ትኸእሉ ኢኹም።

05/21