

## Informasjon om situasjonen rundt Koronavirus i Fjellregionen.

### Macluumaad ku saabsan xaaladda koronavirus ee gobolkan Fjellregion.

Sida dad badani ogyihiin xanuunka koronavirus-ka ayaa hadda laga helay gobolkan Fjellregion. Nasiib darrose waxaa jira baritaan la'aan, oo qof walba oo xanuusan ma baari karno. Sidoo kale suurtagal ma aha in la raaco dhamaan raadraaca cudurkan mar dambe, oo qaar xanuusan ayaa laga heli karaa koronavirus-ka iyagoo aan ogeyn inay leyihiin koronavirus-ka.

Markaa waa muhiim in haddii aad xanuusan tahay aad guriga jood oo xaddid xiriirka dadka kale ee guriga ku nool. Waa inaad guriga joogtaa oo iskana ilaalisaa inaad u tagtid dadka kale ilaa uu caafimaadkaagu kasoo laabanaayo. Kuwa kale ee aad la nooshahay way bixi karaan ilaa intay caafimaad ka qabaan ama ay fariin ka helaan dhakhtarka.

Haddii aad iyo aad u xanuusato oo aad dareento inaad la xiriirto dhakhtarka, waa inaad la xiriirtaa xafiiska ama dhakhtarkaaga. Telefoonka kala xiriir!

Hadaad isku aragtid koronavirus-ka oo aad u baahato caawimaad, dhakhtarka iyo kalkaaliyaasha caafimaadka ayaa telefoonka kala soconayaa.

Dawladu waxay sameeysay xeerar ku saabsan qofka laga baari karo koronavirus-ka. Kuwa laga baarayo waa inay lahaadaan calaamadaha neef-mareenka oo xirma. Kuwa la baarayo waa:

- 1) Kuwa aad u buka oo ay tahay in isbitaalka la dhigo.
- 2) Kuwa ku nool xarun caafimaad.
- 3) Kuwa ka shaqeeya adeega caafimaadka ama guryaha dadka da`weynta oo lana shaqqeya bukaanka.
- 4) Dadka ka weyn 65 sano kuwaas oo khatar kujira.
- 5) Kuwa la yeeshay xiriir qof xanuusanaa oo qaba koronavirus-ka iyo ogaanshahu oo hubaal

Kuwaani waa kuwa xanuusan oo la baarayo maxaa yeelay baaritaanku ma fashilmi doono ilaa laga helo virus-ka. Calaamadaha koronavirus-ku waa qandho, qufac, xanuun jirka ah, neefta oo ku dhagta iyo cuno xanuun.

Isku day inaad dhagaysatid wararka iyo talooyinka masuuliyiinta.

Waxaan idiin rajeynayaa wanaag oo dhan waqtiga soo socda!

Tor Halvor Bjørnstad-Tuveng

Kommuneoverlege Tynset