Tijaaba-qaadis ayaa lagu beddelayaa karantiilka qofka u dhowaaday qof cudurka laga helay

Karantiilka 10-ka maalin ah ee loogu talagay qofka u dhowaaday qof cudur laga helay waxaa dadka guriga la deggan ama kuwa xiriir dhow la leh qofka cudurka laga helay loogu beddeli karaa in ay maalin walba tijaabo iska qaadaan. Wax-ka-beddelista xeer-hoosaadku waxay dhaqangelaysaa laga billaabo saqda dhexe, habeenka 26-ka jannaayo.

– Dad aad u badan ayaa hadda karantiil ku jira. Xaaladda is-qaadsiinta cudurka ayaa keentay in laga maarmi waayo in wax laga beddelo sida mudnaanta loo kala siinayo iyo xeerarka ka yaalla istaraatiijiyadda tijaaba-qaadista, go'aammada karantiilka iyo isticmaalka PCR intaba. Waxaa loo baahan yahay in degdeg loogu gudbo rajiim tijaaba-qaadis oo beddela karantiilka, ayay tiri wasiiirka caafimaadka- iyo daryeelka Ingvild Kjerkol.

Wax-ka-beddelista xeer-hoosaadku waxay dhaqangelaysaa laga billaabo saqda dhexe, habeenka 26-ka jannaayo, waxayna khusaysaa xaalad tallaal oo kasta.

Sida soo socota ayay xeerarku noqonayaan:

Karantiilka 10-ka maalin ah ee loogu talagalay qofka u dhowaaday qof cudurka laga helay waxaa lagu beddeli karaa:

- dadka guriga la deggan ama kuwa xiriir dhow la leh in ay **5 maalmood** maalin walba tijaabo iska qaadan kaddib markii u danbaysay ee ay u dhowaadeen qofka cudurka laga helay.
- dadka guriga la deggan iyo kuwa xiriir dhow la leh qof cudurka laga helay ee aan ka fogaan karin muddada uu qofkaasi ku jiro gooni-u-bixidda, waxay karantiilkii u dhowaashaha qofka cudurka laga helay ku beddelan

karaan in ay **11 maalmood** maalin walba tijaabo iska qaadaan (6 maalmood oo ka mid ah muddada gooni-u-bixidda ee qofka cudurka laga helay + 5 maalmood oo ka danbeeya). Xataa carruurta sidan ayaa khusaysa.

- rajiimka tijaaba-qaadista ka sokow, waxaa lagu taliyaa in af-dabool la xirto marka la joogo goob dadweyne oo gudaha ah – iyo in laga fogaado isu imaatinnada dadka badan iyo qabanqaabooyinka 10 maalmood kaddib markii loo dhowaaday qofka cudurka laga helay. Soo-jeedinta in af-dabool la xirto ma khusayso carruurta ka yar 12 sano, carruurta iskoollayda ah ee 12 sano ka weyn marka ay iskoolka joogaan iyo dadka aan af-daboolka xiran karin sababa caafimaad ama arrimo kale dartood.
- muddada oo dhan la soco in ay calaamadaha cudurku kugu yimaadaan.
- haddii ay kugu yimaadaan calaamadaha cudurka guriga joog oo tijaabo iska qaad.

Xeerarka cusub marka ay dhaqangalaan waxaa ay sidoo kale qabanayaan dadka xilligaas karantiilka ku jira. Taas oo ka dhigan in uu rajiimka tijaaba-qaadku ayaga xataa khuseeyo.
Dadka aan ku dhaqmin rajiimkan tijaaba-qaadka, waa in ay karantiil ku jiraan **10 maalmood**, ayaga oo karantiilka ka bixi kara haddii ay tijaabo cudurka laga waayay iska qaadan ugu horreyn 7 maalin kaddib markii u danbaysay ee ay u dhowaadeen qofka cudurka laga helay.

Dadka uu ku dhacay covid-19 saddexdii bilood ee u danbaysay waa laga dhaafay karantiilka dadka u dhowaaday qof cudur laga helay. Waxaa kale oo iyagana sii jiraya ka-dhaafitaannadii khaaska ahaa sida kuwa shaqaalaha haya hawlaha bulshada muhiimka u ah.

–Wax-ka-beddelistu waa lagama maarmaan si heer macquul ah loogu fidiyo adeegyada caafimaadka- iyo daryeelka iyo hawlaha kale ee bulshada ee muhiimka ah ayada oo la filayo in is-qaadsiinta cudurku korodho. Wayna habboon tahay in karantiilka lagu beddelo tijaaba-qaad, marka aan og nahay in omikoroonku keeno xanuun ka halis yar noocyadii hore ee fayrasyada, ayay tiri Kjerkol.

Baahida loo qabo qalabka tijaabada

Baahida guud ee loo qabo qalabka tijaabada ee qofku iska qaado ayaa kordhi doonta wax-ka-beddelistaan awgeed, iyo tirada dadka cudurka qaaday oo aad u badatay awgeed.

–Baahida weyn ee mustaqbalka loo qabi doono tijaabada qofku iska qaadayo darteed, ayaa laga yaabaa in loo baahdo in wax-ka-beddelis lagu sameeyo talooyinka la xiriira sida mudnaanta loogu kala yeelanayo isticmaalka tijaabada qofku iska qaadayo – si ay tijaabooyinku waxtarka ugu badan uga geystaan is-qaadsiinta cudurka ee bulshada. Agaasinka Caafimaadka iyo Machadka Caafimaadka Dadweynaha ayaa diyaariyay talooyinka sida ay degmooyinku mudnaanta u kala siinayaan isticmaalka tijaabooyinka, talooyinkaasna waa loo gudbin doonaa degmooyinka. Waxaan sidoo kale Agaasinka Caafimaadka faray in ay billaabaan sidii ay ku soo iibin lahaayeen qalab tijaabooyin oo badan, ayay tiri Kjerkol.

Tijaabooyin bilaash ah

13-kii jannaayo ayay dawladdu horey u sii sheegtay in karantiilka qofka u dhowaaday qof cudurka laga helay ee dadka guriga la deggan qofkaas ama kuwa xiriir dhow la leh in lagu beddeli doono tijaaba-qaad maalinle ah marka ay degmooyinku helaan tijoobooyin ku filan iyo nidaam tijaabooyinka lagu qaybiyo. Degmooyinka waxaa la faray in ay arrintaan diyaar u ahaadaan 26-ka jannaayo. Degmada ayaa bilaash ku bixinaysa tijaabooyinka uu qofku iska qaadayo ee lagu beddelayo karantiilkii qofka u dhowaaday qof cudurka laga helay.

–Degmooyin badan ayaan helin tiradii tijaabooyinka ee la filayay maaddaama ay soo daaheen tijaabooyinkii dalka la keenayay. Isla mar ahaantaana waxaa jira degmooyin badan oo sheegaya in ay diyaar u yihiin oo ay baahi xooggan u qabaan in ay u gudbaan rajiim tijaaba-qaadis oo karantiilkii lagu beddelayo. Talooyin waadax ah oo la xiriira sida mudnaanta loo kala leeyahay marka la isticmaalayo tijaabada qofku isku qaadayo, talooyinkii isticmaalka PCR oo wax laga beddelay iyo tijaabooyin cusub oo la soo iibsaday ayaan marka la isu geeyo waxaan qabaa in ay gundhig wanaagsan u noqonayaan in horey laga hirgeliyo wax-ka-beddelaadda la soo jeediyay, ayay tiri wasiirka caafimaadka- iyo daryeelka Ingvild Kjerkol.

Dadka kale ee u dhowaada qof cudurka laga helay ma gelayaan karantiil

Karantiilka dadka u dhowaaday qof cudurka laga helay ee aan ahayn dadka guriga la deggan qofkaas cudurka laga helay ama kuwa xiriir dhow la leh waxaa la joojiyay 13-kii jannaayo. Waxaa dadkaas lagula taliyaa in ay tijaabo iska qaadaan 3 iyo 5 maalin kaddib markii ay qofka u dhowaadeen, waxaana lagu talinayaa in ay 10 maalin si wanaagsan ula socdaan in calaamadaha cudurku ku yimaadaan. Haddii ay calaamado kugu yimaadaan guriga joog oo tijaabo iska qaad.

- **Halkan ka akhriso warbixin dheeri ah oo ku saabsan wax-ka-beddelaadda istaraatiijiyadda TISK**

Sida loo kala hormarinayo tijaabooyinka:

1. dadka calaamadaha cudurka leh
2. tijaaba-qaadis marka la og yahay in loo dhowaaday qof cudurka laga helay
    a. tijaaba-qaadis karantiilkii loogu beddelay dadka guri la deggan/ ama xiriir dhow la leh qof cudurka laga helay
    b. dadka kale ee u dhowaaday qof cudurka laga helay
3. tijaaba-qaadis kale oo ku salaysan ka-hortagga faafidda cudurrada
    a. Tijaaba-qaadista dadka haya hawlaha bulshada muhiimka u ah (oo ay ku jiraan shaqaalaha caafimaadka)
    b. Tijaaba-qaadis joogto ah

- **Akhriso war-saxaafadeedka: Karantiilka soo gelidda waddanka ee hadda jira waa la joojinayaa**