

ابق في المنزل في حال كونك مريضاً

نقوم بفعل كل شيء سويةً للتقليل من انتشار عدوى فيروس الكورونا

إن فيروس الكورونا قد يؤدي إلى مرض كوفيد - 19 والذي يذكر بأعراض الزكام العادي أو الإنفلونزا. إن معظم الذين يعانون من الأعراض لا يصابون بالمرض إلا أن الأمر قد يكون خطيراً بالنسبة للمسنين وذوي الصحة الضعيفة. إن مرض كوفيد - 19 ينتقل عبر العدوى بصورة خاصة عند قيام الشخص بالعطس أو السعال.

ابق في منزلك في حال كونك مريضاً

يتوجب عليك، في حال كونك تعاني من الحرارة أو السعال أو سيلان الأنف أو ألم في الحلق، أن تبقى في البيت و أن تتجنب الإختلاط بالآخرين الذين لا يسكنون معك. يتوجب عليك البقاء في البيت حتى لو كنت تشعر بأنك مريض بشكل طفيف فقط. ابقى في منزلك إلى أن تتعافى زائد يومين اضافيين. لن يكون من الممكن عندها أن تصيب الآخرين بالعدوى.

قم بحماية كبار السن وضعاف الصحة

إن احتمال أن يعاني كبار السن من الأعراض الخطيرة للمرض كبير. إن الشيء ذاته ينطبق على الأشخاص الذين يعانون من أمراض خطيرة. لذلك فإنه من المهم تجنب المقابلة أو الزيارة هنا. اتصل هاتفياً بهم عوضاً عن ذلك.

ما الذي يمكن لك القيام به لتجنب الإصابة بالمرض؟

- قم بغسل اليدين بكثرة وبعناية بالصابون والماء. استعمل كحول اليدين في حال عدم توفر الصابون والماء.
- حاول تجنب لمس العينين أو الأنف أو الفم.
- ابتعد بمسافة عن الذين يسعلون أو يعطسون وحاول عدم مصافحتهم بالأيدي.

متى و أين يجب علي التوجه للحصول على المساعدة؟

لا يحتاج معظم الذين يصابون بمرض كوفيد - 19 إلى الرعاية الطبية كون المصاب تختفي من تلقاء نفسها. اتصل على الرقم 1177 في حال ساء وضعك بشكل كبير أو في حال تعرضك لمصاب في التنفس حتى في وضعية الإستراحة. تقوم وقتها ممرضة بمساعدتك على الحصول على الرعاية المناسبة في المكان المناسب. اتصل على الرقم 112 في الحالات الخطيرة التي قد تهدد الحياة.

إن الإرشاد الطبي عبر الهاتف متاح كذلك باللغات التالية:

- الإنكليزية - اتصل على الرقم 1177 على مدار الساعة
- الفنلندية - اتصل على الرقم 1177 من الاثنين حتى الجمعة بين الساعة 8 - 12
- العربية - اتصل على الرقم 08-123 130 80 جميع الأيام بين الساعة 8 - 22
- الصومالية - اتصل على الرقم 08-123 130 90 من الاثنين حتى الجمعة بين الساعة 8 - 17
- الفارسية - اتصل على الرقم 08-123 130 87 من الاثنين حتى الجمعة بين الساعة 8 - 17

يتوفر المزيد من المعلومات على 1177.se وفي حال وجود أسئلة عامة لديك حول كوفيد - 19 اتصل على الرقم 113 13 .