ኣብ ገዛኹም ኮይንኩም ናይ COVID-19 ምልክታትኩም ንምቁጽጻር ክትገብርዎም ትኽእሉ 10 ነገራት | COVID-19 |

ዝተረጋገጸ COVID-19 እንተሃሊኩም ወይ እንተጠርጢርኩም፡

1. **ናይ ሕክምና ኣገልግሎት ንምርካብ** እንተዘይኮይኑ፣ ብኻልእ ምኽንያት ካብ ገዛ ከይትወጹ፡፡

2. **ምልክታትኩም ብጥንቃቐ** ተኸታተሉ፡፡ ምልክታትኩም እንተገዲዶም፣ ናብ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕራቢኹም ደውሉ፡፡

3. **ዕረፍቲ ውሰዱን ፈሳሲ ስተዩን፡፡**

4. ናይ ሕክምና ቆጸራ እንተደኣ ኣለኩም ኮይኑ፣ **ኣቐዲምኩም ናብቲ ወሃቢ ኣገልግሎት ጥዕና ብምድዋል** COVID-19 ከምዘለኩም ወይ ድማ ክህልወኩም ከምዝኽእል ሓብርዎም፡፡

5. ህጹጽ ናይ ሕክምና ኩነታት እንተደኣ ዘድልየኩም ኮይኑ፣ ናብ 911 ብምድዋል ነቲ **ናይ ዲስፓች ሰራሕተኛ** COVID-19 ከምዘለኩም ወይ ክህልወኩም ከምዚኽእል ሓብርዎ፡፡

6. **እንተስዒልኩም ወይ እንተሀንጢስኩም** ኣፍኩምን ኣፍንጫኹምን ብሶፍት ሸፍኑ ወይ ናይ ኢድኩም ኩርናዕ ተጠቐሙ፡፡

7. **ኣእዳውኩም ብተደጋጋሚ ብሳሙና**ን ማይን እንተውሓደ ን20 ሰኮንድታት ተሓጸቡ፣ ወይ ኣልኮል ዘለዎ እዚ ድማ እንተውሓደ 60% ኣልኮል ዘለዎ ናይ ኢድ ሳኒታይዘር ተጠቐሙ፡፡

8. ብዝተኻእለ መጠን፣ **ኣብ ሓንቲ ክፍሊ ጥራይ ብምኳን** ኣብ **ውሽጢ ገዛኹም** ካብ ዝርከቡ ካልኦት ሰባት ርሓቑ፡፡ ብተወሳኺ እንተተኻኢሉ ድማ፣ ናትኩም ፍሉይ ዝኾነ ክፍሊ መሕጸቢ ሰብነት ክትጥቀሙ ይግባእ፡፡ ኣብ ገዛ ወይ ኣብ ደገ ኣብ ጥቓ ካልኦት ሰባት ክትኮኑ እንተደሊኹም ናይ ገጽ ማስክ ተጠቐሙ፡፡

9. **ውልቃዊ ናውቲታት** ምስ ካልኦት **ኣባላት ናይ ስድራኹም**ብሓባር ኣይትጠቐሙ፣ እዚ ድማ ከም ከም ሽሓነ፣ ሽጎማኖን ዓራትን፡፡

10. **ኩሎም ብተደጋጋሚ ዝትንከፉ ቦታታት ከም** ከብሕታት፣ ጠረቤዛን መኸፈቲ በሪን ኣጽርዩ፡፡ ከምቲ ኣብ ጽሑፍ ናይ ኣጠቓቕምኡ ተገሊጹ ዝርከብ፣ መንጸጊ ወይ ድማ መወልወሊ ዘለዎ ናይ ገዛ መጽረዪ ተጠቀሙ.

cdc.gov/coronavirus