

Sida loo Isticmaalo loona



ilaaliyo Qalabka Ilaalinta Shakhsiyeed (PPE)

Ereyada Muhiimka ah ee Ogaanshaha:

- Qalabka Badbaadinta Shakhsiyeed (PPE):** waxa aad xidhato si aad uga badbaado jeermiga ama jirrada dadka kale.
- Dhowrso:** inaad wax keydiso ama daryeesho.
- Masaafada Jirka ah:** jirkaaga ka fogee jirka dadka kale.
- Dheecaannada Jirka:** dhiig, candhuuf, kaadi ama dareere kale oo jidhka ka soo baxa.
- Maaskaro Neefsashada N95:** maaskaro waji caafimaad leh. Maaskarada noocan ah waxay u baahan tahay in la baaro si ay wejigaaga ugu haboonaato.
- Maaddooyinka faafa:** dareerayaasha jidhka ama wax kasta oo taabtay dheecaannada jidhka.

Markaad U Baahan Tahay Inaad Xidhato PPE

Xaaladda	PPE Waa inaad Xirataa
Dadka gurigaaga soo galaya ama haddii aad gasho meel aan gurigaaga ahayn:	Maaskarada wejiga oo si fiican u habboon (ama wejiga maro lagu daboolo haddii aadan lahayn maaskaro waji fiican leh). Ka fogow lix fuudh midba midka kale inta jeer ee aad kari karto; Ka dhig xiriirku mid gaaban haddii aad u baahan tahay inaad uga dhowaato qof kale wax ka badan 6 fiit.
Haddii qof u baahan yahay inuu kugu soo dhowaado:	Maaskarada wejiga oo si fiican u habboon (ama wejiga maro lagu daboolo haddii aadan lahayn maaskaro waji fiican leh). Haddii qof taabanayo dheecaannada jirka waa inuu xirto galoofis.
Haddii aad u baahan tahay inaad ku isticmaasho waxyaabaha nadiifinta kiimiko:	Maaskarada wejiga oo si fiican u habboon (ama wejiga maro lagu daboolo haddii aadan lahayn maaskaro waji fiican leh). Raac tilmaamaha ku saabsan sheyga nadiifinta si aad u hubiso inaad nabadgelyo ahaato.
Haddii aad ubaahantahay inaad kudhowdahay qof aan ladnaan qabin, qaasatan markay qabaan ama u maleeyaan inay qabaan COVID-19:	Dhammaan daryeel-bixiyeyaashu waa inay xidhaan maaskaro N95 ah (ama maaskaro si fiican u habboon haddii aadan haysan maaskaro N95 ah), galoofisyo, iyo PPE dheeri ah sida gaashaanka wejiga ama muraayadaha indhaha iyo goonnada ama marada oo si nabadgelyo leh loo tuuri karo.

XASUUSO! Xitaa haddii aad leedahay 'PPE' waxaad weli u baahan tahay inaad dhaqdo gacmahaaga badanaa 20 ilbiriqsi ama ka badan, kala fogee 6 fuudh, iskuna day inaad taabatid wejigaaga, indhahaaga, iyo afkaaga.



Tilmaamaha loogu talagalay Siyaabaha ugu Fiican ee loo Isticmaalo PPE iyo Ka Badbaadi naftaada COVID-19

Qalabka Badbaadinta Shakhsiyeed (PPE)

- PPE waxay kaa caawin kartaa kahortaga COVID-19 inuu jirkaaga galo oo uu kugu xanuunsado.
- Waa inaad isku daydaa inaad hubiso inaad had iyo jeer haysato PPE kugu filan.
- Haddii ay dhib kugu tahay qaadashada PPE, waa inaad la xiriirtaa maamulaha kiiskaaga ama la-taliyaha IRIS si uu kaaga caawiyo.
- Waa inaad mar uun isticmaashaa maaskarada warqadaha, galoofyada, iyo goonnada. Waad dhaqi kartaa maaskarada dharka, dharka wejiga lagu daboolo, gaashaanka wajiga, iyo muraayadaha indhaha si aad u isticmaasho wax ka badan hal mar.

Maaskarada Wajiga

- Inta lagu jiro booqashooyinka guriga, qof walba waa inuu xidho maaskaro wejiga si fiican u habboon ama wejiga maro lagu daboolayo. Xitaa markaad xiraneyso maaskaro ama wejiga daboolaya, waa inaad wali kala fogaataa 6 fuudh markay macquul tahay.
- Ku xafid maaskaro maaskaro ah ama wejiga daboolaya shandad nadiif ah oo shandad ku xiran ama weel neefsan kara haddii aad u baahan tahay inaad dib u isticmaasho maalintaas.
- Ku dhaq dharka wejiga daboolan iyo weelasha maalin kasta.

Maaskarada Neefsashada N95

- Maaskarada neefsashada ee N95 waa inay isticmaalaan dhammaan daryeelayaasha haddii aad u malaynayso ama aad ogtahay inaad leedahay COVID-19. Haddii aadan haysan maaskaro N95 ah, waa inaad xirataa maaskaro waji fiican leh.
- Kala hadal maareeyaha kiiskaaga ama la-taliyaha IRIS si aad u hesho xirmada maaskaro ee N95 maaskaro-rakibidda ah.

Galoofyada/gacmo gashyada

- Iska tuur galoofisyada la tuuri karo mar kasta oo la isticmaalo.
- Dhaq gacmaha ka hor intaadan gashaneyn iyo ka dib qaadista galoofyada.
- Ha xidhin galoofyo labalaab ah.
- Ha isku dayin inaad gacmo gashigaaga ku dhaqo saabuun ama gacmo nadiifiye.

Ilaalinta indhaha (gaashaanka wajiga, muraayadaha indhaha)

- Kahortaga indhaha waa inay adeegsadaan dhammaan daryeel-bixiyeyaasha haddii aad u malaynayso ama aad ogtahay inaad leedahay COVID-19.
- Isku day inaad taaban ama dhaqaajin ilaalinta indhaha markaad xiraneyso.
- Nadiifi ilaalinta indhaha ka dib markaad iska saarto oo ku hay weel nadiif ah.

Khamiiska

- Goonnada waa inay xidhaan dhammaan daryeel-bixiyeyaasha haddii aad u malaynayso ama aad ogtahay inaad leedahay COVID-19 ama marka ay jirto fursad ah taabasho dhiig, dheecaannada jidhka, ama walxaha faafa.
- Qofna waa inuusan mar kale xirtaan goonno ama mar keliya huwis. Tuur marada ka dib isticmaalkeeda.

Gacmo Dhaqashada

- Ku dhaq gacmaha gacmo nadiifiye aalkolo leh ama saabuun iyo biyo badanaa ugu yaraan 20 ilbidhiqsi.
- Gacmaha dhaq marka aad gelayso ama aad ka baxaysid meel kasta ama marka aad u safrayso goob cusub.
- Dhaq gacmaha ka dib markaad iska bixiso PPE.
- Isku day inaad ku taaban indhahaaga, sankaga, iyo afkaaga gacmo aadan maydhin.
- Ku dabool qufacaaga iyo hindhisoyinkaaga xusulkaaga halkii aad ka dabooli lahayd gacmahaaga.

Talaalka covid-19

- Sida ugu wanaagsan ee looga hortagi karo COVID waa in isla markiiba la helo tallaalka. Qof kasta oo ka tirsan WI oo da'diisu ka weyn tahay 15 sano ayaa heli kara tallaalka. Waa lacag la'aan. Booqo <https://www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/vaccine-get.htm>