

## Bievnesh eejhtegidie skuvlesne

Ávtelen skuvlh Nöörjesne steegkesovvin ij lij naan áehpies suetiegeerjehtimmie maanaj gaskem maanagiértine jìh maanaskuvline. Viertiestamme geerve almetjigujmie vaenie maanah mah suetiem áádtjeme Nöörjesne jìh abpe veartanisnie. Daan mearan vâájnoe goh maanah jìh noerh joekoen vuelege vaahram utnieh itjmies skiemtjelassem koronavijrusinie áadtjodh. Vaahra lea vueliegâbpoe goh jeatjah voejngehtasseskiemtjelasside, vuesiehtimmien gaavhtan influenza.

### Jearsoe maanide skuvlesne árrodh

Daelie skuvlh ánnetje ánnetje rìhpesieh, jìh juktie suetiem gaertjiedidh libie gelliej ráajvarimmiejgujmie nierhkeme. Boelhken ávtese sijhtebe lissie veele árrodh suetievaarjelimmien gorredidh. Men dellie eevre daerpies gaajhkesch mijjeh dejnie viehkiehtibie jìh dejtie orre raeride suetievaarjelimmien bijre fulkebe. Skuvlesne sijhtebe joekoen áántjestalledh:

- gieth bíssedh jìh learoehkidie hijven giëtebissemerutijnh lieredh
- hijvenlaakan sjiekedidh
- dalhketjh jaabnan bíssedh, vuesiehtimmien gaavhtan nedtepreejrh
- lissie jijnjem álkone árrodh learohkigujmie, aaj siejhme skuvletæjmojne jìh SEÖ:sne
- ööhpehtimmien jìh gaavnedimmieh unnebe dáehkine utnedh
- hijven jovnesem sinsætnan utnedh

Edtjebe annje hoksedh learohki lea jearsoe jìh hijven skuvlebyjrese. Gaajhkesch mah skuvlesne berkìeh edtjeh hoksedh learohkigujmie hijven.

### Jis dov maana mádtan domtoe

Jis dov maanan leah skiemtjelasessymptomh ij edtjh skuvlese báetedh, daate faamosne aaj jis maanan leah viesjies symptomh. Lissie vihkeles maanah leah gâetesne unnemes aktem dygnem mænngan dej eah leah vielie symptomh. Jis naan jeatjebh gâetesne voejngehtassesymptomh utnieh jallh koronavijrusem áádtjeme, idie edtjh maanam skuvlese dáeriedidh.

Jis maanah skiemtjine sjidtieh skuvlesne, mijjeh eejhtegidie gaskesadtebe. Maanah tjuerieh veedtjesovvedh jallh gâetide vaedtsedh skuvleste dan varke gâarede.

### Eejhtegh eah byörh skuvlen sijse dáeriedidh

Mijjeh pryövebe maanide dáastoehdidh álkone jìh sijhtebe eejhtegh eah skuvlen jallh gâarvedstjiehtjelen sijse dáeredh.

Gieth bíssedh lea seamma vihkeles gâetesne goh skuvlesne. Bíssede giëtide ávtelen skuvlese báetede, jìh dallatjinie dijjeah gâetide báetede.

Maanah byöroeh eeremes vaenie jeatjah maanajgujmie árrodh astoeaekien, jìh eeremes álkone stáákedidh.

## **Skuvleskovhte**

Jis learohkh skuvlebussem vaeltieh tjuerieh mujhtedh hijven jovnesem höölstedh, dovne mearan bussem vuertieminie jñh bussesne. Seammalaakan jis learohkh vñhtsem jallh jeatjah skovhtem skuvlese vaeltieh. Eah byörh skuvleskovhtem jñh byögkeles skovhtem dåeriedidh jis nuepie gååvnese baajedh årrodh.