



Safmarka Cudurka Korona Fayras: macluumaad loogu talagalay dadweynaha ee ku saabsan isbedelada adeegyada NHS

Shaqaalaha NHS waxay si aad ah uga shaqeynayaan sidii ay ula tacaali lahaayeen xaalad caafimaad oo aan horay loo arag. Waxaan u baahanahay dadweynaha inay na caawiyaan iyagoo raacaya taladeena oo u isticmaalaya adeegyada NHS si sax ah.

WAA in aad raacdid tallada dowladda ee ku saabsan gacmo-dhaqashada iyo joogista guriga marka laga reebo haddii aad u baahan tahay inaad u baxdo sababo daruuri ah. Haddii ay tahay inaad ka tagto gurigaaga, ka fogoow dadka kale ugu yaraan hal mitir, iyo sida ugu fiican laba mitir.

Waxaad talooyinka caafimaad ee ugu dambeeyay ee loogu talagalay adiga iyo qoyskaagaba ka akhrin kartaa [halkaan](#)

Waxaan rabnaa inaan kugu wargelino wixii ku saabsan isbedelada aan ku sameynay adeegyada NHS, si ay nooga caawiso la tacaalidda cudurka korona fayras. Isbedeladan kumeel gaarka ah waxay naga caawin doonaan inaan dhamaan dadaaladeena iyo kheyraadkeena diirada ku saarno sida ugu wanaagsan ee aan wax uga qaban karno dillaaca covid-19.

Adeegyada GP

Xarumaheena GP-yada waxaa diiradda lagu saarayaa sidii loo caawin lahaa bukaannada qaba COVID-19 oo uma shaqeeyaan sidii caadiga ahayd, laakiin dhammaantood waxay furan yihiin 8 subaxnimo - 6.30.

Haddii aad u maleynaysid inaad qabto astaamaha cudurka covid-19, waa inaad had iyo jeer isticmaashaa [Adeegyada onleenka ah ee 111](#) si aad u hesho talo. Haddii aadan internetka gali karin, wac 111. Ha tagin xarunta GP-gaaga sababtoo ah tani waxay u horseedi kartaa inuu fayrasku sii fido, oo uu ku sii fido shaqaalaha xarunta.

Haddii aad u baahatid inaad ballan kala sameeysatid GP-ga arrimo kale, waa inaad guriga iska joogtaa oo aad wacdaa xarunta marka ugu horreysa.

Waxaan diyaarinaynaa rugo caafimaad oo gaar ah oo ay maamulayaan GP kuwaas oo laga furayo Brent, Ealing, Hammersmith iyo Fulham, Harrow, Hillingdon, Hounslow, Kensington iyo Chelsea iyo Westminster oo loogu talagalay bukaannada qaba astaamaha COVID-19 oo u baahan in ay dhakhtar arkaan. Dhakhaatiir ka socota NHS-ta deegaanka ayaa ka shaqeyn doona rugahan caafimaad.

Macluumaad dheeri ah oo ku saabsan rugahan caafimaad ayaa la heli doonaa goor dhow

Waxaan ognahay in GP-yada qaar iyo shaqaalahooda ay u badan tahay inay xanuunsadaan ama ay iskood isku karantiilaan. Tani waxay culeys saaraysaa xarumaha guud. Si arrintan wax looga qabto, xarumaha deegaanka ayaa u wada shaqeynaya shabakad ahaan si ay isku caawiyaan. Waa suurtagal haddii aad u baahan tahay inaad aragto ama aad la hadasho GP, in ballan lagaaga qabto dhakhtar kale ama rug caafimaad kale kuwaas oo ka duwan kuwii aad hore u arki jirtay.

Isbitaalada

Isbitaaladeena waxaa diiradda lagu saarayaa daaweynta dadka qaba COVID-19. Ha aadin isbitaalka haddii aad u maleynaysid inaad qabtid astaamaha COVID-19. Waa inaad isticmaashaa [Adeegga onleenka ah ee 111](#) si aad u hesho talo. Haddii aadan internetka gali karin, wac 111. Waa inaad ambalaas u wacdid kaliya haddii aad u maleynaysid inay jirto xaalad nafta halis ku ah.

Qalliinnada ee aan ahayn kuwo caafimaad ahaan deg deg ah ama xaaladaha degdegga ah dib ayaa loo dhigayaa maadaama aan u baahan nahay dhakhaatiirteena iyo kalkaaliyayaasha caafimaadka inay xoogga saaraan wax ka qabashada cudurkan safmarka ah. Waan ka xunahay maadaama aan dib u dhignay daaweynta waxaana rajeyneynaa inaan ku laabano shaqooyinka caadiga ah sida ugu dhakhsaha badan ee suurtoogalka ah.

Isbitaaladeenu waxay leeyihiin meelo loogu talagalay daaweynta bukaannada qaba covid-19, si ay uga soocnaadaan bukaannada kale. Isbitaalada si dhow ayay u wada shaqeynayaan si markaa haddii hal isbitaal uu yeesho tiro badan oo bukaano ah, bukaanada u baahan sariiro loogu wareejin karo isbitaal kale oo deegaanka ah.

Soo booqdayaasha isbitaalka

Si looga hortago faafitaanka cudurka, hadda uma oggolaanayno inay dad soo booqdaan isbitaaladeena marka laga reebo haddii ay jiraan duruufo aad u gaar ah. Soo booqdayaasha waxaa loo oggolaan doonaa oo keliya haddii ay jiraan duruufo gaar ah, oo ay ka mid yihiin:

- bukaan ku sugan dhamaadka noloshiisa
- hal daryeele oo joogto u ah bukaan qaba baahi dheeraad ah, sida bukaan dhimirka
- hal waalid / mas'uul oo u yimaada ilmo
- hal daryeele xilliga dhalitaanka.

Daryeelka degdega ah ee bukaanada aan qabin astaamaha COVID-19

Daryeelka degdega ah ee bukaanada xaaladdoodu culus tahay laakiin aan la xiriirin COVID-19 waxay u sii socon doontaa sidii caadiga ahayd. Haddii ay jirto xaalad degdeg ah oo nafta halis gelaya, waa inaad wacdaa 999 sidii caadiga ahayd.

Bukaan-socodka

Inta lagu jiro muddadan, ma bixin doonno ballamada bukaan-socod ah marka laga reebo xaaladaha degdegga ah. Isbitaalku wuxuu la xiriiri doonaa bukaanada oo ballamada dabagalka qaarkood waxay noqon karaan kuwo lagu sameeyo taleefanka.

Sideed gacan uga geysan kartaa?

Waxaan kaaga mahadcelineynaa fahamkaaga ku aadan cadaadiska saaran NHS-ka inta lagu jiro waqtigan adag.

Sida ugu wanaagsan ee aad gacan uga geysan karto waa inaad raacdo talobixinta caafimaadka bulshada. Gacmahaaga si joogto ah u dhaq, wakhti kasta oo aad soo gashid ama ka baxdid gurigaaga, iyo ugu yaraan hal mar saacaddiiba. Iska dhaaf dhamaan safarada aan daruuriga ahayn marka laga reebo haddii aad tahay [shaqaale muhiim ah](#). Ku shaqeey guriga haddii ay macquul tahay. Haddii ay qasab tahay inaad dibadda u baxdo sabab kasta ha noqotee, raac [tilmaamaha kala fogaanshaha](#). Haddii aad qabto astaamaha COVID-19, waa inaad guriga joogtaa ugu yaraan 7 maalmood. Haddii xubin ka mid ah qoyskaaga uu bukooday laakiin adiga aysan ku soo gaarin, waa inaad guriga joogtaa 14 maalmood.

Fadlan sidoo kale raac talladaan ku aadan sida loo isticmaalo adeegyada NHS. Adeegga onleenka ah ee 111 waa inuu noqdaa meesha ugu horeeysa ee aad tallo u raadsato. <https://111.nhs.uk/covid-19>