

ሜይ (May) 12 ቀን 2021

ውድ የዶርተ ካይ. ሃይት (Dorothy I. Height) የመጀመሪያ ደረጃ ትምህርት ቤት፤

ይህ ደብዳቤ፣ በሜይ (May) 11 ቀን 2021፣ በ'ዶርተ ካይ. ሃይት (Dorothy I. Height)' ውስጥ በመጨረሻ የነበረ ግለሰብ፣ የኮሮናቫይረስ (COVID-19) የተገኘበት (positive test) መሆኑ ሪፖርት መደረጉን ለመግለጽ ነው። ግለሰቡ በአሁኑ ጊዜ በካንጋሶቹ ውስጥ የማይገኝ እና በሕክምና ነፃ መሆኑ እስከሚረጋገጥ አይመለስም። በሽታው መኖሩ (positive case መኖሩ) በታወቀ ጊዜ፣ እና መጠነ-ሰው ጥንቃቄ ለመውሰድ ሲባል፣ ክፍሎችን፣ የቢሮ አካባቢዎችን፣ የሰብሰባ ክፍሎችን፣ እና ሌሎች የጋራ መጠቀሚያ ቦታዎችን ጨምሮ፣ ህንፃዎቹ የተጸዱ እና ከብክለት ነፃ (disinfected) ተደርገዋል።

ከግለሰቡ ጋር የቅርብ ግንኙነት (close contact) እንደነበራቸው ያወቅናቸውን ሰዎች ወዲያውኑ ያሳወቅናቸው እና በዲሲ ጤና (DC Health) እና በCDC መመሪያዎች መሠረት፣ መመሪያዎችን ሰጥተናቸዋል። 'የቅርብ ግንኙነት' የሚባለው፣ እንደ፡ (1) COVID-19 ከታየበት ግለሰብ ጋር በግምት በ6-ጫማ (feet) (2 ሜትር) ርቀት ውስጥ፣ ለተራዘመ-ጊዜያት አብረው ከነበሩ (ለምሳሌ፣ በአንድ ቢሮ ውስጥ ወይም ክፍል ውስጥ በሽታው ካለበት (positive ከሆነ) እና ምልክቶቹን ከሚያሳዩው ግለሰብ ጋር ከነበረ) ወይም (2) በCOVID-19 ከታመመው ግለሰብ ከወጣው የተበከለ ፈሳሽ (infectious secretions) ጋር ቀጥተኛ ግንኙነት ከነበረው (ለምሳሌ፣ ካሳለበት)። ማስታወሻ፡ "የቅርብ ግንኙነት (close contact)" ለሚለው አባባል፣ በሽታው ካለበት (positive ከሆነው) ግለሰብ ጋር፣ መስፈርት ቁጥር (1) ወይም (2) ላይ ያሉትን ካላካተተ በስተቀር፣ በአንድ ፎቅ ላይ ወይም በአንድ ህንፃ ውስጥ የነበሩትን ሌሎች ግለሰቦችን በሙሉ የሚያካትት አይደለም።

ሙሉ-ለሙሉ የተከተቡ ሰዎች፣ COVID-19 ካለው ሰው ጋር የቅርብ ግንኙነት ከነበራቸው፣ ምልክቶች እስካልታዩባቸው ድረስ፣ ለብቻ-ተገልለው መቆየት (quarantine ማድረግ) አያስፈልጋቸው። ማንኛውንም COVID-19ን የሚጠቁም ምልክት የሚያሳዩ ሙሉ-ለሙሉ የተከተቡ ሰዎች፣ እራሳቸውን ማግለል እና ምርመራ እንዲያደርጉ - የጤና እንክብካቤ ሰጪያቸውን ማነጋገር አለባቸው። አንድ ሰው ሙሉ-ለሙሉ ተከትቧል ለማለት የሚቻለው፣ የCOVID-19ን ተከታታይ ክትባት (የባለ '2-dose' ተከታታይ ክትባት ከሆነ፣ ከሁለተኛው ክትባት-በኋላ፣ ወይም ባለ አንድ ክትባት (single-dose) ክትባት ከሆነ ደግሞ ከዚያ ከአንዱ ክትባት በኋላ) ካጠናቀቀ ከ14 ቀናት በኋላ ነው።

በአሁኑ ጊዜ ባለው የዲሲ የጤና መመሪያ (DC Health guidance) መሠረት፣ የመጋለጥ ሁኔታ ሊኖር ይችላል በሚል ምክንያት፣ ምርመራ ማድረግ እና የውዴታ ለብቻ ተገልሎ መቆየት (voluntary quarantine) ውስጥ ማለፍ አያስፈልጋችሁም። ሆኖም ግን፣ ለማንኛውም የCOVID-19 ምልክቶች፣ እንደ ትኩሳት፣ ሣል፣ እና ትንፋሽ ማጠር ያሉ ምልክቶችን፣ ራሰዎን እና ቤተሰቦችዎን በቅርብ እንዲከታተሉ፣ አጥብቀን እናሳስባለን። ከእነዚህ ማናቸውንም ምልክቶች ከታዩ፣ እባክዎን በመኖሪያ ቤትዎ ውስጥ ይቆዩ እና የጤና እንክብካቤ ሰጪዎን ወዲያውኑ ለምክር ያነጋግሩ። ትምህርት ቤትዎንም በማነጋገር፣ ተማሪዎ በመኖሪያ ቤት ውስጥ የሚቆይ መሆኑን ያሳውቁቸው።

እንደማስታወሻ እንዲሆናችሁ፣ እራሳችንን፣ ቤተሰቦቻችንን፣ እና በዙሪያችን ያሉ ሌሎችን፣ ከCOVID-19 ደህንነትን ለመጠበቅ፣ ሁላችንም ልናደርግ የሚገቡትን የጥንቃቄ እርምጃዎችን እነሆ ቀርባናል፡

- እጃችሁን በሣሙና እና ውሃ፣ በተለይ ደግሞ ከመመገባችሁ በፊት፣ የመታጠቢያ ቤት ከተጠቀማችሁ በኋላ፣ እና ወደ መኖሪያ ቤታችሁ ተመልሳችሁ ስትገቡ፣ ደጋግሞችሁ ታጠቡ፤
- ስታሰሉ እና/ወይም ስታስነጥሱ በወረቀት (tissue) ሸፍኑ፣ ከዚያም ወደ ቆሻሻ መጣያ ጥላችሁ ወዲያውኑ እጃችሁን ለ20 ሰከንዶች ታጠቡ ወይም የእጅ ማጽጃ (hand sanitizer) ተጠቀሙ
- ዐይናችሁን፣ ፊታችሁን እና አፋችሁን ከመነካካት ተቆጠቡ
- ተደጋግመው የሚነኩ ቦታዎችን (surfaces) ማጽዳት እና እንዳይበከል በማድረጊያ (disinfect) ማጽዳት
- ሕመም ከተሰማችሁ በመኖሪያ ቤታችሁ ቆዩ
- ማህበራዊ ርቀትን (social distancing) ጠብቁ
- አዲስ የማሻሻያ መረጃዎችን (updated information) ለማግኘት፣ coronavirus.dc.gov ይጎብኙ

አሁን ያለንበት ጊዜ፣ በጣም አስቸጋሪ እና የማያስተማምኑ ጊዜያቶች ናቸው። በዚህ ከባድ ጊዜ ሁላችንም አብረን ነን፣ ይህን አስቸጋሪ ጊዜ፣ አብረን እንወጣለን።

እናመሰግናለን!

ማሲ ፕሬስተን (Masi Preston)

ርዕሰ መምህርት፣ ዶርቲ ኣይ. ሃይት (Dorothy I. Height) የመጀመሪያ ደረጃ ትምህርት ቤት