

Обща информация за COVID-19

COVID-19 обикновено причинява само леки симптоми, но някои хора могат да се разболеят тежко. Това важи особено за по-възрастните хора или хора, които вече са болни. Затова е жизненоважно всеки да помогне за забавяне на разпространението на инфекцията сред населението. Можете да направите това, като винаги спазвате правилата и разпоредбите, издадени както на местно, така и на национално ниво.

Обикновено минават 4-5 дни от момента на заразяване до появата на симптомите на COVID-19. Повечето заразени хора проявяват симптоми в рамките на 10 дни. Вие сте най-заразни 1 – 2 дни преди да проявите симптоми и в първите дни на симптомите.

COVID-19 може да причини всичко - от леки симптоми до сериозно заболяване, а в някои случаи смърт. Някои хора може да имат COVID-19, без да забележат никакви симптоми.

Хората, които се разболяват, първоначално изпитват симптоми като възпалено гърло, подобни на настинка симптоми и лека кашлица, както и неразположение, висока температура, главоболие и мускулни болки. Някои хора изпитват и болки в стомаха или диария. Характерно за заболяването е намаленото усещане за вкус и мирис, въпреки че не всеки изпитва това. При някои хора се появяват по-сериозни симптоми като затруднено дишане, болка в гърдите и объркване. Може да се наложи те да бъдат приети в болница.

Ваксинираните хора могат да получат леки симптоми, подобни на настинка, ако се заразят с COVID-19.

Ако имате симптоми на COVID-19 или респираторно заболяване, е важно да се тествате. Това се отнася и за случаите, когато имате само леки симптоми. Останете вкъщи, докато чакате резултата от теста.

Съвети за предотвратяване на инфекция:

Когато имате нови симптоми в дихателните пътища (бели дробове, гърло или нос):

- Всеки, който е болен, трябва да си остане вкъщи и да се тества. Това се отнася и за хора, които са ваксинирани, както и за хора, които преди това са имали COVID-19. Препоръчително е децата също да бъдат тествани. Родителите/настойниците решават дали детето да бъде тествано.
- Обикновено можете да се тествате сами у дома. Ако тестът, който сте направили вкъщи, е положителен, трябва да си запишете час в лаборатория.
- Трябва да останете у дома, докато се почувствате по-добре.

Кашлица и хигиена на ръцете:

- Избягвайте да кашляте и кихате директно към другите. Използвайте хартиена носна кърпа или кихайте/кашляйте във вътрешната част на лакътя. Изхвърлете хартиената носна кърпа и след това измийте ръцете си или използвайте дезинфектант за ръце.
- Поддържайте ръцете си чисти. Измивайте ръцете си със сапун и вода. Ако нямате на разположение сапун и вода, можете да използвате дезинфектант за ръце на алкохолна основа.

Ваксина:

- Препоръчително е всеки, на който е предложена ваксина срещу COVID-19, да я приеме.
- Свържете се с местната община за информация къде и кога можете да се ваксинирате.

Изоляция и карантина:

- Останете си у дома, ако сте под карантина или изоляция.
- Изисква се хората, при които е потвърдена инфекция с COVID-19, да се изолират. Това се отнася и за ваксинираните хора.
- Ако сте в изоляция, трябва да спазвате безопасно разстояние от другите. Вие и Вашето домакинство не можете да имате посетители и не можете да използвате обществен транспорт (автобус, влак, ферибот или други подобни).
- Ако се грижите за деца, е по-важно за тях да се полагат грижи, отколкото да сте на безопасно разстояние от тях.
- Трябва да уведомите местната община за всеки положителен резултат от тест.
- Ако сте заразени, е важно да уведомите Вашите близки контакти.
- Ако се нуждаете от медицинска помощ, свържете се с Вашия личен лекар по телефона. Можете също да се обадите в спешното отделение на телефон 116 117. Когато се обаждате, обяснете, че имате COVID-19. При спешни случаи позвънете на 113.
- Ако сте близък контакт с някой, който е заразен, може да Ви бъде наложена карантина. Важно е да следвате информацията, която получавате от екипа за контрол на инфекциите по местоживееене.
- Карантината е по-малко строга от изоляцията. Ако сте под карантина, трябва да спазвате безопасно разстояние от другите.
- Ако сте инсталирали приложението [Smittestopp](#), Ви призоваваме да съобщите, ако сте заразени в приложението. Това се прилага само ако сте дали положителна проба в лабораторията на общината.

Високорискови групи:

- Ако принадлежите към група, която е изложена на повишен риск от сериозно заболяване от COVID-19, е изключително важно да се предпазите от инфекция, например като избягвате претоварени зони или поддържате дистанция от другите. Ваксината Ви предпазва от сериозно заболяване.

Ако има високи нива на зараза на общинско или национално ниво, могат да бъдат въведени различни мерки за контрол на инфекциите. Това може да включва поддържане на разстояние от един метър от другите или използване на маска за лице, когато не е възможно да се спазва дистанция.

Инфекциозната ситуация в страната се променя. Ситуацията е различна в отделните общини. Важно е да се информирате за препоръките и правилата, които важат както за Вашата община, така и за цялата страна.

Generell informasjon om Korona

Språk: Bulgarsk

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 12/2021



Властите молят всички, които живеят или пребивават в Норвегия, да прочетат важна информация и съвети относно коронавируса на www.fhi.no и www.helsenorge.no. Съветите могат да се променят и се актуализират редовно. Информацията е налична на норвежки и английски език. Ако не разбирате информацията, моля, помолете за помощ някой, когото познавате.