እባክዎን ያስተውሉ፡- እነዚህ በተደጋጋሚ የሚጠየቁ ጥያቄዎች (FAQs) በ https://www.vdh.virginia.gov/covid-19-faq/ላይ የሚቀመጡ ሊታሰሱ/ሊፈለጉ የሚችሉ FAQs ንዑስ ስብስብ ናቸው፣ እና በጣም በተደጋጋሚ የሚጠየቁ ጥያቄዎችን ይወክላሉ። የተተረጎሙ በተደጋጋሚ የሚጠየቁ ጥያቄዎች (FAQs) በየ ከ2 እስከ 3 ወራት ይዘምናሉ/ይሻሻላሉ፣ ነገር ግን ሊታሰሱ/ሊፈለጉ የሚችሉ የክትባት በተደጋጋሚ የሚጠየቁ ጥያቄዎች በየወሩ ይዘምናሉ.

በተደጋጋሚ የሚጠየቁ ጥያቄዎች(FAQs) ለመጨረሻ ጊዜ የዘመኑት በ 5/18/23

1. የፌደራል መንግስቱ የኮቪድ-19 የህዝብ ጤና አስቸኳይ ጊዜ አዋጅ መቼ አበቃ? (መጨረሻ የዘመነው በ 5/12/2023)

የፌደራል መንግስቱ የኮቪድ-19 የህዝብ ጤና አስቸኳይ ጊዜ አዋጅ በሜይ 11፣ 2023 መጨረሻ ላይ አብቅቷል። ሆኖም ግን የህዝብ ጤና አስቸኳይ ጊዜ አዋጁ ሲያበቃ ኮቪድ-19 ጠፍቷል ወይም ወረርሽኙ አብቅቷል ማለት አይደለም። ይህ በቀላሉ የፌደራል መንግስቱ የኮቪድ-19 የአስቸኳይ ጊዜ አዋጁን እያበቃ ነው ማለት ነው። የዓለም ጤና ድርጅት እንደገለጸው፣ የኮቪድ-19 ወረርሽኝ አላበቃም። CDC እና VDH ለኮቪድ-19 ወረርሽኝ ንቁ ምላሽ መስጠታቸውን ይቀጥላሉ።

ለበለጠ መረጃ፣ እባክዎን የሚከተለውን ይጎብኙ፡-

- የ CDCን የፌዴራል ኮቪድ-19 የህዝብ ጤና ድንገተኛ አደጋ (PHE) አዋጅ ማብቂያ ድረ-ገጽ
- የዋይት ሀውስ የእውነታ ወረቀት (Fact Sheet)፡- ከህዝብ ጤና የአደጋ ጊዜ ሽግግር በኋላ ቀጣይነት ያለውን ከኮቪድ-19 ጥበቃዎችን እና ለቫይረሱ ማሻቀብ ዝግጁነትን ለማረጋገጥ በባይደን-ሀሪስ አስተዳደር የተወሰዱ እርምጃዎች
- HHS የኮቪድ-19 የህዝብ ጤና ድንገተኛ አደጋ
- የኮቪድ-19 የህዝብ ጤና ድንገተኛ አደጋ ማብቂያ፡- በጤና ሽፋን እና ተደራሽነት ላይ ዝርዝሮች.

2. የኮቪድ-19 ክትባትን የት ማግኘት እችላለሁ?

የኮቪድ-19 ክትባትን ለማግኘት ቀጠሮ ለመያዝ vaccinate.virginia.gov ን ይጎብኙ፣ ወደ 877-VAX-IN-VA (877-829-4682) ይደውሉ፣ ወይም ዚፕ ኮድዎን ወደ GETVAX (438829) ለእንግሊዘኛ ወይም ወደ VACUNA (822862) ለስፓንኛ ይላኩ፡፡። እድሜው 6 ወር ወይም ከዚያ በላይ የሆነ ሁሉ ለኮቪድ-19 ነጻ ክትባቶች ብቁ ነው።

በ vaccinate.virginia.gov ላይ፣ ብዙ ጊዜ የሚኖሩበትን የጎዳና አድራሻ እንዲያስገቡ የሚያስችልዎትን "በመገኛ ቦታ ፈልግ (Search by Location)" የሚለውን መጠቀሚያ ማግኘት ይችላሉ። ከዚያ ቀጠሮ ለመያዝ አማራጮች ይሰጥዎታል። አብዛኛዎቹ ክሊኒኮች ከታቀዱት ቀጠሮዎች በተጨማሪ ያለ ቀጠሮ የመሄድ አገልግሎትን ይሰጣሉ።

ምንም እንኳን የኮቪድ-19 የህዝብ ጤና ድንገተኛ አደጋ ቢያበቃም፣ ብዙ አሜሪካውያን ለኮቪድ-19 ክትባት ከኪሳቸው አውጥተው ምንም አለመክፈልን ይቀጥላሉ። ወደፊት፣ የፌደራል መንግስቱ የኮቪድ-19 ክትባቶችን በማይሰጥበት ጊዜ እና ክትባቶቹ በተለምዷዊው የጤና አጠባበቅ ሽፋን ሲሰጡ፣ ወጪ ሊኖር ይችላል።

3. የ bivalent (ባይቨለንት) የኮቪድ-19 ክትባትን መውሰድ ያለበት ማነው?

እድሜያቸው 6 ዓመት እና ከዚያ በላይ የሆኑ ግለሰቦች ቀደም ሲል (ሞኖቫለንት) የመጀመሪያ ደረጃ ተከታታዮችን ያጠናቀቁ ወይም ያላጠናቀቁ የ bivalent ክትባት አንድ ዶዝ (መጠን) እንዲወስዱ ይመከራል።

ከ6 ወር እስከ 5 አመት ያሉ ህጻናት ቢያንስ አንድ ዶዝ (መጠን) የ bivalent ክትባት መውሰድ ይችላሉ። የ bivalent ዶዞች (መጠኖች) እና ህጻናቱ የሚወስዱባቸው ጊዜ በክትባቱ እና በክትባት ታሪካቸው ይወሰናል።

ተጨማሪ የ bivalent የክትባት ዶዝ (ዶዞች) ዕድሜያቸው 65 ወይም ከዚያ በላይ ለሆኑ ጎልማሶች እና የበሽታ መከላከል አቅማቸው ደካማ በመሆኑ ለከባድ በሽታ ተጋላጭ ለሆኑ ሰዎች ሊሰጥ ይችላል።

ታካሚዎች እና ወላጆች ስለክትባት አማራጮቻቸው ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎቻቸው ጋር እንዲነጋገሩ ይበረታታሉ።

ለበለጠ መረጃ የ VDH ክትባት ድረ-ገጽ እና በተደጋጋሚ የሚጠየቁ ጥያቄዎችን (FAQs) ይጎብኙ ወይም የ CDC ድረ-ገጽ ን ይጎብኙ.

4. የኮቪድ-19 ምርመራ የት ማግኘት እችላለሁ?

ምርመራ በአካባቢዎ የጤና ክፍል፣ በጤና እንክብካቤ አቅራቢ ቢሮ፣ በአስቸኳይ እንክብካቤ ማዕከል፣ በፋርማሲ ወይም በሌላ የጤና እንክብካቤ ክሊኒክ ሊገኝ ይችላል። የ Virginia COVID-19 Testing Site ድረ-ገፅን ይጎብኙ። በቨርጂኒያ የሚገኙ አንዳንድ የምርመራ ጣቢያዎች ነፃ ወይም በቅናሽ ወጪ ምርመራን ያቀርባሉ። ለበለጠ መረጃ እባክዎን ለዚህ የተወሰነውን ጣቢያ ያግኙ።

ወደ መመርመሪያ ቦታ መድረስ ካልቻሉ፣ እርስዎ እና የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ የራስ ናሙና መውሰጃ ኪት ወይም የራስ መመርመሪያን (የቤት ውስጥ ምርመራ ወይም በቤት ውስጥ ምርመራ በመባልም ይታወቃል) ግምት ውስጥ ማስገባት ይችላሉ። ስለራስ ምርመራ ለበለጠ መረጃ፣ የ CDC ን ድረ-ገፅ Self-testing ን ይጎብኙ.

ውጤቶችዎን እንዴት እንደሚያገኙ ለማወቅ በጣም ምርጡ መንገድ ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ወይም የምርመራ ናሙናዎን ከሚያሰናዳ ወይም ከሚሰበስብ ሌላ ሰው ጋር መነጋገር ነው።

5. ኮቪድ-19 ከያዘው ሰው ጋር ንክኪ ከነበረኝ ምን ማድረግ አለብኝ?

- ከንክኪ በኋላ ለ 10 ቀናት ጭምብል ማድረግ ኮቪድ-19ን ወደ ሌሎች የማዛመት አደጋን ለመቀነስ ይረዳል።
    - 0ኛው ቀን ኮቪድ-19 ካለበት ሰው ጋር ለመጨረሻ ጊዜ ንክኪ የነበረዎት ቀን ነው።
    - ቀን 1 ከመጨረሻው ንክኪዎ በኋላ የመጀመሪያው ሙሉ ቀን ነው።
- ምርጫዎ ከሆነ በ6ኛው ቀን ይመርመሩ።
    - ቀደም ሲል ባለፉት 90 ቀናት ውስጥ በኮቪድ-19 ተይዘው ከነበር፣ ልዩ የምርመራ ምክረ-ሃሳቦችን ይመልከቱ.
    - በቨርጂኒያ ውስጥ ብዙ የኮቪድ-19 መመርመሪያ ቦታዎች አሉ እና ከእነዚህ ውስጥ የተወሰኑት ነጻ ምርመራን ያቀርባሉ።
- CDC ከሌሎች ጋር በቤትዎ ውስጥ ወይም ዝግ በሆኑ የህዝብ ስፍራዎች እስከ 10ኛው ቀን ድረስ ማስክ (ጭምብል) እንዲያደርጉ ይመክራል።
- የኮቪድ-19 ምልክቶች መኖራቸውን ይመልከቱ/ያረጋግጡ

ተጨማሪ መመሪያ በ VDH ድረ-ገጽላይ ይገኛል.

6. ኮቪድ-19 ተመርምሬ ፖዘቲቭ ከሆንኩ ምን ማድረግ አለብኝ?

የክትባት ሁኔታ ምንም ይሁን ምን፣ ቢያንስ ለ 5 ቀናት በቤት ውስጥ ይቆዩ፣ ለተገናኙዋቸው ሰዎች ያሳውቁ፣ እና ምልክቶችዎን ይቆጣጠሩ። ለኮቪድ-19 ከባድ ሕመም ከፍተኛ ተጋላጭ ከሆኑ፣ ሕክምና ማግኘት ይችሉ እንደሆነ ለማየት የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ወዲያውኑ ያግኙ፣ ይህም የሕመም ምልክቶችን ክብደት ለመቀነስ ይረዳዎታል እና ወደ ሆስፒታል መሄድን ያስቀርልዎታል።

ከ0-5 ባሉት ቀናት:- ቢያንስ ለ5 ቀናት በቤት ይቆዩ። ቀን 0 ምልክቶቹ የሚጀምሩበት ቀን ወይም ምንም ምልክት ከሌለ የተመረመሩበት ቀን ነው። ቀን 1 ከዚያ በኋላ የመጀመሪያው ሙሉ ቀን ነው። በቤት ውስጥ ከሌሎች ጋር ሲሆኑ በደንብ ግጥም የሚል ማስክ ያድርጉ። መመርመር ካልቻሉ፣ ራስዎን ለማግለል የሚሆኑ እርምጃዎችን መከተልዎን ይቀጥሉ።

በቀን 6 ወይም ከዚያ በኋላ:- ትኩሳትን የሚቀንስ መድሃኒት ሳይወስዱ ለ 24 ሰዓታት ከትኩሳት ነፃ እንደሆኑ እና ሌሎች ምልክቶችዎ እንደተሻሻሉ ከቤት መውጣት ይችላሉ።* ይሁን እንጂ፣ አሁንም በሌሎች ዙሪያ ማስክ ማድረግ ያስፈልግዎታል።(ከዚህ በታች ይመልከቱ)

** አሁንም ትኩሳት ካለብዎ ወይም ምልክቶች ካልተሻሻሉ፣ ቤት መቆየትዎን ይቀጥሉ። ጣዕም እና ሽታ ማጣት ለሳምንታት ወይም ለወራት ሊቆዩ ስለሚችሉ ተገልለው የሚቆዩበትን ጊዜ ማብቂያን ማዘግየት የለባቸውም።*

ከ0-10 ባሉት ቀናት:- በቤት እና በአደባባይ ከሌሎች ጋር ሲሆኑ በደንብ ግጥም የሚል ማስክ ያድርጉ። የበሽታ መቋቋም አቅማቸው ያነሰ፣ አረጋውያንን ወይም ሌላ ለከባድ በሽታ የተጋለጡ ወይም ከፍተኛ ተጋላጭነት ባላቸው አካባቢዎች የሚኖሩ ሰዎችን አይጎብኙ።

- በሌሎች አካባቢ ማስክ ማድረግ ካልቻሉ፣ ሙሉ 10 ቀናትን ራስዎን ያግልሉ (ቤት ይቆዩ)።
- ከህመም ምልክቶችዎ የመጀመሪያ ሙሉ ቀን በኋላ ለሙሉ 10 ቀናት ጉዞ አያድርጉ።
- እንደ ምግብ ቤቶች ወይም ጂም ያሉ ማስክ ማድረግ ወደማይችሉባቸው ቦታዎች አይሂዱ።
- የመጀመሪያው የሕመም ምልክቶችዎ ከታዩበት ቀን ጀምሮ እስከሚቀጥሉት 10 ቀናት ድረስ በቤት ውስጥ ወይም በስራ ቦታ ሌሎች ባሉበት አይመገቡ።

መለስተኛ ምልክቶች በተለምዶ በቤት እና ያለማዘዣ (OTC) በሚሰጡ መድሃኒቶች ሊታከሙ ይችላሉ። የምርመራ ውጤትዎ ፖዘቲቭ መሆኑን ካወቁ በኋላ ምልክቶችዎ እየተባባሱ ከሄዱ ወይም ለከባድ ህመም የመጋለጥ እድልዎ ከፍተኛ ከሆነ (በመጀመሪያ ቀላል ህመምም ቢሆን) የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ።

ይህ መመሪያ በጤና እንክብካቤ መስጫ ተቋማት ወይም ከፍተኛ ስጋት ባለባቸው የመሰብሰቢያ ስፍራዎች አይተገበርም። ተጨማሪ መመሪያ በ VDH ድረ-ገጽላይ ይገኛል።.

7. ለቨርጂኒያ የኮቪድ-19 ዳታ (መረጃ) የት ማግኘት እችላለሁ?

ለቨርጂኒያ ኮቪድ-19 ክትባት ዳታ (መረጃ)የVDH ድረ-ገጽን መጎብኘት ይችላሉ.

የ CDC በኮቪድ-19 ወደ ሆስፒታል የመግቢያ ደረጃዎች ሰዎችን እና ማህበረሰቦችን በኮቪድ-19 መከላከል ላይ ለመምራት ይረዳሉ።

8. ለኮቪድ-19 የሚሰጡ ሕክምናዎች ምንድናቸው?

ቀላል የኮቪድ-19 ህመም ያለባቸው ሰዎች የሚያጋጥሟቸውን ምልክቶች ለማስታገስ እቤት መቆየት፣ ማረፍ፣ ብዙ ፈሳሽ መጠጣት እና ያለማዘዣ የሚሰጡ (OTC) መድሃኒቶችን መውሰድ አለባቸው። የበሽታ ምልክቶችዎን መከታተልዎን ይቀጥሉ እና እነሱ እየተባባሱ ከሄዱ ወይም የሚያሳስብዎ ከሆነ፣ ለጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ይደውሉ። የቫይረሱን ስርጭት ለመከላከል በቤት ውስጥ ከሌሎች መራቅዎን (ራስዎን ማግለልዎን) እርግጠኛ ይሁኑ።

ለአብዛኛዎቹ ቀላል ሕመም ያለባቸው ሰዎች እነዚህ እርምጃዎች ብቻ የሚያስፈልጓቸው ሊሆኑ ይችላሉ። በዕድሜ የገፉ ሰዎች(>65 ዓመት) ወይም የጤና እክል ያለባቸው ወይም አካል ጉዳተኞች መሆናቸው ለከባድ ኮቪድ-19 ከፍተኛ ተጋላጭነት የሚዳርጋቸው ሰዎች፣ ምልክቱ እንደጀመረ የጤና እንክብካቤ አቅራቢያቸውን ማነጋገር አለባቸው። የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች እንደ ፓክስሎቪድ (Paxlovid) ባሉ መድኃኒቶች መታከምን ሊመክሩ ይችላሉ።

በጣም ከባድ ሕመም ያለባቸው ሰዎች ወደ ጤና እንክብካቤ አቅራቢዎቻቸው መደወል እንዲሁም የህክምና እና የራስ እንክብካቤ ምክሮቻቸውን መከተል አለባቸው።

እባክዎ ስለ በሽታ ሕክምና ተጨማሪ ምክሮችን ለማግኘት የጤና እንክብካቤ አቅራቢን ያማክሩ። ተጨማሪ መረጃ በ CDC የኮቪድ-19 ሕክምናዎች እና መድኃኒቶች ድረ-ገጽ ላይ እና በ VDH የኮቪድ-19 ሕክምና ድረ-ገጽላይ ይገኛል።.

የኮቪድ-19 የህዝብ ጤና ድንገተኛ አዋጅ ካበቃ በኋላ እነዚህ መድኃኒቶች ለተወሰነ ጊዜ ለታካሚዎች በሰፊው እና ያለምንም ወጪ መገኘታቸውን ይቀጥላሉ። The COVID-19 Therapeutics Locator ሰዎች እና የህክምና አቅራቢዎች መድኃኒት ያላቸውን በአቅራቢያ ያሉ ጣቢያዎችን እንዲያስሱ/እንዲፈልጉ ያስችላቸዋል።