

መረጃ ስለ ኮቪድ-19

ወደ ዩናይትድ ስቴትስ ለመጀመሪያ
ጊዜ ለሚመጡ ሰዎች

ለማዳመጥ በስማርት
ስልክዎ ስኬን ያድርጉ



»» ማጠቃለያ

ኮቪድ-19 ከባድ በሽታ ነው።

እራስዎን እና ሌሎችን ከኮቪድ-19 መጠበቅ ይቻላል።

በይበልጥ ጥበቃ ለማግኘት የኮቪድ-19 ክትባቶችን ይውሰዱ።

የኮቪድ-19 ምርመራን ማድረግ የማህበረሰቦቻችንን ደህንነት በይበልጥ የተጠበቀ ያደርገዋል።

ከታመሙ ቤት ይቆዩ እንዲሁም ይመርመሩ።

በአደገኛ ሁኔታ የመታመም እድልዎ ከፍተኛ ከሆነ ለጤና እንክብካቤ አቅራቢ ይደውሉ።

ወደ ዩ.ኤስ. ሲጓዙ ደህንነትዎን ይጠብቁ።

በዩናይትድ ስቴትስ ውስጥ የጤና እንክብካቤ ማግኘት ይቻላል።





ኮቪድ-19 ከባድ በሽታ ነው

» ኮቪድ-19 ከባድ በሽታ ነው።

ኮቪድ-19 በአየር ከሰው ወደ ሰው በሚተላለፍ ሻይረስ የሚመጣ በሽታ ነው። በዩናይትድ ስቴትስ ከ1 ሚሊዮን በላይ ሰዎች በኮቪድ-19 ሳቢያ ሞተዋል፤ እንዲሁም አሁንም ብዙ ሰዎች በየቀኑ ይታመማሉ። የክልል እና የአካባቢ መንግሥታት ኮቪድ-19ን በተመለከተ የተለያዩ ሕጎች ሊኖሯቸው ይችላል።

የእርስዎ የመልሶ ማቋቋሚያ ኤጀንሲ ጉዳይ ሠራተኛ ኮቪድ-19 ን በተመለከተ የአዲሱ ማህበረሰብዎን ሕግጋት እንዲሁም እራስዎን እና ቤተሰብዎን እንዴት መጠበቅ እንደሚችሉ መረጃ ለማግኘት ሊረዳዎት ይችላል።

በሚጓዙበት ጊዜ ጨምሮ በማንኛውም ጊዜ COVID-19 ሊይዝዎት ይችላል። ምንም ዓይነት ሕመም ላይሰማዎት ስለሚችል በኮቪድ-19 ላይያዙ ወይም መያዝዎን ላያውቁ ይችላሉ። ይህም ቤተሰብዎ፣ ዳደሮችዎ እና ማህበረሰብዎን ጨምሮ ወደ ሌሎች ሰዎች የማሰራጨት ዕድልዎን ከፍተኛ ያደርገዋል።

ደግነቱ እራስዎን እና ሌሎችን ለመጠበቅ ብዙ መንገዶች አሉ።





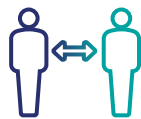
» እራስዎን እና ሌሎችን ከኮቪድ-19 መጠበቅ ይቻላል።

ከቤት ውጭ በሚሆኑበት ጊዜ አፍንጫዎ እና አፍዎን የሚሸፍን ጭምብል ያድርጉ፡

- ዝግ የሆኑ የሕዝብ ቦታዎች ውስጥ ጭምብል ማድረግ ራስዎን እና ሌሎችን ከኮቪድ-19 ይጠብቃል።
- በአየር ውስጥ የሚገኝ ከሆነ፣ ጭምብል ሲያድርጉ ሻይረሱን ወደ ውስጥ በመተንፈስ የመታመም እድልዎ አነስተኛ ነው።
- ሁሉም ሰው ሕመም ስለማይሰማው በኮቪድ-19 ተይዘው ነገርግን መያዝዎን ሊያውቁት ይቻላል። በዚህ ጊዜ፣ ጭምብል ማድረግ ሻይረሱን ወደ ሌሎች የማሰራጨት ዕድልዎን ይቀንሳል።
- በአካባቢዎ የሚገኘውን ፋርማሲ ነፃ ጭምብሎች ይኖረው እንደሆነ ይጠይቁ።

ለውጤታማነት ጭምብሎች በትክክል መደረግ አለባቸው፡

- ጭምብልዎን በአፍንጫዎና በአፍዎ ላይ ያድርጉ
- ከላይ ወይም ከታች ምንም አየር እንደማይወጣ እርግጠኛ ይሁኑ
- ጭምብልዎን ሲያድርጉ እና ሲያወልቁ በንጹሕ እጆች ይሁኑ
- ፊትዎ ላይ በሚሆንበት ጊዜ ጭምብልዎን አይንኩ
- ልብስዎን ወይም ሌላ እንደገና ጥቅም ላይ ሊውል የሚችል ጭምብልዎን ቢያንስ በየቀኑ ያፀዱ
- ሊጣል የሚችል ጭምብልዎን አንድ ጊዜ ብቻ ይጠቀሙ
- እርጥብ ወይም የቆሽሹ ጭምብሎችን ወዲያውኑ በንጹሕ እና ደረቅ ጭምብል ይተኩ
- ዕድሜያቸው 2 ዓመት እና ከዚያ በላይ የሆኑ ልጆችን ጭምብል እንዲያድርጉ ያስተምሯቸው



ክፍተት እና ርቀትን ይጨምሩ

በኮቪድ-19 እንዳይታመሙ፣ የተጨናነቁ ቦታዎችን ማስወገድ ወይም በራስዎ እና በሌሎች መካከል ያለውን ርቀት መጠበቅ ሊኖርብዎት ይችላል።



ንጹሕ አየር ያግኙ

ኮቪድ-19 በሰዎች መካከል ከቤት ውጭ ይልቅ በቤት ውስጥ በቀላሉ ይሰራጫል። ከቤት ውጭ ጊዜ ያሳልፉ ወይም መስኮቶችን በመክፈት እና የንፋስ መስጫ መሳሪያ በመጠቀም ንጹሕ አየር ወደ ውስጥ ያስገቡ።



እጆችዎን በተደጋጋሚ ያፀዱ

እጅዎን ብዙ ጊዜ በሳሙና እና በውሃ ቢያንስ ለ20 ሰከንዶች ይታጠቡ በተለይም ሕዝብ በሚሰበሰብበት ቦታ ከነበሩ ወይም ከተናፋጡ፣ ከሳሉ፣ ወይም ካስነጠሱ በኋላ። እጅዎን መታጠብ ካልቻሉ የእጅ ማጽጃ ፈሳሽ መጠቀም ሌላው ጥሩ አማራጭ ነው።





የኮቪድ-19 ክትባቶችን ይውሰዱ

» በይበልጥ ጥበቃ ለማግኘት የኮቪድ-19 ክትባቶችን ይውሰዱ።

በኮቪድ-19 በጤና ከመታመም ወይም ሆስፒታል ከመግባት የሚከላከሉ ክትባቶች አሉ። ክትባቶች እንደ ኮቪድ-19 ያሉ በሽታዎችን ሰውነትዎ እንዴት መዋጋት እንደሚችል የሚያስተምሩ በክንድዎ በኩል የሚሰጡ መርፌዎች ናቸው። የኮቪድ-19 ክትባቶች ደህንነታቸው የተጠበቀ ሲሆን በዩናይትድ ስቴትስ ውስጥ ለአዋቂዎች፣ ለልጆች እና ሕፃናት ይገኛሉ።

ክትባቶች:

- ደህንነታቸው የተጠበቀ ነው፡ ክትባቶቹ የተለያዩ ዘር፣ ጎሣ፣ ዕድሜ እና የጤና ሁኔታ ላይ ላሉ ሰዎች ደህንነታቸው የተጠበቀ መሆናቸው ተረጋግጧል። በክትባት መውሰድ ሳብዎ ይልቅ በኮቪድ-19 በመያዝ ሳብዎ ከባድ ችግሮች ሊገጥምዎ የሚችልበት እድል ከፍተኛ ነው። ክትባቶች ነፍሰጡር ወይም ጡት የሚያጠቡ ሰዎች ላይ ጉዳት አያስከትሉም።
- ውጤታማ፡ የኮቪድ-19 ክትባቶች በሚገባ ይሠራሉ። በኮቪድ-19 በጤና የሚታመሙ አብዛኛዎቹ ሰዎች የክትባቶቻቸውን ወቅት ጠብቀው ያልተከታተሉ ናቸው። በኮቪድ-19 ቢያዙ ራሱ፣ ክትባቶቹ ከሞላ ጎደል ሁሉንም የተከተሉ ሰዎች በጤና ከመታመም ወይም ከመሞት ይጠብቃሉ።

አንዳንድ ሰዎች መርፌውን ከተወጉ በኋላ የጎንዮሽ ጉዳቶች ይታያቸዋል፤ ለ 1-3 ቀናት መታመም የተለመደ ነው። የጎንዮሽ ጉዳቶች አሉ ማለት ሰውነትዎ ሽይረሱን መከላከያ እየገነባ ነው ማለት ነው። የኮቪድ-19 ክትባት ጥቅሞች ሊኖሩ ከሚችሉ የጎንዮሽ ጉዳቶች ሁሉ የላቁ ናቸው።





ክትባቶችን በወቅቱ ይከታተሉ



ከመልሶ መቋቋም በፊት የኮቪድ-19 ክትባቶችን ይውሰዱ።

ወደ ዩናይትድ ስቴትስ ሲጓዙ እንደ ሞደርና፣ ፋይዘር ወይም ኖቫቫክስ ያለ ባለሁለት-መርፌ ክትባትን ሁለቱንም ዙር በመውሰድ ወይም እንደ ጄንሰን ኤንድ ጄንሰን ያለ ባለአንድ መርፌ ክትባትን በመውሰድ ራስዎን እና ሌሎች በዙሪያዎ ያሉትን ከኮቪድ-19 መጠበቅ ይችላሉ። መከተብ እንዲሁ በጉዞዎ እና በመልሶ መቋቋም ላይ የሚኖር መዘግየትን ለማስወገድ ይረዳዎታል።



ማጠናከሪያ ክትባቶችን በመውሰድ ከኮቪድ-19 ተጠብቀው ይቆዩ።



ከኮቪድ-19 ክትባቶች ጋር ወቅታዊ ሆኖ መቆየት አስፈላጊ ነው። ክትባቶችን በወቅቱ ከተከታተሉ፣ በጠና የመታመም፣ ሆስፒታል የመተኛት ወይም በኮቪድ-19 የመሞት ዕድልዎ በጣም ያነሰ ነው። ወቅታዊ መሆን ማለት የባለሁለት-መርፌ ክትባት ሁለቱንም ዙር መውሰድ እና ከዚያ ማንኛውንም የሚመከሩ የማጠናከሪያ ክትባቶችን መውሰድ ማለት ነው።

ማጠናከሪያ ክትባቶች ማለት ሙሉ በሙሉ ከተከተቡ በኋላ ከኮቪድ-19 ተጠብቀው እንዲቆዩ የሚወጓቸው ናቸው። እንደ ሞደርና፣ ፋይዘር ወይም ኖቫቫክስ ያለ ባለሁለት-መርፌ ክትባት ሁለተኛውን ዙር ከወሰዱ ወይም እንደ ጄንሰን ኤንድ ጄንሰን ያለ ባለአንድ-መርፌ ክትባት ከወሰዱ ከጥቂት ወራት በኋላ የማጠናከሪያ ክትባት ማግኘት አለብዎት።



» የኮቪድ-19 ምርመራን ማድረግ የማህበረሰቦቻችንን ደህንነት በደበልጥ የተጠበቀ ያደርገዋል።

ጤናዎን በመከታተል የ COVID-19 ምልክቶችን ይቆጣጠሩ። ምንም እንኳን ክትባት ቢወስዱም በኮቪድ-19 ሊያዙ ይችላሉ። የኮቪድ-19 ምልክቶች የሚከተሉትን ያካትታሉ፡

- ሳል፣ የትንፋሽ ማጠር ወይም የመተንፈስ ችግር
- 100.4°F/38° C ወይም ከዚያ በላይ የሆነ ትኩሳት
- ድካም
- የጉሮሮ መቁሰል
- የአፍንጫ ፈሳሽ ወይም መታፈን
- የጡንቻ ህመም ሕመም የሰውነት ሕመም
- ትውከት ወይም ተቅማጥ
- የራስ ምታት
- አዲስ የሆነ የጣዕም ወይም የሽታ ስሜት ማጣት

የኮቪድ-19 ምልክቶች እና የወቅታዊ ኢንፍሉዌንሳ ወይም ጉንፋን ምልክቶች በጣም ተመሳሳይ ናቸው።

ኮቪድ-19፣ ኢንፍሉዌንሳ ወይም ሌላ የጉንፋን ሻይረስ እንዳለብዎት በእርግጠኝነት ለማወቅ ብቸኛው መንገድ መመርመር ነው።



ቤተሰብዎን እና ማህበረሰብዎን ለመጠበቅ ይመርመሩ

ምንም እንኳን ክትባት ቢወስዱም በኮቪድ-19 ሊያዙ እና ምንም ሕመም ላይሰማዎት ስለሚችል መያዝዎን ሊያውቁት ይችላሉ። በመመርመር እና ውጤቶቹን እስኪያውቁ ድረስ ከሌሎች በመራቅ የኮቪድ-19 ስርጭትን ለማስቆም ማገዝ እንዲሁም ማህበረሰብዎን መጠበቅ ይችላሉ። አዋቂዎችን፣ ልጆችን እና ሕፃናትን ጨምሮ ማንኛውም ሰው መመርመር ይችላል።

መመርመር ይኖርብዎታል፡

- ምልክቶች ከታዩበት
- በበሽታው ከተያዙ ሌላ ሰው ጋር ንክኪ ከነበርዎት
- ከጉዞ በፊት እና በኋላ
- ከብዙ ሰዎች ጋር በቤት ውስጥ ከመሰብሰብ በፊት እና በኋላ
- በትምህርት ቤት ወይም በሥራ ቦታዎ ከተጠየቁ

ብዙ ቦታዎች ምርመራ ይሰጣሉ

በዶክተር ቢሮ፣ በማህበረሰብ የምርመራ ጣብያ፣ በሥራ ቦታ፣ በትምህርት ቤት ወይም በፋርማሲ ውስጥ ምርመራ ሊያገኙ ይችላሉ። ብዙ ፋርማሲዎች በተጨማሪ እራስዎ ማድረግ የሚችሏቸው የቤት ውስጥ ምርመራዎችን ይይዛሉ። በማህበረሰብ ውስጥ ስላሉ ሌሎች የምርመራ ግብዓቶች IOMን ወይም የመልሶ ማቋቋሚያ ኤጀንሲዎን ይጠይቁ።

ምርመራ ምስጢራዊነቱ የተጠበቀ ነው

የኢሚግሬሽን ሁኔታዎ ምንም ይሁን ምን ወይም የሕክምና መድን ወይም መታወቂያ ቢኖርዎትም ባይኖርዎትም ሚስጥራዊነቱ የተጠበቀ ምርመራ ሊያገኙ ይችላሉ።

ምርመራ ፈጣን እና ደህንነቱ የተጠበቀ ነው

እርስዎ ወይም የጤና እንክብካቤ አቅራቢው ከአፍንጫዎ፣ ጉሮሮዎ ወይም ምራቅዎ ናሙና ልትወስዱ ትችላላችሁ። አንዳንድ ምርመራዎች ውጤቶችን በጥቂት ደቂቃዎች ውስጥ ሲሰጡ ሌሎች ደግሞ አንድ ቀን ወይም ከዚያ በላይ ሊወስዱ ይችላሉ።



ቤት ይቆይ እንዲሁም ይመርመሩ



» ከታመሙ፣ የምርመራ ውጤቶችን በሚጠብቁበት ጊዜ ወይም በኮቪድ-19 መያዝዎን ካረጋገጡ ቤት ይቆይ።

ሕመም በሚሰማዎት እና የምርመራ ውጤቶችን በሚጠብቁበት በማንኛውም ጊዜ ከሥራ፣ ከትምህርት ቤት ወይም ከማህበራዊ ዝግጅቶች በመቅረት ቤት መቆየት ቤተሰብዎን፣ ጓደኞችዎን እና ማህበረሰብዎን ለመጠበቅ ማድረግ ከሚችሏቸው በጣም አስፈላጊ ከሆኑ ነገሮች ውስጥ አንዱ ነው።

ምንም እንኳን ሕመም ባይሰማዎትም ኮቪድ-19 ካለብዎ ይህን ማድረግ አስፈላጊ ነው። ብዙ ሰዎች የኮቪድ-19 ምልክቶችን በቤት ውስጥ ማከም ይችላሉ። ማንኛውንም መድኃኒት ከመውሰድዎ በፊት ሁል ጊዜ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ።

ብዙ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች የሚከተሉትን ይመክራሉ፡



- ትኩሳትን ለመቀነስ እንደ acetaminophen (አሲታሚኖፈን) ወይም ibuprofen (አይብሮፕሮፎን) ያሉ መድኃኒቶችን መውሰድ



- ሰውነት ሻይረሱን እንዲዋጋ ለማግዝ ብዙ እረፍት ማግኘት



- ከሌሎች በመራቅ ቤት ውስጥ መቆየት እና በሚወዷቸው ሰዎች ዙሪያ ጭምብል ማድረግ።



- ብዙ ውሃ መጠጣት



- የበለጠ ምችት እንዲሰማዎት ለማድረግ እንደ ሳል መድኃኒት ያለ የጉንፋን መድኃኒት መውሰድ

የሳል መድኃኒት እድሜያቸው 6 ዓመት እና ከዚያ በላይ ለሆኑ ልጆች ጉዳት አያስከትልም።

ከኮቪድ-19 በፍጥነት እንዲያገግሙ የሚያግዙ ሌሎች መድኃኒቶች አሉ ነገርግን በተለይ በአደገኛ ሁኔታ የመታመም አደጋ ካጋጠመዎት ወዲያውኑ እነሱን መጀመር አስፈላጊ ነው።

- የኮቪድ-19 ምልክቶችዎ እየተባባሱ ከሄዱ ይህንን መድኃኒት ለማግኘት ዶክተር ወይም ፋርማሲስት ያግኙ።
- እርዳታ ከፈለጉ፣ ለምሳሌ ሀኪም ለማነጋገር አስተርጓሚ ካስፈልግዎ ወደ መልሶ ማቋቋሚያ ኤጀንሲ ጉዳይ ሠራተኛ ይደውሉ።





» በአደገኛ ሁኔታ የመታመም እድልዎ ከፍተኛ ከሆነ ለጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ይደውሉ።

ከስር የተጠቀሱ አንዳንድ ሕመሞች ያሉባቸው ሰዎች በኮቪድ-19 በጣም የመታመም ዕድላቸው ከፍተኛ ነው።

ይህም ማለት ለሚከተሉት የመጋለጥ እድላቸው ከፍተኛ ነው፡

- ሆስፒታል መግባት
- ጽኑ እንክብካቤ መፈለግ
- ለመተንፈስ የሚረዳ የመተንፈሻ መሳሪያ መፈለግ
- መሞት

ይህ የሚከተሉትን ሰዎች ይመለከታል፡

- እድሜያቸው 65 ወይም ከዚያ በላይ የሆኑ
- ከመጠን በላይ ክብደት ያላቸው
- ነፍሰጡሮች
- የስኳር በሽታ ያለባቸው
- እንደ የልብ ድካም፣ የደም ሂደት በሽታ፣ ካርዲዮሚዮፓቲስ ወይም የደም ግፊት ዓይነት የልብ ችግሮች ያሉባቸው
- እንደ COPD (ወይም ሥር የሰደደ የሳንባ ችግር) ፣አስም (ከመካከለኛ እስከ ከባድ)፣የሳንባ ብጣት ወይም ጠባሳ እክሎች ፣ ሲስቲክ ፋይብሮሲስ እና ፑልሞናሪይ ሀይፐርቴንሽን ያሉ የሳንባ ችግሮች ያሉባቸው
- ሌሎች እንደ ካንሰር፣ ሥር የሰደደ የጉባት በሽታ፣ ሥር የሰደደ የኩላሊት በሽታ፣ የደም ማነስ በሽታ፣ ኤችአይቪ፣ ወይም የተዳከመ በሽታ የመቋቋም ሥርዓት ያለባቸው
- እንደ ሴፊብራል ፖልዚ ያለ የነርቭ እድገት ችግር ያለባቸው
- እንደ ትሬኪያስቶሚ፣ ጋስትሮስቶሚ ወይም ፖዘቲቭ ፕሬዝንት ሽንፈት ሌሽን ያሉ የሕክምና መሳሪያዎችን የሚጠቀሙ

ከነዚህ ሁኔታዎች ውስጥ አንዳቸውም ካለብዎት እና በኮቪድ-19 ከተያዙ ለጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ይደውሉ። ለማግኘት እንዲረዳዎ መድኃኒት ሊሰጡዎት ይችላሉ፣ ነገር ግን መድኃኒቱን ወዲያውኑ መጀመር አስፈላጊ ነው።



በ በድንገተኛ ሁኔታ ጊዜ

ከእነዚህ ከባድ ምልክቶች መካከል አንዱ ካለብዎት ወዲያውኑ ወደ 9-1-1 በመደወል ወይም ወደ አስቸኳይ እንክብካቤ ማዕከል ወይም የሆስፒታል ድንገተኛ ክፍል በመሄድ የድንገተኛ ሕክምና እርዳታ ይጠይቁ፡

- የመተንፈስ ችግር
- የማያቋርጥ የደረት ሕመም ወይም ጫና
- ግራ መጋባት
- ከእንቅልፍ መንቃት ወይም ነቅቶ መቆየት ያለመቻል
- የቆዳ ቀለም ለውጦች





ደህንነትዎን ይጠብቁ በጉዞ ወቅት

» ወደ ዩ.ኤስ. ሲጓዙ ደህንነትዎን ይጠብቁ።

ለጉዞ ከመነሳትዎ በፊት

- የኮቪድ-19 ክትባት እና የምርመራ መዝገቦችን ጨምሮ የሕክምና መዝገቦችዎን ያዘጋጁ።
- የ12-ሳምንት መደበኛ መድኃኒቶችዎን ይቀበሉ።
- ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ጋር ስለ ኮቪድ-19 ክትባት እና የማጠናከሪያ ክትባት አማራጮች ይወያዩ።

በጉዞ ወቅት

- ምንም እንኳን ክትባት ወስደው ቢሆንም፣ በአውሮፕላን ማረፊያዎች፣ ጣቢያዎች እና የሕዝብ ማመላለሻዎች ውስጥ ጭምብል ያድርጉ።
- ብዙ ጊዜ እጅዎን ይታጠቡ ወይም አልኮል ያለው የእጅ ማጽጃን ይጠቀሙ።
- በጉዞ ወቅት ሕመም ከተሰማዎት ለIOM ወይም ለአየር መንገድ ሠራተኞች ያሳውቁ።

ከደረሱ በኋላ

- ከደረሱ ከ3-5 ቀናት በኋላ ምርመራ ያድርጉ እንዲሁም የኮቪድ-19 ምልክቶች መኖራቸውን ይከታተሉ።
- ክትባቶችዎን በወቅቱ ያልተከታተሉ ከሆኑ ስለ ኮቪድ-19 ክትባቶች እና የማጠናከሪያ ክትባት አማራጮች የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ወይም የመልሶ ማቋቋሚያ ኤጀንሲ ጉዳይ ሠራተኛን ይጠይቁ።



አንላይን ላይ የበለጠ ይወቁ።



በቋንቋዎ ስለኮቪድ-19 የበለጠ መረጃ ለማግኘት
<https://nrcrim.org/translations.ይጎብኙ>

» በዩናይትድ ስቴትስ ውስጥ የጤና እንክብካቤ ማግኘት ይቻላል።

የመልሶ ማቋቋሚያ ኤጀንሲዎች ለጤና አጠባበቅ ክፍያ እንዲከፍሉ እና በዩናይትድ ስቴትስ የመጀመሪያ ጊዜ የጤና እንክብካቤ ቀጠሮዎን በሚያመቻቹ ወረቀቶችዎ ዙሪያ ያግካል።

እባክዎን ሁሉንም የሕክምና እና የክትባት መዝገቦች ወደዚህ ቀጠሮ ይዘው ይምጡ።

ፋርማሲዎች፣ የዶክተር ቢሮዎች ወይም ክሊኒኮች፣ እና ሆስፒታሎች ሁሉም የጤና እንክብካቤ የሚያገኙባቸው ቦታዎች ናቸው።

- ችግርዎ ቀላል ወይም መደበኛ ከሆነ፣ በቤት ውስጥ ለማከም የሚያስፈልጉትን መድኃኒት ለማግኘት ወደ ፋርማሲ ይሂዱ። ችግርዎን ለፋርማሲው ሠራተኞች ማስረዳት ይችላሉ እነሱም ትክክለኛውን ሕክምና ለመምረጥ ይረዱዎታል።
- ሁኔታዎን በቤት ውስጥ ማከም ካልቻሉ ወደ ሐኪም ቢሮ ወይም ክሊኒክ ይሂዱ።
- እንዲሁም ድንገተኛ የሕክምና አደጋ ካጋጠመዎ ወደ 9-1-1 ይደውሉ ወይም ወደ አስቸኳይ እንክብካቤ ማእከል ወይም የሆስፒታል ድንገተኛ ክፍል ይሂዱ።

አንዳንድ መድኃኒቶች የሐኪም ማዘዝ ያስፈልጋቸዋል፣ ሌሎች ደግሞ አያስፈልጋቸውም።



የሐኪም ማዘዝዎች በፋርማሲ ውስጥ የሚፈልጉትን መድኃኒት መግዛት እንዲችሉ ዶክተሮች ሊሰጡዎት የሚችሏቸው ልዩ ፈቃዶች ናቸው። ብዙ መድኃኒቶች ያለ ማዘዝ ይገኛሉ፣ ሌሎች ግን አይገኙም።



በዩናይትድ ስቴትስ ውስጥ ለሚቆዩበት የመጀመሪያው ወር የሚሆኑ በቂ መድኃኒቶች ከሌልዎ፣ እባክዎን ለIOM (ወይም ቀድሞውንም ዩ.ኤስ ውስጥ ከሆኑ፣ ለመልሶ ማቋቋሚያ ኤጀንሲዎች) ያሳውቁ።

በዩናይትድ ስቴትስ ውስጥ ያለው የጤና እንክብካቤ ውድ ሊሆን ይችላል፣ ነገር ግን የክፍያ አማራጮች አሉ።



የመንግሥት መርሐ ግብሮች፣ ስደተኞች መጀመሪያ እንደደረሱ እና ለመርሐ ግብሩ ብቁ ለሆኑ ዝቅተኛ ገቢ ላላቸው ሰዎች የጤና እንክብካቤ ወጪዎችን ይከፍላሉ። ሌሎች ሰዎች የጤና ወጪዎቻቸውን ለመክፈል በግል የጤና መድን ላይ ይተማመናሉ።

የጤና እንክብካቤ በቋንቋዎ የማግኘት መብት አልዎት።



የዶክተሮች ቢሮዎች እና ክሊኒኮች ከሕክምና ሠራተኞች ጋር እንዲግባቡ የሚረዱ አስተርጓሚዎች አሏቸው። ስለ ሕመምዎ ወይም ስለ ሕክምናዎ ያልተረዱት ነገር ካለ የሕክምና ባለሙያዎችን ጥያቄዎች ይጠይቁ።

የጤና እንክብካቤ ግላዊነቱ የተጠበቀ ነው።



ሐኪምዎ፣ ክሊኒክዎ ወይም ፋርማሲዎ ስለ ጤና እንክብካቤዎ መረጃ ያለ እርስዎ ፈቃድ ለማንም - ለቤተሰብዎም ቢሆን ማጋራት አይችልም።



» እርዳታ የት ማግኘት ይቻላል።

ጥያቄዎች ካሉዎት ወይም ማንኛውንም ዓይነት እርዳታ የሚሹ ከሆነ የመልሶ ማቋቋሚያ ኤጀንሲዎ የጉዳይ ሰራተኛ ወይም የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ጋር ይደውሉ። አድራሻቸውን ከዚህ በታች ይመዝግቡ።

የጤና እንክብካቤ አቅራቢ የመገኛ መረጃ

ስም: _____

የስልክ ቁጥር: _____ - _____ - _____

የመልሶ ማቋቋሚያ ኤጀንሲ ጉዳይ ሰራተኛ የመገኛ መረጃ

ስም: _____

የስልክ ቁጥር: _____ - _____ - _____

በቋንቋዎ ስለኮሺድ-19 የበለጠ መረጃ ለማግኘት <https://nrcrim.org/translations> ይጎብኙ