

حقایق ترلاسه کړئ

د کویډ-19- ازموینه ترسره کول ټولنه خوندي ساتي

حتی که چېرې تاسو واکسین شوي یاست، بیا هم تاسو په کویډ-19- اخته کېدی شئ او کېدی شي چې تاسو پرې هیڅ پوه نشئ ځکه چې کېدی شي تاسو هیڅ د ناروغۍ احساس ونکړئ. کله چې تاسو ازموینه ترسره کړه، نو تاسو خپل خپلوان، خپله ټولنه او خپل ځان خوندي ساتئ.

خلک ازموینه ترسره کوي پرته له دې چې واکسین شوي وي یا نه یا پرته له دې چې د ناروغۍ احساس کوي او که نه، ځکه چې دا چاره ستاسو ټولنه خوندي ساتي. د ځوانانو، ماشومانو او نویو زیږېدلو په شمول هرڅوک ازموینه ترسره کولی شي.



نښې نښانې

- تبه
- ټوخی
- ساه لندي
- ستوماني (ستريا)
- د ستوني درد
- د پوزې بهېدل یا له بلغمه ډکېدل
- د عضلاتو درد یا د بدن دردونه
- د سر درد
- قی کول یا د زړه بدېدل
- د خوند یا بوی حس له لاسه هورکول



څه وخت باید ازموینه ترسره شي

- که چېرې تاسو نښې نښانې لرئ
- که چېرې تاسو له داسې کوم چا سره نږدې پاتې شوي یاست چې ازموینه یې مثبتې وه
- له خپل سفر څخه مخکې او وروسته
- په کور کې له ډېرو خلکو سره له یوځای کېدلو څخه مخکې او وروسته
- که چېرې ستاسو د ښوونځي یا کار لپاره اړین وي

دا چې د کویډ-19-، انفلونزا او عام زکام نښې نښانې ډېرې سره ورته دي، نو یواځینې لاره چې پوه شئ په کویډ-19- اخته شوي یاست یا نه، د ازمویني ترسره کول دي.

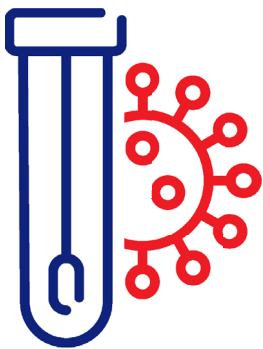
چېرته باید ازموینه ترسره شي

ازموینه په ډېرو ځایونو کې ترسره کېږي

تاسو کولی شئ چې د ډاکټر په دفتر، د ازمویني په یو ټولنیز مرکز، کار، ښوونځي یا یو درمل پلورنځي کې ازموینه ترسره کړئ. ډېری درمل پلورنځي په کور کې د ترسره کولو ازمویني آلې هم لري چې تاسو یې په خپله په کور کې ترسره کولی شئ.

ازموینه ترسره کول محرم عمل دی

پرته د کډوالۍ له حالت، طبي بیمې یا پېژند کارت له درلودلو څخه تاسو کولی شئ چې په محرم ډول ازموینه ترسره کړئ.



ازموینه ترسره کول چټک او خوندي دي

د ازمویني د ترسره کولو ډېرې لارې شتون لري

تاسو یا ستاسو روغتیاپال ممکن ستاسو له پوزې، ستونزې یا لارو څخه یو نمونه واخلي.

ځینې ازمویني لگښت لري او نور یې بیا په وړیا ډول ترسره کېږي. د نورو معلوماتو لپاره له خپلې روغتیايي ادارې سره اړیکه ونیسئ.

په هغه وخت کې چې تاسو د پایلو لپاره انتظار باسئ

ځینې ازمویني سمدلاسه تاسو ته ستاسو پایله شایي او د ځینو نورو ازموینو پایلې ممکن یو یا څو ورځې وخت ونیسي.

په کور کې د پاتې کېدلو، ماسک اغوستلو او ټولنیز واټن په پام کې نیولو په مرسته د ناروغۍ د احساس کولو پرمهال له نورو خلکو څخه ساتنه وکړئ.

که چېرې ستاسو د ازمویني پایله منفي وي



د ماسک په اغوستلو، ټولنیز واټن مراعتولو او د ناروغس د احساس کولو په صورت کې په خپل کور کې د پاتې کېدلو په مرسته د خپل ځان خوندي ساتلو ته ادامه ورکړئ.

که چېرې ستاسو نښې نښانې له منځه لاړې نشي، نو بیا ځلې ازموینه وکړئ یا هرڅومره چې اړینه وي ازموینه ترسره کړئ ترڅو ډاډ ترلاسه شي چې تاسو خپله ټولنه خوندي ساتئ.

که چېرې ستاسو د ازمویني پایله مثبت وي



که چېرې ستاسو د ازمویني پایله مثبت وي یا هر وخت چې تاسو د ناروغۍ احساس وکړئ، نو له ښوونځي، کار یا ټولنیزو پروگرامونو څخه په کور کې پاتې کېدل د خپلې ټولني د خوندي ساتلو لپاره یو تر ټولو مهم کار دی چې تاسو یې ترسره کولی شئ.

د استراحت کولو، ډېرو اوبو څښلو او د ښو نښانو د بدترېدلو په صورت کې ډاکټر ته په زنگ وهلو سره په خپل ځان پاملرنه وکړئ.

که چېرې تاسو واکسين شوي نه یاست، نو سمدلاسه واکسين وکړئ. که چېرې تاسو واکسين شوي یاست، نو ډاډ ترلاسه کړئ چې یو بیاوړې کوونکې بېچکارۍ ترسره کړئ ترڅو له خپل ځان او نورو خلکو څخه ساتنه وکړئ.



که چېرې تاسو واکسين شوي نه یاست یا مو بیاوړې کونکې بېچکارۍ نه وي ترسره کړي، نو تاسو کولی شئ چې له رغېدو څخه وروسته یو بېچکارۍ ترسره کړئ. له خپل ډاکټر څخه پوښتنه وکړئ چې څه وخت واکسين کولی شئ.

خپل ځان خوندي وساتئ. خپله ټولنه خوندي وساتئ. واکسين وکړئ.