



## Badbaadada Hawada Gudaha iyo COVID-19

Isu-imaanshooyinka gudaha waxay kordhin kartaa halista faafidda COVID-19. Si kastaba, dadka qaar waxay u baahan karaan inay waqti ku isticmaalaan gudaha sida ka qayb ah shaqadooda. Waxaa jiro tallaabooyin la qaadayo oo yareyn karto halista faafidda COVID-19 ee jawiyadaan.

### Tallaabooyinka ah inuu qof walba qaado

- Xiro maaskarada wajiga.
- Illaali baaxadaada - u jirso ugu yaraan lix fiit (6) ee dadka kale oo marwalba ah.
- Ku dhaqo gacmahaaga saabuun iyo biyo hadba sida loogu baahanyahay.
- Ha taaban wajigaaga haddii aysan ahayn islamarkiiba kadib dhaqidida gacmahaaga.
- Ku qufac oo ku hindhis kaliya curcurka shaatigaaga ama safaleeti/istiraasho. Dhaqo gacmahaaga haddii aad isticmaashid safaleeti/istiraasho. Haku quficin ama haku hindhisin maaskarahaaga haddii aad ku caawin kartid.

### Tallaabooyinka oo loo-shqeeyayaasha iyo milkiilayaasha dhismaha qaadi karaan

- Isticmaal dhaqaaqa hawada dabiiciga (tusaale ahaan, furidda daaqaadaha iyo albaabada) si ay hawada bannaanka gudaha usoo gasho markii xaaladaha jawiga iyo sharuudaha dhismaha u oggolaaneyso.
  - Ha furin daaqaadaha iyo albaabada haddii sameynta sidaas ku soo rogto halista badbaadada ama caafimaadka degganayaasha, oo ay ku jiraan carruurta (tusaale ahaan, halista dhacitaanka ama neefsashada suntagubada ee jawiga banaanka sida sunta kaarboonka, caaryada, ama busta).
- Markii dhaqaaqa hawada dabiiciga ku fillan aysan suurto gal ahayn, loo-shaqeeyayaasha iyo milkiilayaasha dhismooyinka waxay qaadi karaan tallaabooyin sare loogu qaado hawo siinta dhismaha oo ay la tashanayaan xirfadlayaasha HVAC, sida ku saleysan xaaladaha jawiga deegaanka.

- La shaqee taqasusuyada kuleelka, haweynta, iyo qaboojiyaha (HVAC) si wax ku-ool looga dhigo qalabka dhismahaaga.
    - ♦ Hubi in fiiltarada ay yihiin qaab shaqeynayo oo wanaagsan iyo in qalabku leeyahay dayactir joogta ah.
      - [Kordhi fiiltareynta hawada](#) sida badan oo suurtoogalka ah iyada oo aan jirin si weyn loo yareynin naqshada qulqulka hawada (MERV-13 ama ka wanaagsan).
      - Ka baar qalabka HVAC la ekaanshaha fiiltarada ku haboon oo hubi qaababka loo yareeyo waxyaabaha fiiltarka maro.
    - ♦ Kordhi boqolkiiba hawada banaanka, (tusaale ahaan, isticmaalida qaababka tamarta yar ee howlgalada HVAC) sida sare ee boqolkiiba 100% si loo kordhiyo gelida hawo cusub. Si kastaba, inta lagu jiro muddooyinka qiiqa dabka keymaha, ha isticmaalin hawada banaanka.
    - ♦ Kordhi saadka qulqulka hawada guud ee boosaska la joogo, haddii ay suurtoogal tahay.
  - Ha isticmaalin marwaxooyin oo qaboojinta gudaha boosaska bulshada.
    - ♦ Marwaxooyinka waxay dib u qaybiyaan hawada, taas oo ku faafin karta jeermisyada booska gudaha oo dhan. Marwaxooyinka waxay FIICANYIHIIN haddii gudaha guriga leh u dhawaanshaha qoyska joogtada ah.
    - ♦ Haddii marwaxooyinka ay tahay in la isticmaalo, la shaqey xirfadlayaasha HVAC si ay u geliyaan marwaxooyinka si markaas hawada booska shaqada hal qof aysan afuufeyn booska qof kale.
  - La shaqey xirfadlayaasha HVAC si aad u abuurtaan dhaqaaqa hawada ee ka imaaneyso aagag nadiif ah ee ku socoto aagaga aan aad u nadiifsaneyn.
  - Hayso shaqaale ka shaqeeyo aagaag “nadiifka” hawo siinta oo aan ku jirin aagaga halista sareyso sida soo dhaweynta martiga ama xarumaha jimicsiga (haddii ay furanyihiin).
- Isticmaal qalabyada marwaxa/fiiltareynta leh qayb ahaan hawada tayada sareyso ee la qaadi karo (HEPA) si loo [xoojiyo nadiifinta hawada](#) (gaar ahaan aagaga halista sareyso). Tan waa in lagu sameeyaa kormeerida xirfadlaha HVAC si loo yareeyo halista ka soo afuufida hawo qof ku qof kale.
  - Hubi marwaxada kuleelka ee xarumaha musqusha inay shaqeynayaan oo ku shaqeynayaan awood buuxdo markii dhismaha la daganyahay.

- Iyo caawinta xirfadlayaasha, tixgeli isticmaalka tuubada- ama qaybta qaabilaada hawada ku dhagan, qolka kore, iyo/ama qalabyada jeermsidilka iftiinta (UVGI) oo boosaska shaqada cufnaanta badan.
- Si aad u yareysido halista cudurka Hargabka hawa saiinta, raac [tallooyinka OHA](#) ee mowduucaan oo dib u furida.

## Wixii warbixin dheeraad ah, fadlan arag

- [Warbixinta Badrooniga CDC COVID-19 oo Xafiiska Dhismooyinka](#)
- [Bulshada Kuleleynta Ameerikaanka ah, Injineerada Farantijeerada iyo Qalabka Hawo siinta \(ASHRAE\) Booska Dokumintiga ee Caabuqyada Hawada](#)
- [Haqida OHA ee loogu tallogalay Dib u furida Qalabyada Biyaha Dhismaha kadib Xirnaan Dheer](#)

## Si aad U soo wargelisid Halista

Haddii aad ku aragtid halista goobta shaqada, waxaad ku soo xareyn kartaa cabasho dhinaca Oregon OSHA oo af Ingiriis ama Isbaanish ah [ee websaydka OSHA](#).

**Helida:** Shakhsiyaadka naafada ah ama shakhsiyaadka ku hadla luuqad aan ahayn Ingiriis, OHA waxay ku siin kartaa dukumiintiyo qaabab kale ah sida luqadaha kale, daabacaad ballaadhan, farta indhoolayaasha ama qaab aad adigu doorbidayso. Kala xiriir Mavel Morales lambarka 1-844-882-7889, 711 TTY ama [OHA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us](mailto:OHA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us).