

ویروس کرونا- معلومات تازه در رابطه به صحت عمومی

24.3.2020

در صورت امکان، سروی پیرامون ویروس کرونا را آنلاین تکمیل نمایید

<https://www.omaolo.fi/palvelut/oirearviot/649> (به زبان فنلندی). نظر به علایم تان، برای شما هدایت داده خواهد شد تا کدام کارها را انجام دهید.

افرادی که به ویروس کرونا مصاب شده اند علایم ذیل را بروز داده اند:

- تب
- سرفه
- گلو درد
- مشکل در تنفس
- درد عضلات
- سردرد

انتقال این ویروس از یک فرد به فرد دیگر عمدتاً از طریق تماس نزدیک ناشی از لمس یا عفونت هوا برد صورت میگیرد. دوره تخمینی نهفتگی و یاهم دوره اعراض مریضی الی ظهور نخستین علایم بین 2 تا 12 روز می باشد که مدت اوسط آن بین 4 تا 5 روز است.

هرگاه علایم شما خفیف باشند- در خانه بمانید

هرگاه عفونت تنفسی داشته باشید و مریض شوید و متعلق به گروه با میزان بلند خطر نباشید، (مثلاً اینکه مریضی مزمن نداشته و یاهم مصاب به حالتی نباشید که مانع فعالیت سیستم معافیت بدن تان می شود)، نیاز ندارید تا با مرکز صحتی در تماس شوید. برای بسیاری از مریضان، تداوی مریضی ناشی از ویروس حمایتی می باشد.

شما میتوانید علایم مریضی تانرا با استراحت کافی، ادویه تسکین درد و نوشیدن مایعات درمان کنید. زمانی که تداوی تان دیگر در خانه ممکن نباشد و وضعیت صحتی تان خراب شود، با مرکز صحتی به تماس شوید.

هرگاه علایم مریضی تان نیاز به تداوی داشته باشد

علایم عفونت دستگاه فوقانی تنفسی که نیاز به تداوی و معاینه داکتر دارد عبارتند از:

- تضعیف وضعیت کلی
- دوره واضح تمدید شده تب
- مشکل در تنفس

هرگاه تداوی خانگی به تنهایی برای تان کافی نباشد، به خط عاجل کرونا به تماس شوید: Karviainen

شماره تلفون: 3222 722 044 (روزهای هفته 16:00-08:00)

شماره تلفون: 9157 731 044 (روزهای هفته 16:00-08:00)

شماره تلفون: 8195 720 044 (روزهای هفته 16:00-08:00)

و یاهم میتوانید با سیستم تماس مراکز صحتی از ساعت 08:00-16:00 به تماس شوید. (شماره تلفون Nummela : 09 4258 2400 و شماره تلفون Karkkila 09 4258 2200)

هرگاه علایم تنفسی داشته باشید، بدون گذاشتن قرار ملاقات به مرکز صحتی نیایید.

در مواقع دیگر، با شماره تلفون عاجل 117 116 مربوط به خدمات صحتی به تماس شوید. در حالات اضطراری، با شماره 112 به تماس شوید.

هدایات برای افراد بالاتر از 70 سال

شماره تلفون معلوماتی برای افرادی دارد که سن شان Karviainen بالاتر از 70 سال است. شماره تلفون: 09 4258 2945 به روز های کاری هفته از ساعت 09:00 تا 15:00 در این شماره هدایات و رهنمایی ها برای تنظیم امور روزمره در چنین حالات استثنایی فراهم میگردد. بطور مثال، هرگاه شما در سودا خریدن یا دریافت خدمات فارمسی با مشکل مواجه هستید و یاهم هرگاه در رابطه به زندگی روزمره حین واگیری ویروس کرونا به مواردی که به صحت مربوط نباشد نیازمند مشوره یا رهنمایی باشید، میتوانید با این شماره به تماس شوید. افرادی که سن شان اضافه تر از 70 سال باشد بیشتر در معرض خطر ویروس کرونا قرار دارند و باید تا تاریخ 13.4.2020 در حالت قرنطینه قرار داشته باشند.

همه افراد در برابر ویروس کرونا معاینه نخواهند شد.

با عفونت های مشکوک، سمپل ها اکنون تنها از نزد مریضانی دریافت میگردد که در اتاق عاجل هستند و گمان میرود که مصاب به سینه بغل باشند و علت آشکار نیز وجود نداشته باشد. علاوه براین، معاینات میان کارمندان صحتی اکثراً به پرسونل اتاق های عاجل محدود میشود.

همه افرادی که به عفونت تنفسی مصاب اند و در اعراض ممکنه ویروس کرونا قرار گرفته باشند باید به مدت حداقل یک هفته بعد از ظهور نخستین علایم در خانه بمانند. هرگاه علایم بیشتر دوام کند، شما باید تمام دوره علایم به شمول یک روز عاری از علایم را در خانه بگذرانید.

تعداد قرار ملاقات های مریضی غیر مزمن محدود می باشد. در صورت ضرورت، میتوانید به داکتر مراجعه نمایید. ما در هردو مرکز صحتی مریضانی را که دارای عفونت های تنفسی اند از دیگران جدا می سازیم تا شما برای قرار ملاقات تان با مصنونیت آمده بتوانید. ما توانسته ایم تا میزان بلند تلفون های مشتریان را پاسخ دهیم، اما لطفاً به یاد داشته باشید که نوبت را مراعت نمایید. ملاقات در وارد صحتی هنوز هم ممنوع اند.

افرادی که از بیرون برمیگردند

افرادی که از بیرون می آیند باید به مدت دو هفته در حالات قرنطینه قرار بگیرند. کارمندان صحتی تنها برای حالاتی که مربوط به مریضی باشد میتوانند یادداشت های غیابت را تحریر نمایند. غیابتی که در نتیجه قرنطینه شدن به میان می آید موضوعی است که باید میان کارفرما و کارمند حل و فصل شود.

خود و عزیزان تانرا محافظت نمایید

هر شخص میتواند با رفتار شایع ویروس کرونا را بطی سازد. جلوگیری از و کاهش تماس های اجتماعی اکنون برای افراد سالم نیز مهم پنداشته میشود. این امر گسترش این مرض ساری را بطی می سازد. داخل ازدحام نشوید و مسافه حداقل یک متر بین خود و دیگران را رعایت نمایید.

حفظ تماس با عزیزان تان امریست مهم زیرا حالات استثنایی ممکن باعث نگرانی تان شود. هرچند، همه افراد باید از ملاقات های شخصی پرهیز کنند. به دوستان و اقارب تان زنگ بزنید، و احوال شانرا پرسید.