

Bagadus movt váldit koronavirusiskosa alddis

Bargovuohki

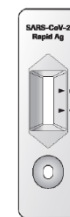
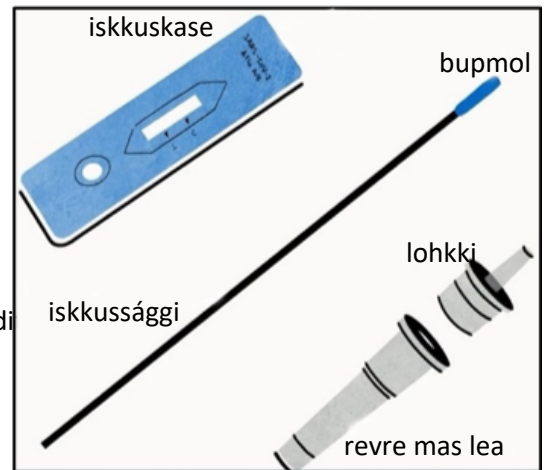
Lea deatalaš čuovvut bargovuogi dárkilit, vai oaččut rievttis bohtosa iskosis. Loga olles bargovuogi ovdal go álggát.

1. Biergasiin maid don leat ožžon galget leat latnjatemperatuvrras 15 minuhta ovdal anát. Dasa lassin dárbbasat don ruskaseahka ja diimmu dahje mobiilla mihtidit áiggi 15 minuhta.
2. Basa gieđaidat bures ovdal álggát.
3. Bija biergasiid goike, ráinnas ja jalges duolbadasa ala, omd. beavddi dahje beaŋkka ala.
4. Raba divttis páhka ja váldde iskkuskasehta ja páhka mas lea goikkadanávnnas mat leat siste eret. Ale duohtat dan jorba itge dan njealječieगत fealtta kasehtas. Geahča ahte kasehtta ii leat billahuvvan ja bija dan goike ja jalges duolbadasa ala.

Páhka mas lea goikkadanávnnas čuovvu mielde. Kuvllat mat leat páhkas mas lea goikkadanávnnas galget leat fiskadat. Jus dan páhka kuvllaid ivdni lea ruoná, it sáhte atnit dan iskosa. Dalle fertet oažžut ođđa iskosa.

5. Váldde eret folie mii lea bajimusas revrres mas lea golggus ja bija revrre čuožžut omd. gohpožii. Váruht ahte it golggat golgosa.
6. Raba páhka mas lea steriila iskkussággi. Ale duohtat bupmola mii lea sággi nuppi geažis.
7. Don galggat váldit iskosa goappašat njunneráiggiin, ja álgit dainna njunneráiggiin mii orru eanemus giddanan. Don galggat atnit dan seamma iskkusákki goappašat njunneráiggiide.
8. Geahča bajás guvlui ja jođit sákki várrogasat sullii 2 cm njuolga njuni sisa. Jorat sákki 4 njealje geardde njunis, ane sullii 15 sekundda, ovdal geasát sivvadit olggos. Gearddut dan nuppi njunneráiggiis.

Lea deatalaš dahkat dan nugo čilgejuvvo dás, vai vástádus šaddá riehta.



Iskkuskaseah



Páhka mas lea



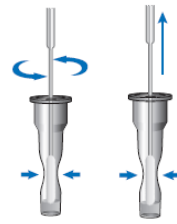
Revre mas lea golggus



Gurut njunneráigi

Olgeš njunneráigi

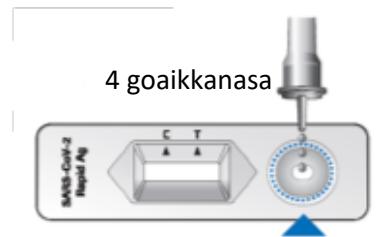
9. Bija iskkussákki njuolga revrii mas lea golggus, ja bupmoloassi mii dus lea leamaš njunis galgá vulos golgosii. Cikce revrre olggobeale vuollin seammás go jorahalt iskkussákki unnimusat 10 geardde. Bože bupmoloasi golgosa dainna lágiin ahte deattát revrre oktii ja seammás jorahat sákki ja gaikkut dan bajás ja eret. Báلكkes sákki ruskasehkki.



10. Deatte gorkka mas lea goaikkanaslohkki, garrasit ja bures revrii.



11. Jorgal plastarevrre ja goaikkut 4 goaikkanas plastarevrre golgosis jorba feltii iskkuskasehtas.



12. Iskkuskasehtta galgá dál orrut jaska 15 minuhta. Mihtit áiggi 15 minuhta ovdal go logat iskosa bohtosa.

13. Čohkke buot biergasiid maid leat atnán ruskasehkki manjil go leat lohkan iskkusbohtosa. Čana seahka bures ja báلكkes dábálaš ruskaid searvvis.

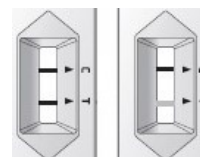
14. Basa giedaid ja duolbadasa maid leat atnán.

Loga iskosa bohtosa

Boađus ihtá sárggisin main lea ivdni dan njealječieगत feltii iskkuskasehtas. Fuolat ahte lea buorre čuovga go logat bohtosa.

Positiiva iskkus

Jus iskkus gávdná koronavirusa, ihtet guokte sárgá main lea ivdni. Okta sárggis veardidansajis (C) ja okta sárggis veardidansajis (T). Juohkelágan ivdnerohusaid mat ilbmet veardidansajis galgá árvvoštallat positiiva iskkusin.



Jus oaččut positiiva iskosa, de lea du jáhkkimis korona. Don fertet mannat erremii ja dingot diimmu iskanstašuvdnii váldit duođašteaddji iskosa. Go dingot diimmu, de fertet don dieđihit ahte dus lea leamaš positiiva iskkus jođánisiskosis.

Negatiiva iskkus

Jus ihtá dušše okta sárggis mas lea ivdni veardidansajis (C), lea iskkus negatiiva iige leat gávdnon koronavirus. Dutnje ii leat njommon, muhto fertet ain čuovvut koronanjuolggadusaid.



Eahpegustovaš iskkus

Jus ii iđe sárggis mas lea ivdni veardidansajis (C), lea iskkosis juoga boastut. Dalle fertet váldit iskosa ođđasit ođđa iskkuskasehtain.

