

የእርስዎ ክትባት፡ ምን መጠበቅ እንዳለብዎት

በሲያትል ከተማ እና በምዕራብ ሲያትል የጥላይብል የክትባት ክሊኒክ ቀጠሮዎን ስላሰያዙ እና መሰጠት፡፡

ጉብኝትዎ በተቻለ መጠን እንከን የለሽ እና ደህንነቱ የተጠበቀ መሆኑን ለማረጋገጥ፣ እባክዎ ምን እንደሚያመጡ፣ የት እንደሚሄዱ እና ምን እንደሚጠብቁ ዝርዝሮችን ለማግኘት ከጉብኝትዎ በፊት ይህን መረጃ ይገምግሙ፡፡ ማንኛውም ዓይነት ጥያቄ ካለዎት ወይም የአካል ጉዳተኛ ማረፊያን ለመጠየቅ ከፈለጉ እባክዎን ወደ የሲያትል ከተማ የደንበኞች አገልግሎት ቢሮ ከሰኞ እስከ ዓርብ ከጥዋቱ 8 እስከ ምሽት 5 በ (206) 684-2489 ይደውሉ፡፡ የውስጥ ቋንቋ አገልግሎቶች በስልክ እና በክትባቱ ክሊኒክም ይገኛሉ፡፡

ከቀጠሮዎ በፊት

ለራስዎ እና ለሌሎች ጤንነት እና ደህንነት ሲባል፣ እባክዎን የሚከተሉት ምልክቶች ካሉብዎት በቀጠሮዎ ላይ አይገኙ፡

- የኮቪድ-19 ሕመም የሚመስሉ ማንኛቸውም ምልክቶች፣ እንደ ትኩሳት፣ የጉሮሮ ሕመም ወይም ሳል የመሳሰሉ ካሉብዎት፣ ወይም
- ባለፉት 14 ቀናት ውስጥ ከኮቪድ-19 ምርመራ አወንታዊ የሆነ ግለሰብ ጋር የቅርብ ግንኙነት ፈጥረው ከሆነ፡፡

ወደ ቀጠሮዎ ምን ይዘው እንደሚመጡ

- ፎቶ ያለው መታወቂያ፣ (ካለዎት፣ የግድ አይደለም)፡፡ ፎቶ ያለው መታወቂያ ከሌለዎት፣ አሁንም በነጻ ክትባት መውሰድ ይችላሉ፡፡
- ጭምብል ወይም የፊት ሽፋን
- ክትባቱን በላይኛው ክንድዎ አካባቢ በቀላሉ ለመስጠት እንዲቻል፣ ጉርድ እጅጌ፣ ወይም እጅጌው ወደላይ በቀላሉ መሰብሰብ የሚችል ልብስ ይልበሱ፡፡
- ሁለተኛው ወይም ለማጠናከሪያ ተጨማሪ መጠን እየተቀበሉ ከሆነ፣ የክትባት ማረጋገጫ፡፡ የክትባት ማረጋገጫ ከሌለዎት፣ አሁንም ቢሆን ሁለተኛውን ወይም ተጨማሪ የማጠናከሪያውን መጠን ማግኘት ይችላሉ፡፡

ይዘው መምጣት የሌሉብዎት

- የቤት እንስሳት (የአገልግሎት እንስሳ ካልሆነ በስተቀር)
- ጓደኞች እና ቤተሰብ ወደ ክትባት ክሊኒክ፡፡ ለልጅ የእንክብካቤ መዋዕል ከሌለዎት ወይም እርዳታ ከፈለጉ፣ ልጆችን ወይም እርዳታ የሚሰጥ ሰው ማምጣት ይችላሉ፡፡

መቼ መድረስ እንዳለብዎት

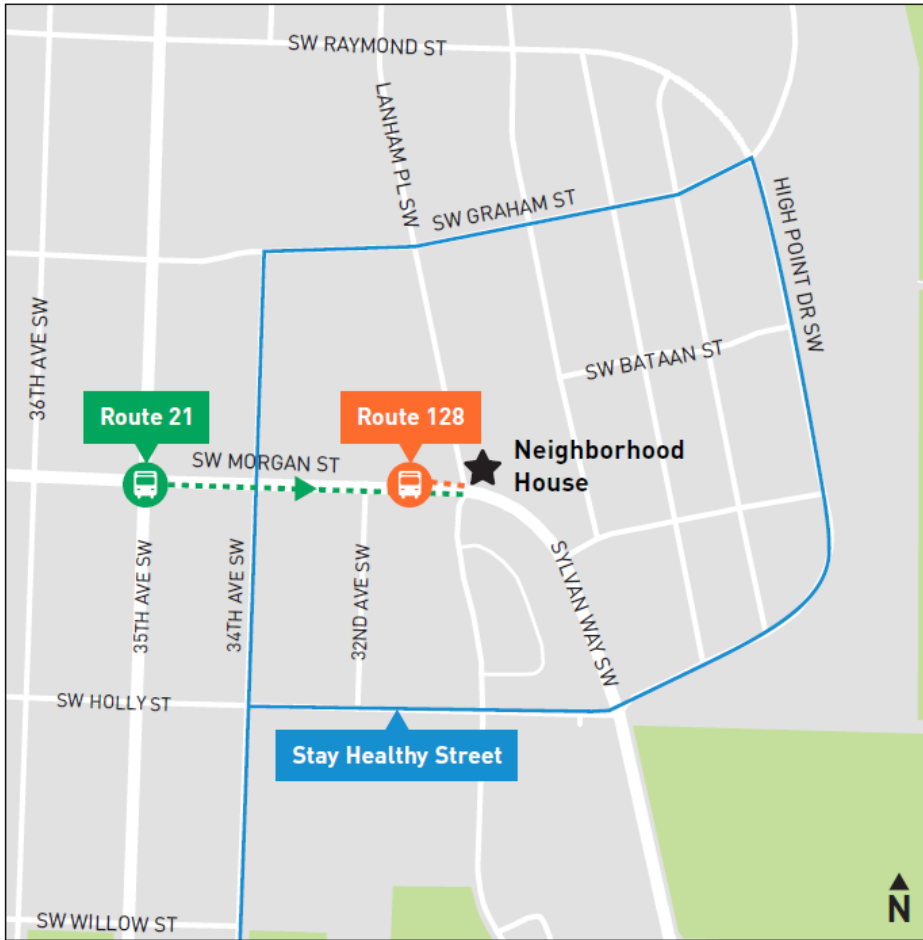
የምዕራብ ሲያትል የክትባት ክሊኒክ የሚሰራው በአብዛኛዎቹ ዓርብ ከጥዋቱ 11 እስከ ምሽት 7 እና በአብዛኛዎቹ ቅዳሜዎች ከጥዋቱ 8:30 እስከ ምሽት 4:30፣ እና ቀጠሮዎች አያስፈልጉም፡፡ ቀጠሮ ከያዙ፣ እባክዎን በተቻለ መጠን ለቀጠሮዎ ቅርብ በሆነ ጊዜ ይምጡ፡፡ ክትባቱ አያልቅብንም፣ እና መከተብዎን ለማረጋገጥ ቀደም ብለው መድረስ አያስፈልግዎትም፡፡

እዚያ እንዴት እንደሚደርሱ

በምዕራብ ሲያትል የክትባት ክሊኒክ ጣቢያ 6400 Sylvan Way SW Seattle, WA 98126 ላይ የተወሰነ ነፃ የመኪና ማቆሚያ ቦታ አለ፡፡ ከጣቢያው አጠገብ ደግሞ ነፃ የመንገድ ላይ ማቆሚያም አለ፡፡

የምዕራብ ሲያትል የክትባት ክሊኒክ በኪንግ ካውንቲ የባቡር መስመሮች (Metro Routes) 21 እና 128 በቀላሉ ይደረስበታል፡

- መስመር 21፣ ከሁለቱም አቅጣጫ፣ ከአውቶቢሱ SW Morgan St. ላይ ይውረዱ፡፡ ከዚያ Lanham Pl SW/31st Ave SW እስኪሻገሩ ድረስ በ SW Morgan St. ወደ ምስራቅ ይጓዙ፡፡ የምዕራብ ሲያትል የክትባት ክሊኒክ (Neighborhood House High Point) መግቢያ በግራዎ ላይ ይገኛል፡፡



- መስመር 128፣ ከሁለቱም አቅጣጫ፣ ከአውቶቢስ Lanham Pl SW ላይ ይውረዱ። Lanham Pl SW/31st Ave SW – ሲያቋርጡ የምዕራብ ሲያትል የክትባት ክሊኒክ (Neighborhood House High Point) መግቢያ በግራም በኩል ይሆናል።

ከ እና ወደ ማንኛውም የክትባት ጣቢያ ነፃ የመጓጓዣ አገልግሎት በ [Lyft](#) እና [Hopelink Mobility](#) በ(ስልክ: [425-943-6706](tel:425-943-6706)) ይገኛል።

እዚያ ሲደረሱ ምን መጠበቅ እንዳለብዎት

1ኛ ደረጃ፡ መምጣት ማስረገጥ (Check-In)

በግልጽ ምልክት የተደረገበት የክትባት መስመር ይገባሉ። በክትባቱ ጊዜ ሁሉ ጭምብልዎን መልበስ ይጠበቅብዎታል። አስቀድመው ተመዝግበው ከሆነ፣ የሲያትል እሳት አደጋ መከላከያ (SFD) ክፍል ቡድን አባላት የቀጠሮ ማረጋገጫ ኮድዎን በመጠየቅ ቀጠሮዎን ለማረጋገጥ ይረዱዎታል። የማረጋገጫ ኮድዎ ከሌለ፣ ሰራተኛ ስምዎን እና የልደት ቀንዎን ይጠይቃሉ። የሚሰጡት ስም ለቀጠሮው ከተያዘው ስም ጋር አንድ ዓይነት መሆን አለበት። ፎቶ ያለው መታወቂያ ካለዎት ለማሳየት ዝግጁ መሆንዎን ያረጋግጡ፣ ነገር ግን መታወቂያ የግድ አያስፈልግም።

ቀጠሮ ካልያዙ፣ የሲያትል እሳት አደጋ መከላከያ ክፍል ቡድን አባል የእርስዎን የግል እና የእውቅያ መረጃ ያረጋግጣል። እንዲሁም ጥቂት የግዴታ የጤና ማጣሪያ ጥያቄዎችን ይጠይቅዎታል። ይህ ክፍል ለሦስት ደቂቃዎች ያህል ይቆያል።

2ኛ ደረጃ፡ ክትባት ምውሰድ

ክትባትዎ የሚተገበረው በፕላያብል (Pliable) የጤና እንክብካቤ ባለሙያ ነው። እባክዎን ክትባቱን እንዲወስዱበት የመረጡ ከንድዎን እጅጌዎን ወደላይ ይሰብስቡ። የቁስል መሸፈኛ ይደረግልዎታል እና እየወሰዱ ስላለው ክትባት መረጃ ይሰጥዎታል። ይህ ክፍል አንድ ደቂቃ አካባቢ ይቆያል።

ደረጃ 3፡ በምልከታ አካባቢ ዘና ይበሉ

የመጀመሪያ ወይም ሁለተኛ የክትባት መጠን እየወሰዱ ከሆነ፣ በምልከታው አካባቢ ውስጥ ይቀመጡ እና ለ15 ደቂቃዎች ሰዓት ቆጣሪ ይያዙ። ከዚህ በፊት በክትባት ምክንያት የመድኃኒት እንደ ደረቅ ምች ያለ አጋጥሞዎት ከሆነ፣ እባክዎን ለ30 ደቂቃዎች በምልከታው አካባቢ ይቆዩ። የጤና አጠባበቅ ባለሙያዎች በጥቂት ጫማዎች ርቀት ላይ ይገኛሉ እና ለሚፈልጓቸው ማናቸውም ፍላጎቶች መርዳት ወይም ማንኛውንም ጥያቄዎች መመለስ ይችላሉ። ከ15 ደቂቃዎች በኋላ፣ ወደ ቤት መሄድ ይችላሉ! አብዛኛውን ጊዜ፣ አጠቃላይ ሂደቱ ለ 30 ደቂቃዎች ያህል ይቆያል።

የክትባት ማጠናከሪያውን እየተቀበሉ ከሆነ፣ በክትባት ምልከታው አካባቢ ውስጥ መቆየት አያስፈልግዎትም እና ክትባቱን ተከትሎ ወዲያውኑ ወደ ቤት መሄድ ይችላሉ።

ደረጃ 4፡ ተከትበዋል!

የሞዴርና (Moderna) ወይም ፋይዘር (Pfizer) ክትባቶች የመጀመሪያ መጠን እየተቀበሉ ከሆነ፣ ሁለተኛ የመድኃኒት መጠንዎን እንዳይረሱ የወደፊት ቀጠሮዎን ይያዙ። በመከተብዎ እንኳን ደስ አለዎት!