እቲ ኦርጅናል ፅሑፍ ብግእኸላይ መንግስቲ ዝተሓተመን ነዚ መረዳእታ ንምትርጓም ኣብ ጥቕሚ ዝወዓል ካብ https://www.gov.uk/coronavirus ዝተረኽበ እዩ።

መንግስቲ እንግሊዝ እዋናዊ መምርሒ (ካብ መጋቢት 26 2020 ጀሚሩ)

ኮሮናቫይረስ (COVID-19): ክትገብርዎ ዘለኩም

ካብ ገዛኹም ዘይምውፃእ

- መግቢ፡ ምስ ጥዕና ዝተተሓሓዘ ምኽንያት ወይ ስራሕ እንተኾይኑ ጥራሕ ምውፃእ (ኣብ ገዛኹም ኮይንኩም ክትሰርሑ ተዘይክኢልኩም ጥራሕ)
- ካብ ዝኾነ ሰብ 2 ሜትር (6ft) ምርሓቕ
- ናብ ገዛኹም ምስ በፃሕኩም ብቕልጡፍ ኢድኩም ምሕፃብ

ዋላኳ ምልክታት ሕማም ኣይሃልወኩም እቲ ቫይረስ ክተስፋሕፍሑ ትኽእሉ ኢኹም።

ኣብ ዝኾነ ኩነታት ዘሎ ሰብ ዝመዓድ እዞም ቀንዲ መምርሕታት ክስዕብ እዩ።

1. እቲ ብስፍሓት ዝርኣይ ምልክት ኮሮናቫይረስ (COVID-19) ቅድሚ ሕጂ ዘይነበረ ሓድሽ ተኸታታሊ ሰዓልን/ወይ ልዑል ዝኾነ ረስኒ እዩ። እዞም ምልክታት እንተድኣ ኣለኩምን እንተኾነ ግና ቅልል ዝበለ እንተድኣ ኮይኑ እዚ ምልክት ካብ ዝጀመረኩም ዕለት ኣትሒዝኩም ን7 መዓልትታት ካብ ገዛ ከይትወፁ። ዓርስኹም ኣብ ገዛ ንምንፃል ናብ NHS 111 ክትድውሉ ትፅቢት ኣይግበርን። ዓርስኹም ኣብ ገዛ ኣብ ዝነፀልኩምሉ ወይ ድሕሪ 7 መዓልትታት እዞም ምልክታት ለውጢ እንተዘይኣርእዮም ን NHS 111 ኦንላይን ርኸቡ። ኢንተርኔት ክትረኽቡ ተዘይክኢልኩም ናብ NHS 111 ደውሉ። ተወሳኺ ህፁፅ ሕክምና ሓገዝ ንምርካብ ናብ 999 ደውሉ።
2. ኢድኩም ካብቲ ልሙድ ትሕፀብዎ ንላዕሊ ብዝሁም ማይን ሳሙናን ብምጥቃም ን 20 ሰከንድ ተሓፀቡ፤ ብፍላይ ድማ ድሕሪ ምስዓል፡ ምህንጣስ ወይ ፊጥ ምባል ወይ ካልኦት ሰባት እዚ ኣብ ዘፈፀምሉ ከባቢ እንተድኣ ኔርኩም። ሳንታይዘር ጥራሕ ምርካብ ትኽእሉ እንተድኣ ኮይንኩም እዚ ተጠቐሙ።
3. ክትስዕሉ ወይ ክተሀንጥሱ ከለኹም ምምሕልላፍ ጀርም ንምንካይ፤ ኣፍኩምን ኣፍንጫኹምን ብሶፍት ወይ ሶፍት ተዘይሃልይኩም ብክዳንኩም (ብኢድኩም ኣይኮነን) ምሽፋን። እቲ ዝተጠቐምኩሉ ሶፍት ድማ ብቕልጡፍ ናብ ጎሓፍ ምእታው። ብምቕፃል ኣእዳውኩም ተሓፀቡ ወይ ሳኒታይዘር ጄል ተጠቐሙ።
4. እቲ ኢንፌክሽን ናብ ካልእ ሰብ ንዘይምምሕልላፍ፡ ብዙሕ ግዘ ንጥቀመሎም ነገራትን ከባብታት በቲ ልሙድ መፅረይ ምፅራይን ምምካን።

ኣብዚ ሕጂ እዋንን ብዛዕባ COVID-19 ዘለና ፍልጠትን ምስ ካልኦት ናይ መተንፈሲ ኣካላት ቫይረስ ብዘለዎ ተመሳሳልነት መሰረት ብምግባር ዕድምኦም ዝደፍኡ ሰባትን ካልእ ሕዱር ሕማም ዘለዎም ሰባት ነዚ ከቢድ ሕማም ተጋለፅቲ እዮም። ተወሳኺ መረዳእታ ክርከቡ ከሎ እቶም ምኽርታት ክቕየሩ ይኽእሉ እዮም።