

اگر بیمار هستید در خانه بمانید

با همکاری یکدیگر همه توان خود را برای کاهش سرایت ویروس کرونا به کار خواهیم بست

- از افرادی که سرفه می کنند یا ریزش بینی دارند فاصله بگیرید و از دست دادن با آنها اجتناب کنید.

چه زمانی و در کجا باید درخواست کمک درمانی کنید؟

اکثر افرادی که به بیماری کو-وید ۱۹ مبتلا می شوند نیاز به مراجعه برای دریافت درمان ندارند چون ناراحتی آنها به خودی خود برطرف می شود. اگر حالتان خیلی بد است و یا در زمان استراحت نیز مشکل تنفسی دارید با ۱۱۷۷ تماس بگیرید. در این صورت یک پرستار به شما جهت دریافت درمان صحیح و در محل صحیح کمک خواهد کرد. همیشه در مواقعی که جانتان در خطر است با ۱۱۲ تماس بگیرید.

راهنمای درمان تلفنی به زبان های زیر نیز موجود است:

انگلیسی - به صورت شبانه روزی به ۱۱۷۷ زنگ بزنید

فنلاندی - روزهای اداری از ساعت ۸-۱۲ به تلفن ۱۷۷ زنگ بزنید

عربی - همه روزها از ساعت ۸-۲۲ به شماره ۰۸-۱۲۳۱۳۰۸۰۰ زنگ بزنید

سومالیایی- روزهای اداری از ساعت ۸-۱۷ به شماره ۰۸-۱۲۳۱۳۰۹۰۰۰ زنگ بزنید

پارسی- روزهای اداری از ساعت ۸-۱۷ به شماره ۰۸-۱۲۳۱۳۰۸۷۰۰ زنگ بزنید

اطلاعات بیشتر در وب سایت 1177.se وجود دارد و چنانچه دارای پرسش های عمومی در رابطه با کو-وید ۱۹ هستید به شماره ۱۱۳۱۳ تلفن بزنید.

ویروس کرونا جدید می تواند منتهی به بیماری کو-وید ۱۹ شود که به سرماخوردگی و آنفلوآنزا شباهت دارد. اکثر افرادی که نشانه های آن را پیدا می کنند چندان بیمار نمی شوند اما برای انسان های سالمند و مریض این بیماری می تواند خطرناک باشد. کو-وید ۱۹ در درجه نخست زمانی که فردی که مبتلا به آن است سرفه یا عطسه می کند سرایت می کند.

اگر بیمار هستید در خانه بمانید

اگر دچار تب، سرفه، ریزش آب بینی و یا درد گلو هستید می بایست در منزل بمانید و از تماس با افرادی غیر از اهل منزلتان اجتناب کنید. حتی اگر خیلی کم هم احساس مریضی می کنید می بایست در منزل بمانید. تا زمان بهبودی کامل و نیز دو روز اضافه تر پس از آن در منزل بمانید.

به این صورت دیگران را مبتلا نخواهید کرد.

از سالمندان و بیماران مزمن محافظت کنید

افراد سالمند در معرض خطر بیشتری برای بیمار شدن قرار دارند. این شامل افراد دارای بیماری های مزمن نیز می شود. به همین دلیل مهم است که از دیدار و تماس با آنها خودداری شود.

برای تماس با آنها از تلفن استفاده کنید.

خودتان برای جلوگیری از بیمار شدن می توانید چه اقداماتی انجام دهید؟

- دست هایتان را مرتب و با دقت با آب و صابون شستشو دهید. اگر آب و صابون ندارید از مایع ضد عفونی کننده استفاده کنید.

- از دست زدن به چشم ها، بینی و دهان اجتناب کنید.