



Mae Brechu yn achub  
bywydau

كوتان ذيان دڤتاريزيت



## كوتاني كوظيد - 19

بؤ دڤبیت من ضاوة رواني وة لڤرتني  
كوتاني كوظيد-19 بکڤم؟



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES



DIOGELU CYMRU  
KEEP WALES SAFE



## كيشةي تندرستي ماوة دريد نوانةي خواروة دةطريتهوة:

- شير نجانةي خوين (وةك لو كيميا, ليمفوما يان ميلموما)
- نةخوشي شةكر
- نةخوشي دل
- كيشةي سينط يان قورسي هةناسة كردن هتر وةك نلتيهابي بوري هةناسة, ناوساني سيبهكان وةنطهنةفاس
- نةخوشيةكاني طور ضيلة
- نةخوشيةكاني جهرط
- لاوازي سيستمى بقرطيري بهوي نةخوشي يان دةرمان (وةك نةخوشي نيدز HIV, دةرمانى سترىود, ضارسةري كيمياوي يان ضارسةري تينكة).
- نةطر نةدامةك ضانديت
- نةطر توشي جةلته بيت يان نةخوشي (TIA)
- نةخوشيةكاني دةمار يان ويرانكيري ماسولكة هتر وةك نةركم ونةخوشي ميشك.
- كيشةي قورسي فيربووني توند
- بارودوخي داون
- كيشةي سنل هتر وةك كيم خويني وراسي يان نةطر سنلي تولا بردووة
- كيشةي زور قةلتهوي (BMI 40 بيت يان زياتر)
- كيشةي دةرووني توند هةبيت

لة هةمان كاتدا كة نوانة تةمنيان لة 16 تا 64 سالة كة كيشةي تندرستي ماوة دريدان هةية كوتان دواتر دةدرت به:

- نةو كسانى كة ضاوديري سةرەكين بو كسانى بةتةمئن نوانةي كة تندرستيان لة ذير مةترسي دةبيت نةطر نةو كسةي ضاودير دةكات نةخوش كةوت.
- كسانى طةتورةي طانج كة لةشويني تندرستين ولة شويني مانةوهي ماوة دريدن.

ناش نئم طروثانة نوانةي كة تةمنيان لة نيان 50 تا 64 كوتان وةلدەطرن

كاتي كة كوتاني زياتر بدەست دةكوتيت به طروثي زياتر لة خةلك دةدرت

من يكةكم لة طروثةكاني سقروة دامة, بؤ دهبيت من  
ضاووروان بم.

كوتاني ظايروسي كورونا بةدهستمان دةكويوت وةك بؤمان ثةسعد دةكفن,  
وضونكة هقر باجةك دروست دةكريت وبؤمان دةنيرين, بة سورة بانطي  
خةلك دةكفين وكاتي سقرودانةكة بؤ دةنيرين كاتي دهبيتة سورةي تؤ بة  
زوترين كات كة كوتان لة ذير دةستمان هةبيت.

## لة ضي شويئةك من كوتان وةلدةطرم؟

كوتان بة ريطايي جاواز بة خةلك دةدريت. زورينةي خةلك دةرونة  
نيزيكترين سةنتقري كوتان. هنديك تيمهكاني كوتان سقروداني خةلك دةكفن  
وكوتان ثيان دةدقن, بؤ نمونة خانووةكاني ضاوديري.

## من ضي بكم نةطقر نةو سةنتقري كة بؤ من دهستنيشان كراوة نيزيك نةبيت

تكاية سقروداني نةو سةنتقري بكة كة بؤ تؤ دهستنيشان كراوة. نةطقر  
نةضية نةو سةنتقري كة بؤ تؤ دهستنيشان كراوة, لةوانقية ضاووروان  
بكي تاسةنتقري تير بؤت دهستنيشان بكن.

## نايا دةتوانم كوتاني كوظيد-19 بة ثارة بكرم لة شويئةكي تاييت يان لة دةرمانخانة؟

نةخير, كوتان كوظيد-19 تةنها بة بي بقرامقر هعية بة ريطايي  
طروثةكاني شايستهي NHS.

### زانياري زياتر

دەتوانی زانیاری زیاتر بدوزیەو دەربارەي كوتاني  
كوظيد-19 وئيكهاتةكاني وئةطقري كاريطقري لاوئكي لة  
نعم مألثقة:

[https://111.wales.nhs.uk/coronavirus\(2019ncov\)](https://111.wales.nhs.uk/coronavirus(2019ncov)) and  
[www.gov.uk/government/collections/mhra-guidance-on-coronavirus-covid-19](http://www.gov.uk/government/collections/mhra-guidance-on-coronavirus-covid-19)

دەتوانی ئاطادارمان بکەي دەربارەي كاريطقري لاوئكي بة  
ئونلاين لة [coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk](http://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk), يان بة  
دابزيني بقرنامقي كرتي زقرد.

تا بزاني ضون NHS زانياريئكاني تؤ بقر دةهينيت  
سقروداني نعم مألثقة بكة

[111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/  
yourinfoyourrights](https://111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights)

بؤ داو اكر دنه, كوئى زياتر لة نعم ناملكة سقرودانه, نعم

© تەندروستی طشتی ویلز، مانپی یەك 2021 (لەطەڵ ئیزانیی تەندروستی طشتی  
ننطرا)

ISBN 978-1-78986-154-293