

علائم مبتلا شدن به ویروس چه است؟

▪ نام بیماری کرونا ویروس/ کوید-۱۹ می باشد. علائمش: تب، سرفه یا مشکل تنفس.

▪ این حالات ذکر شده از زمان مبتلا شدن به ویروس تا ۱۴ روز ادامه دارد.

▪ احتمال اینکه این علائم ذکر شده در اشخاص مبتلا به بیماری بروز شود زیاد می باشد.

اگر در ۱۴ روز گذشته در کشور های که ویروس کرونا رائج هست بوده آید (در جدول زیر نوشته شده) یا اینکه در ارتباط با فرد یا افراد مبتلا به این ویروس بوده آید به دکترتان زنگ بزنید اگر مریض هستید.

بسیار مهم است که در مرحله اول با تلفن تماس بگیرید و به مطب دکتر نیایید زیرا که به این ترتیب جلوگیری از انتقال ویروس و بیماری به افراد دیگر می شود.

خارج از زمان تماس تلفنی یا دکترتان باید به دکتر کشیک یا با اورژانس تماس بگیرید:

۷۰۱۱۰۷۰۷: دکتر کشیک / Region Syddanmark / ناحیه جنوب دانمارک

تلفن اورژانس: ۱۸۱۳ / Region hovedstad / ناحیه پایتخت

دکتر کشیک: ۷۰۱۵۰۳۰۰ / Nord Jylland / ناحیه شمال یولند

دکتر کشیک: ۷۰۱۱۳۱۳۱ / Midt Jylland / ناحیه وسط یولند

دکتر کشیک: ۷۰۱۵۰۷۰۰ / Region Sjælland / ناحیه شیلند

آیا این بیماری خطرناک است؟

اکثریت مریض نمی شوند.

سالمدان و افرادی که از قبل مریضی دارند و یا ضعیف هستند می توانند بیشتر مریض شوند.

این بیماری برای بچها و زنان حامله خطرناک نیست.

چطور بیماری کرونا سرایت می شود؟

در ارتباط و نزدیکی به شخص و آلودار. بیماری از راه دست دادن، بقل کردن، رو بوسی کردن پخش می شود. ههچنان از طریق سرفه و عطسه کردن بیماری پخش می شود.

بیماری از طریق لمس کردن صورت خود و بینی هم پخش می شود و به این طریق به دستانتان سرایت می شود.

• جلوی سرفه و عطسه را با دستتان بگیرید

• دستانتان را به تعداد مکرر بشویید

چطور باعث جلوگیری از سرایت ویروس بشویم؟

از دست دادن، بقل کردن و بوسیدن جلوگیری کنید (مگر اینکه خانواده خودتان است).

از سفر به خارج از کشور خودداری کنید.

از سوار شدن اتوبوس و قطار در زمان و ساعت ازدهام مردم برحذر کنید.

اکثرا بچها و نوجوانان هستند که ویروس را پخش می کنند. بنابراین با رعایت و عمل کردن دستورات جلوگیری از پخش بیماری می توان کمك حال افراد ضعیف خانواده بود که دچار بیماری نشوند.

چطور معاینه انجام می شود؟

قانون و دستور اینکه چه کسانی باید معاینه بشوند در هر زمان تغییر می کند. ولی در حال حاضر شامل کسانی می شود که مریض به این بیماری مبتلا شده اند و یا اینکه در ارتباط نزدیک یا شخص و یا اشخاصی که به این بیماری مبتلا هستند می باشد.

معاینه از طریق تف و بزاق دهان بر روی پنبه/ گوش پاک کن انجام می گیرد

قرنطینه چه است؟

اگر شخص مبتلا به ویروس شده بدون اینکه مریض باشد و یا اینکه در ارتباط و نزدیک به فرد یا افراد مبتلا به ویروس بوده است. در این شرایط مقامات دولتی خواستار این هستند که شما بمدت ۱۴ روز در خانه بمانید. به این معنا که نه به بیرون و سر کار بروید. فامیلتان برای خرید مواد غذائی و اشیای دیگر شما را کمك کنند.

چکار باید کرد؟

سفارش می شود که شما:

• به تعداد مکرر دستانتان را بشوید و مخصوصا که در ارتباط با افراد دیگری در تماس بوده آید و همینطور دستتان را قبل از غذا خوردن بشویید.

■ در هنگام عطسه و سرفه جلوي دهانتان را با دستمال يکبار مصرف بگيريد و يا از ارنج دستتان استفاده کنيد

■ از دست دادن، بغل کردن و بوسیدن اجتناب کنيد

■ توجه و دقت بيشتري در هنگام تميزي درخانه و محل کار

■ توجه به رفتار تان در مکانهاي که افراد زيادي هستند مخصوصا مکانهاي رفت و آمد. فاصله از افراد را رعايت کنيد , مخصوصا
افرادي که بنظر مريض مي ايند. دستتان را به تعداد مکرر بشوييد

■ اگر مريض هستيد در خانه بمانيد

■ دوري کنيد از مکانهاي که افراد زياد هستند مثلا اطاق انتظار, رعايت فاصله رادر حمل و نقل در محيط بيرون و خيابان بکنيد. دستانتان
را به تعداد مکرر بشوييد تا از سرايت و پروس و بيماري پرهيز شود.

■ توجه کنيد که پرهيز کنيد از دیدار و ملاقات افراد در سن ۸۰ سالگي و افراي مشکل ريه و قلبي دارند

■ به ملاقات افراي که در بيمارستان هستند تا حد امکان نرويد.

اگر خودتان مريض و يا داراي ريسك هستيد؟

■ اجتناب کنيد از مکانهاي که افراد زياد است

■ اجتناب کنيد از مهماني و جشن و ملاقات يا افراد زياد

■ اصول و مقررات در مورد مبارزه با بيماری را رعايت کنيد (دست شستن مکرر)

■ اجتناب کنيد از در ارتباط بودن با دوست و نزديکان که بيمار هستند و يا اينکه در سفر خارج از کشور بوده اند

■ حد فاصله را رعايت کنيد در هين خريد کردن

■ اگر سوال و ترديدی در اين مورد داريد ار دکترتان سوال کنيد