

Coronavirus çevirisi için metin

(Sunhedstyrelsen.dk tarafından 11 Mart 2020'de yayınlandı - Morten Sodemann)

Semptomlar nelerdir?

- Coronavirus / COVID-19 adı verilen hastalık ateş, öksürük veya solunum güçlüğü ile ortaya çıkabilir.
- Semptomlar hastalık bulaştıktan 14 gün sonra görülür.
- Hastalığı olan insanların büyük çoğunluğunda semptomlar vardır

Son 14 gün içinde koronavirüs / COVID-19 bulunan bir ülkede bulduysanız (aşağıdaki tabloya bakın) veya koronavirüs / COVID-19 olan biriyle yakın temasa geçtiyseniz hastalandıysanız doktoru arayın.

Gelmeden önce aramanız ve bekleme odasına girmemeniz önemlidir, çünkü başkalarına bulaştırabilirsiniz.

Mesai saatleri dışında, acil servise veya acil telefona başvurun:

Region Syddanmark, Lægevagten: 70 11 07 07

Region Hovedstaden, Akuttelefon: 1813

Region Nordjylland, Lægevagten: 70 150 300

Region Midtjylland, Lægevagten: 70 11 31 31

Region Sjælland, Lægevagten: 70 15 07 00

Hastalık tehlikeli midir?

Çoğu kişi hastalanmıyor.

Yaşlı insanlar ve zaten hasta ya da zayıf bünyeli insanlar daha fazla hastalanabilirler

Hastalık çocuklar veya hamile kadınlar için tehlikeli değildir

Corona nasıl bulaşır?

Hastalığın bulaşabilmesi için insanların birbirine çok yakın olması gerekiyor.

Hastalık insandan insana el sıkışmaları, sarılmalar ve öpüşme yoluyla yayılır. Hastalık öksürük ve hapşırma yoluyla yayılır.

Hastalık ayrıca kendi yüzünüze ve burnunuza dokununca da yayılır, böylece virüs ellerinize geçer.

- Her zaman kolunuza öksürün ve hapşırın .
- Ellerinizi sık sık yıkayın

Enfekte olmaktan nasıl kaçınılır?

Tokalaşmaktan, öpüşmekten ve sarılmaktan kaçının (en yakın aileniz değilse).

Yurtdışına mümkün olduğunca seyahat etmekten kaçının.

Aynı anda çok insan varken otobus ve trenle yolculuk yapmaktan kaçının.

Çoğu çocuk ve genç yetişkin enfeksiyonu yayıyor, bu nedenle kurallara uyarak daha kolay hasta olan ailedeki yaşlıların hastalıktan korunmasına yardımcı olabilirsiniz

Nasıl muayane olunur?

Kimin muayene edileceğine dair kurallar sürekli değişmektedir, ancak şu anda sadece hastalığa yakalanan veya hasta olan biriyle doğrudan temasta bulunanların hastalık için test edilmesi gerekmektedir.

Pamuklu çubukla tükürük örneği alınarak test yapılır.

Karantina nedir?

Hastalanmadan enfekte olursanız veya enfekte olmuş biriyle yakın temastaysanız, yetkililer sizden 14 gün boyunca evde kalmanızı isteyebilir - yani ne dışarı çıkın ne de işe gidin. Sonra aileniz sizin için alışveriş konusunda yardımcı olabilir.

Ne yapmalısın?

Aşağıdakileri yapmanızı öneririz:

- Yemek yemeden önce sık sık ve düzenli olarak ellerinizi yıkayın özellikle dışarda başka insanların arasında bulduysanız.
- Başkalarını da düşünerek, hapşırıp öksürürken ya kağıt mendil kullanın ya da kolunuzu ağzınıza siper edin.
- Tokalaşmaktan, yanaktan öpüşmekten ve kucaklaşmaktan kaçının.
- Hem evde hem de işyerinde temizliğe azami dikkat edin
- Toplu taşıma dahil olmak üzere çok insan bulunan yerlerde ve özellikle hasta görünüyorsa kendinize dikkat edin diğer insularla aranıza mesafe koyun ve ellerinizi sık sık yıkayın.
- Hastaysanız evde kalın işe gitmeyin, çok kişinin olduğu ortamlardan uzak durun (örneğin bekleme salonları) aranıza mesafe koyun (örneğin toplu taşıma araçlarında) ellerinizi sık sık yıkayın başkalarına atmayın
- Bazı risk gruplarındaki insanları ziyaret etmekten kaçının : 80 yaşın üzerindeki kişiler veya ciddi akciğer veya kalp hastalığı olan kişiler.
- Hastanede yatan hasta ziyaretlerini azaltın

Kendim hastaysam veya özel risk altındaysam?

- Çok sayıda insanın bulunduğu yerlerden kaçının
- Partilerden, toplantılardan veya daha büyük kalabalıklardan kaçının
- Diğerleriyle aynı kuralları uyun (elleri sık sık yıkayın)

- Arkadaşlarınızdan ve ailenizden sizi ziyaret etmemelerini isteyin eğer hasta veya yurtdışından gelmişler ise.
- Alışveriş yaparken diğer insanlardan uzak durun.
- Herhangi bir řüpheniz varsa, tedavinizi yapan doktora sorun

Daha fazla bilgi için:

<https://politi.dk/corona>

<https://www.sst.dk/>

Kalp hastaları:

<https://hjerteforeningen.dk/2020/03/coronavirus-og-hjertesygdom-faa-nyeste-viden-paa-hjerteforeningen-dk-corona/>

Diyabet hastaları:

<https://diabetes.dk/aktuelt/coronavirus.aspx>

Kanser hastaları:

<https://www.cancer.dk/nyheder/coronavirus-saadan-forholder-du-dig-som-kraeftpatient/>