



Degmadda Multnomah waxay si adag ugu tallo-bixineysaa in la xiro afsaabka(masks) marka la joogo gudaha dhismayaasha

Maayo 13, 2022

Qoysaska Qaaliga ah ee PPS,

Todobaadkani madaxda caafimaadka Degmadda Multnomah waxay cusbooneysiyeen tilmaamaha xanuunka COVID-19 marka la eego korodhka dadka u soo dhacaya. Waaxda Caafimaadka Degmada Multnomah hadda waxay ku tallo-bixinayaan in la xirto afsaabyada marka lagu sugan yahay [gudaha dhismayaasha](#) ilaa la tiranayo dadka u soo dhacaya xanuunka iyo inta ay hoos u dhacayaan dadka cusbitaalka u galaya. Korodhka hadda dadka u soo dhacaya xanuunka COVID-19 [waxaa la filayaas](#) inay kor u kac weyni ku yimaado marka la gaaro bartamaha bisha Juun oo ku dhow dhammaadka sanad-dugsiyeedka PPS.

Laga soo bilaabo fiditaanka xanuunka, Dugsiyada Dadweynaha Portland waxay leeyihiin iyaga oo sii wadi doona inay raacaan tilmaamaha ay bixinayaan khabiirada caafimaadka dadweynaha. Bilowga maalinta Isniinta ee bisha Maayo 16keeda, PPS waxay kula tallineysaa ardayda, booqdayaasha, iyo shaqaaluhu inay xirtaan afsaabka marka ay ku sugan yihiin dugsiya iyo dhismayaasha kale ilaa aan helayo tilmaamo cusub oo aan raacno. Tallo soo jeedintani waxaa ka mid ah xirashada afsaabka sida ay muhiim u tahay dhammaadka sanadka munaasabadaha sida munaasabada ardaydu dhammaadka ay sameeyaan qoob ka ciyaarka, bandhigyada dugsiya, munaasabada ciyaaraha, kulanda dugsiya iyo munaasabada qalin-jabinta ee gudaha dhismayaasha lagu qabanayo.

PPS waxay sii wadi doonaan inay meel mariyaan tallaabooyinka isbarkan ee lagu yareynayo xanuunka ee ay ka mid yihiin: kor u qaadista meelaha hawadu ka soo gasho fasalada iyo dhismayaasha iyo sifeeyaasha hawada fasalada yaala oo iyagu ikhtiyaari ah iyo xafiisyada, inay baaritaanka goobaha dugsiyada lagu qabanayo, iyo in la siiyo ardayda dareenta inay ku dhawaadeen qof loo shakisan yahay xanuunka COVID-19 qalab la yiraa iHealth oo guriga loo qaadanayo si la iskugu baaro. Intaas waxaa dheer, dugsiyadu waxay sii wadi doonaan inay bixiyaan afsaabyada cidii u baahata.

Fadlan waxaad xasuusnaataa sida ugu fiican ee aad iskaga ilaalin kartaa COVID-19 inay tahay aad qaadato dhammaan tallaaladii loo baahnaa inaad qaadato oo ay ka mid yihiin tallaal xoojiyaha, sidoo kalena aad inaad nadaafadaada ka shaqeyso, iyo inaad [guriga joogto marka aad xanuunsan tahay](#) xitaa jiradu haddii ayna ahayn COVID. Waxaa lagu dhiirigalinayaa dadka khatar weyn ku keeni karo xanuunkani inay raacaan tallo bixinta ay soo jeedineyso xarunta ka hortaga xanuunada faafa ee CDC([CDC individual and household prevention behaviors](#)) iyo inaad iska ilaaliso dhismayaasha gudahooda ay dadku ku badan yihiin.



Waxaan idinka codsaneynaa inaad wada hadal la yeelato qoyskaaga maalmaha Sabtida iyo Axada sidii aan u go'aansan lahaydeen waa maxay tallaabooyinka inaad qaadaan isku haboon marka la eego xaaladahani. Haddii aad hayso wax su'aalo ah, fadlan waxaad la xiriirtaa Brenda Martinek ee bmartinek@pps.net. Mahadsanidin.

Wada jir baynu hore u wada soconeynaa,

Dr. Cheryl Proctor,

Ku-xigeenka Guddoomiyaah Waxbarashada, Casharada & Bulshooyinka Dugsiga

Brenda Martinek,

Madaxa Addeegayda Taageera Ardayda