

مرحبا!

أنا إسمي فتيحة و أعمل كمرشدة اجتماعية و صحية ببلدية فيرملاند

أريد إخباركم بالإرشادات العامة و الجديدة بشأن كورونا/كوفيد -19

1. إذا تم تشخيصك أو الإشتباه في إصابتك بعدوى كوفيد 19 أو لديك أعراضا تشير إلى احتمال إصابتك بكوفيد 19 و تخطط لإجراء الفحص الطبي أو تنتظر نتائج الاختبار، فابق في المنزل! إذا كنت مصابا بفيروس كوفيد 19 ، فسيتم الاتصال بك عن طريق شخص متعقب العدوى والذي سيقدم لك معلومات خاصة بك. أنت ملزم بالمشاركة في تعقب العدوى و اتباع القواعد التي يجب اتباعها. يسري هذا حتى تصبح خاليا من العدوى، عادة ما لا يقل عن سبعة أيام من إصابتك بالمرض و يومين على الأقل بعد التحسن العام و الخلو من الحمى.
2. فيما يتعلق بأفراد العائلة و الذين يعيشون مع شخص مصاب بفيروس كوفيد في المرحلة المعدية فيجب اتباع ما يلي:

. يجب أن لا تقابل أشخاصا آخرين غير أفراد عائلتك .
. يجب عدم الذهاب إلى العمل أو المدرسة و البقاء بالبيت (ينطبق على الشباب بالمرحلة الثانوية و كبار السن) و يجب كذلك عدم المشاركة بالنشاطات الترفيهية التي تدعي الاتصال بالآخرين.
. يمكنك إجراء عمليات الشراء الضرورية من المتاجر، التنقل بواسطة وسائل النقل العامة إذا لم يكن لديك بديل آخر و كانت الرحلة ضرورية مثل زيارة الطبيب إلى غير ذلك. اصطحاب الأطفال إلى المدرسة أو الحضانة إذا كان الأمر ضروري. و إيداع الأطفال من خارج مبنى المدرسة. يمكنك التواجد بالخارج مع المحافظة على المسافة مع الآخرين.

اما فيما يتعلق بالشخص الذي كان على اتصال بشخص مصاب بفيروس كوفيد 19 في المرحلة المعدية داخل المنزل على مسافة أقل من مترين و لمدة 15 دقيقة أو أكثر، فينطبق عليه ما يلي لمدة 14 يوما بعد احتمال إصابته:

- لست بحاجة إلى البقاء بالبيت و التوقف عن العمل أو المدرسة و لكن يجب ان تقابل أقل عدد ممكن من الأشخاص في وقت فراغك.
- يجب أن تكون شديد الإنتباه للأعراض و تخضع لفحص كوفيد 19 عند ظهور أعراض حتى و إن كانت خفيفة. إبق في البيت خلال انتظار نتائج الفحص.

المعلومات الشاملة ستجدها على صفحة إقليم فيرملاند و 1177

وشكرا!

<https://www.1177.se/Varmland/sjukdomar--besvar/lungor-och-luftvagar/inflammation-och-infektion-ilungor-och-luftror/om-covid-19--coronavirus/skillnad-pa-hushallskontakt-och-nara-kontakt-varmland/>

<https://regionvarmland.se/vardgivarwebben/vard-och-behandling/smittskydd-varmland/Sjukdomar/covid-19-2/>

