

Kinisou Ren Omw Fori Tes

En ka fori tes ikenai ren ewe monun samau a efisata COVID-19. Tes mei pwan fakkun mwirino ngeni kisinon fetanin me cheunon ewe monun semwen.

Mei chomong ekkei meinafo chon semwenin COVID-19 mine ewe kuumien public health esapw tufichin kokoruk ren ika en mei positive omw we tes. Ekkewe tetenin fan mei anisuk omw kopwe weweiti met kopwe fori mwirin omw fori ewe tes ikenai.

Fansoun omw witiwit ren pungun omw we tes

Nomonong non imw me towaw seni aramas—poputa seni ikenai.

- Ekiki ita nge mei wor reomw ewe monun semwen me en mi tongeni acheu ngeni ekkoch.
- Atonafichi ika mei pung noum we nampan fon ke ngeni kich. Sipwe kokoruk ika text ngonuk ren pungun omw ewe tes, mei tongeni epwe tori ew wiik.

Maketiw iten meinisin aramas en mei churir non ekkei chok fansoun mei chok kanoto.

- **Churi emon mei wor ren monun semwen** wewen kopwe nomw non 6 fiit unukun emon mi or ren COVID-19 non ukukun 15 minich tetenino, mei aea ika ese aea pwonupwonun won maas.
- **Ika ese wor reomw ekkewe esisin**, maketiw iten meinisin aramas en mei nomw unukur poputa seni ewe aruwen ran me mwen kopwe eto tes.
- **Ika mei wor reomw ekkewe esisin**, maketiw iten meinisin aramas en mei nom unukur poputa seni ewe aruwen ran mwe mwen ekkewe esisin epwe poputa.

Ika pungun omw we tes mei positive

Ika mei wor reomw ewe monun semwen me en mi tongeni acheu ngeni ekkoch. En kopwe:

1. **Imuno me non imw.** Nomonong non imw me towaw seni ekkoch, pachenong aramasen non pwisin imwom ewe.
 - Ika en mei semwen, imuno non 10 ran seni ewe fansoun a poputa ekkewe esisin ME tumunu ewe pwichikar epwe wesino non 24 awa, nge ese pwan wor safean aninis, me mwen kopwe nomw unukur ekkoch.

- Ika ese wor esisin reomw, imuno non 10 ran poputa seni ikenai (ewe ran ka fori ewe tes).
2. **Mwitir koko, text ika email ngeni ekkewe en mei churir ika nom unukur.**
Fetatin kunok me fansoun mei auchea! Esine ngeni emon me emon ekkewe aramas pwe en mei positive ren COVID-19. Aramas mei wor watten semwen rer non ekkewe ruu ran mwen ar repwe mefi esisin me ekkoch ese fen wor esisin epwe pwa rer. Ika ke tori chiechiomw me omw family mwirin ruwanu ranun ar nomw unukum, iwe en mei anisi an esapw tori pwan emon aramas ewe semwenin COVID-19.
 3. **Ereni ekkewe ir mei churuk repwe nometiw non imw, repwe imuno seni ekkoch me pwan feino tes.** Ir mei tongeni porous ngeni ekkewe dokter ren ar repwe tes, kokori 2-1-1 ika ese wor nour dokter ika ar repwe tes non ekkewe neni me non community. Mei mwirino ika ekkewe re churuk repwe witiwitino mwirin ruwanu ran seni ewe fansoun ir mei nomw unukumw me mwen repwe tes. Ewe tes esapw tongeni epwe pwarata pungun ika pwe repwe mwitir ne tes. Ika pwe re tes nge mi positive, iwe repwe imuno me ereni ekkoch ion ir mei churir.
 4. **Ekkewe ir mei churuk ika nom unukumw repwe akota ar repwe nomonong non imw** non ukukkun 14 ran mwirin ewe saingon fansoun ou chufengen. Mei tori ukukkun 2-14 ran an epwe pwa ekkewe esisinen COVID-19. Ika ewe emon mei churuk ika nom unukumw ese mefi esisinen semwen me ese nom non nenien tumunu mei semwen non fansoun-nakatam, ar repwe nomonong non imw epwe chok much mwirin 10 ran. Ekkewe chon nom unukumw ir mei tongeni ekeunoi ar repwe nomonong non imw mwirin fisu ran, ika ar kewe tes mei negative fiti me ewe tes ren antigen me polymerase ewe ir mei angei kisi seni ewe 48 awa mwen epwe much fansoun nomonong non imw. Ika ir mei nom ren ekkoch mei watte ar sokkun semwen, iwe repwe nomonong non imw non ewe ukukkun 14 ran. Ir mei tongeni ekis ika fen tufichin ar repwe atoura fetanei ewe monun semwen ika re amochano ar we fansoun nomonong non imw me mwen epwe wes. Iei wewen, ekkewe ir mei churuk ika nom unukum repwe sopweno ne kakaton ekkewe esisin iteiten fansoun ewe unusen 14 ran ren fansoun nomonong non imw. Ika pwe ekkewe esisin a poputa, repwe niwin sefaniti ne nomonong non imw, kokori ewe public health me non nenier we me pwan kokori nour dokter ren pworousen tes.
 5. **Ponuweni ewe koko ika pwe ewe kuumien public health ra kokoruk.** Ereni ekkewe ir mei churuk ika nom unukumw repwe ponuweni fon fansoun public health epwe koko.

Ika pungun omw ewe tes mei negative

- Ika pwe en mei churi ika chufengen me emon mi wor ren COVID-19, iwe ka churi ewe monun semwen. **Ika mwo pwe omw we tes mei negative, kopwe chok nomotiw neimw me towaw seni ekkoch aramas (nomonong non imw) non 14 ran** poputa seni ewe saingon fansoun en mei nomw unukum ewe aramas. Ika kese mefi ekkewe esisin me kese nom non nenien tumunu mei semwen non

fansoun-nakatam, omw fansoun nomonong non imw epwe chok much mwirin 10 ran. Ka pwan tongeni ekeunoi omw fansoun nomonong non imw mwirin fisu ran, ika omw ewe tes mei negative fiti me ewe tes ren antigen me polymerase ewe en mei angei kisi seni ewe 48 awa mwen epwe much fansoun nomonong non imw. Ika en mei nom ren ekkoch mei watte ar sokkun semwen, iwe kopwene nomonong non imw non ewe ukukkun 14 ran. En mei tongeni ekis ika fen tufichin kopwe atoura fetanei ewe monun semwen ika ke amochano omw fansoun nomonong non imw me mwen epwe wes. lei wewen, kopwe sopweno kakaton mei ifa usum ren ekkewe esisin iteiten fansoun ren ewe unusen 14 ran ren fansoun nomonong non imw. Ika pwe a wor nein ekkewe esisin a poputa, kopwe niwin sefaniti ewe angangen quarantine, kokori ewe public health me non neniomw we me pwan kokori noumw dokter ren pworosen tes.

- **Fiti meinisin kokot me eureur seni noumw dokter.**
- **Sopweno iteiten ran ne tumwunuk pwisin me ekkoch.**
- **Ika pwe en mei semwen nge kose mefi chikar**, porous ngeni noum we dokter ika ewe clinic. En mei tongeni semwen ren och sokkun nge esapw ren COVID-19.

Ika en mei semwen iei ika ka fen semwen

- **Piwisin tumunuk.** Anapano omw asoso me unnuwatte mi nèènèè ika konik. Kokori noumw we dokter ika ewe clinic pwe kopwe kuna ika kopwe tongeni unumi safei an epwe anisuk omw kopwe mefi pochokun.
- **Akaporous ngeni noumw we dokter.** Koko me mwen kopwe no ngeni ew clinic ika ofesin dokter. Ika pwe ese wor noum dokter, kokori 211. Ir mei pwan tongeni anisuk ina mwo ika ese wor noumw health insurance. Mei wor chon chiaku.
- **Mei tongeni watteno omw semwen. Kokori omw we clinic ika dokter ren eureuren safei.**
- **Kokori 911 ika feino ngeni omw we local emergency room ika pwe en mei mefi weiresen ekkewe esisin:**
 - Weiresin ngasangas
 - Metek ika ngut fanimwar ika upw
 - Ese chiwen tufichin uun ika oromi mettoch mei nèènè
 - Pwopwutani ne rukoruk ika weires an epwe pwaata
 - Kior mesen aaw ika won maas

Kapas ais?

Katon ewe [OR-OHA-COVID-19](#) ika omw we local health department website ren sopesopun esinesin me porous won met kopwe fori ika pwe ke tes nge mi positive ren

COVID-19, ifa usun omw kopwe imuno ika nomonong non imw me ifa usun chon anisuk fanosun nomotiw neimw.

Ewe Oregon Health Authority a mochen aucheani me kinisou ngeni ewe Multnomah County Putain Health ren ar angang ar fori ei taropwe me atoura fan iten meinisin aramasen Oregon.

Toureochun taropwe: Ren ekkewe aramas mi wor osupwangen an inisir tongeni ika aramas rese sinei fosun Merika, OHA mi tongeni awora taropwe non ew sokkun nikinik ar repwe weweiti, awewe ren fosun ekis, epwe mesemong ekkewe mak, ika non nikinikin noun mei chuun. Kokori ewe Center ren Porousen Health won 1-971-673-2411, 711 TTY ika COVID19.LanguageAccess@dhsoha.state.or.us.