

# فيروس كورونا - معلومات حديثة عن الرعاية الصحية

2020/3/24

## أجب على استبيان فيروس كورونا من خلال الإنترنت إذا كان ذلك ممكناً

على الأعراض التي لديك. <https://www.omaolo.fi/palvelut/oirearviot/649> (باللغة الفنلندية). سوف تحصل على إرشادات بشأن ما يتوجب عليك فعله بناءً على الأعراض التي لديك.

أعراض الأشخاص المرضى هي:

- ارتفاع درجة الحرارة (السخونة)
- السعال (القحة)
- ألم الحلق
- ضيق التنفس
- ألم في العضلات
- ألم الرأس

تنتقل العدوى بالفيروس بشكل رئيسي من شخص لآخر بواسطة العدوى باللمس أو بالرذاذ (القطرات) من خلال التواصل عن قرب. فترة الحضانة، أي الفترة من التعرض للعدوى إلى بداية ظهور الأعراض حسب التقييم قدرها 2 - 12 يوم، في المتوسط 4 - 5 أيام.

## إذا كانت الأعراض خفيفة لديك - فابق في البيت

إذا أصبت بالتهاب الجهاز التنفسي، وأنت ليس من الفئة المعرضة للخطر (لا يوجد لديك على سبيل المثال مرض مُزمن أو مرض يُضعف مناعة الجسم)، فلا حاجة للتواصل مع المستوصف. علاج المرض الفيروسي يكون في معظمه حسب الأعراض.

من الممكن علاج الأعراض التي لديك من خلال الراحة الكافية والأدوية المسكنة للألم وشرب السوائل. بإمكانك التواصل مع المستوصف إلى كنت لا تستطيع تدبير أمورك من خلال إرشادات العلاج في البيت.

## إذا كانت الأعراض التي لديك تتطلب العلاج

أعراض التهابات الجهاز التنفسي العلوي التي تتطلب علاج الطبيب وتقييمه هي:

- ضعف الحالة الصحية العامة
- ارتفاع درجة حرارة الجسم لفترة طويلة بشكل واضح
- ضيق التنفس

إذا لم يكن بإمكانك تدبير أمورك من خلال العلاج في البيت، فاتصل بهاتف كورونا لكارفياينين:

هاتف: 044 722 3222 (أيام العمل الرسمية، الساعة: 8.00 - 16.00)

هاتف: 044 731 9157 (أيام العمل الرسمية، الساعة: 8.00 - 16.00)

هاتف: 044 720 8195 (أيام العمل الرسمية، الساعة: 8.00 - 16.00)

أو بمنظومة مُعاودة الاتصال للمستوصفات، أثناء الفترة ما بين الساعة 8.00 - 16.00 (نومَيلا "Nummela"، هاتف: 09 4258 2400 وكاركِيلا "Karkkila"، هاتف: 09 4258 2200).

لا تأت إلى المستوصف ولديك أعراض للجهاز التنفسي بدون حجز موعد مُسبق.

في باقي الأوقات اتصل بإسعافات الطوارئ، هاتف: 116117. اتصل في حالات الطوارئ برقم الطوارئ 112.

## الاستشارات للذين تزيد أعمارهم عن 70 سنة

رقم هاتف استشارات كارفاينين للذين تزيد أعمارهم عن 70 سنة: هاتف 09 4258 2945 أيام العمل الرسمية، الساعة: 9.00 - 15.00. من الممكن الحصول على توجيه من الاستشارات بخصوص تنظيم فعاليات ونشاطات الحياة اليومية. تواصل إذا كانت لديك صعوبات على سبيل المثال بشأن الحصول على خدمات الطعام أو خدمات الصيدلية، أو تحتاج إلى استشارات أخرى غير متعلقة بالصحة، بخصوص التأكد من سير الحياة اليومية في حالة الطوارئ التي يتسبب بها وباء فيروس كورونا. الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 70 سنة يُعتبرون من ضمن فئة الخطر، ويتوجب عليهم البقاء في ظروف مماثلة للحجر الصحي حتى تاريخ 2020/4/13.

## لا يتم إجراء اختبار فيروس كورونا للجميع.

عند الشك بحدوث الإصابة بالعدوى، تُؤخذ العينات الآن في المقام الأول من المرضى الموجودين في مناوبة الطوارئ للمستشفى، ونشك بأنهم مُصابين بالتهاب الرئة من غير الواضح المُتسبب به. بالإضافة إلى ذلك تُؤخذ العينات من طاقم الرعاية الصحية العاملين في مناوبة الطوارئ.

يتوجب على جميع الأشخاص الذين لديهم التهاب الجهاز التنفسي وإمكانية التعرض لكورونا، أن يبقوا في البيت منذ بداية الأعراض ولمدة أسبوع واحد على الأقل. إذا استمرت الأعراض لفترة أطول، فيتوجب البقاء في البيت أثناء الفترة التي تظهر الأعراض خلالها، وعند انتهاء الأعراض البقاء يوماً واحداً لا تظهر الأعراض خلاله.

توجد مواعيد محدودة غير مستعجلة للاستقبال، حيث أنه من الممكن مقابلة الطبيب عند الحاجة. يُبقي المرضى الذين أصيبوا بالتهاب الجهاز التنفسي منفصلين في كلا المستوصفين، لذلك يُعتبر من الأمان المجيء إلى المستوصفات من خلال حجز الموعد العادي. لقد تمكنا من الإجابة بشكل جيد على المتصلين بنا، فنذكر أن تنتظر دورك. مازالت زيارة الأقسام ممنوعة.

## العائدون من الخارج

الأشخاص العائدون من الخارج، يتوجب أن يبقوا في ظروف مماثلة لظروف الحجر الصحي لمدة أسبوعين. بإمكان ممثلي الرعاية الصحية كتابة شهادة عن الغياب فقط لأسباب متعلقة بالمرض. الغياب بسبب الحجر الصحي يُعتبر شأن فيما بين العامل ورب العمل.

## احمي نفسك والمقربين منك

بإمكان كل شخص من خلال فعالياته وأعماله أن يُبطئ من انتشار فيروس كورونا. التقليل من التواصل الاجتماعي يُعتبر مهماً للأشخاص الأصحاء أيضاً. بذلك يُبطئ من انتشار الوباء. تجنب الجماعات من الناس وابتعد عن الأشخاص الآخرين لمسافة متر واحد على الأقل.

من المهم التواصل مع المقربين، لأن الوضع الاستثنائي (حالة الطوارئ) من الممكن أن تُثير القلق. تجنب الزيارات على كل حال. اتصل بالأصدقاء والأقارب، واسأل عن حالهم وتبادلوا السؤال عن الأحوال.