

إلى كل الأشخاص الذين طلب منهم أن يبقوا في منازلهم

يستحوذ فيروس كورونا المستجد على كثير من الاهتمام. معظم الأشخاص الذين يصابون بعدوى فيروس كورونا (كوفيد-19) لا يعانون سوى من أعراض خفيفة ولكن بعض الأشخاص قد يمرضون بشدة؛ ولذلك نحاول إبطاء انتشار العدوى في أنحاء البلاد.

ثمة بعض الأشخاص الذين طلب منهم ألباؤهم بأن يبقوا في منازلهم. يجب أن يتم عزل أي شخص تم تشخيصه بأنه مصاب بفيروس كوفيد-19 تمامًا عن الأشخاص الآخرين من خلال ما يسمى "العزل المنزلي". يجب وضع أي شخص لم يتم تشخيصه بأنه مصاب بفيروس كوفيد-19، ولكن ربما يكون قد تعرض للعدوى، في ما يسمى "الحجر الصحي في المنزل".

ما المقصود بـ "العزل في المنزل"؟

إذا أخبرك طبيبك أنك مصاب بفيروس كوفيد-19 أو إذا كنت تنتظر نتائج الفحص المختبري الخاص بك، يجب عليك تجنب كل احتكاك مع أشخاص آخرين حتى لا تعديهم.

يعني "العزل في المنزل" أنه يجب عزلك عن الآخرين، بما في ذلك الأشخاص الذين تعيش معهم. يجب ألا تخرج من منزلك ويجب أن تبقى في غرفة بمفردك، وأن تأكل في تلك الغرفة ولا تتشارك المناشف مع الآخرين.

إذا تدهورت حالتك فاتصل بطبيبك هاتفياً. ربما يقرر طبيبك ضرورة عزلك في مستشفى. يستمر العزل حتى يخبرك الطبيب أنك خالٍ من العدوى أو حتى تظهر نتائج الفحص المختبري أنك لم تعد مصاباً بعدوى فيروس كوفيد-19.

ما المقصود بـ "الحجر الصحي في المنزل"؟

إذا أخبرك طبيبك بأنك لست مريضاً، ولكنك قد تعرضت للعدوى، فيجب أن تدخل في الحجر الصحي. يجب عليك أن تبقى في المنزل، ولكن الحجر الصحي في المنزل ليس صارماً كالعزل في المنزل.

الحجر الصحي في المنزل يعني أنه يجب عليك أن تقلل احتكاكك بالأشخاص الآخرين بأكثر درجة ممكنة، ولكن لا يتوجب عليك عزل نفسك عزلاً كاملاً. يجب ألا تذهب إلى المدرسة أو العمل أو تفعل أي أنشطة أخرى، ويجب ألا تستخدم وسائل النقل العامة (كالحافلات والترام ومترو الأنفاق والقطارات والطائرات والعبّارات)، ولكن يمكنك أن تخرج لتتمشى بمفردك.

إذا بدأت بالسعال أو أصبت بالتهاب الحلق أو الحمى أو واجهت صعوبة في التنفس، فاتصل بالطبيب هاتفياً. يستمر الحجر الصحي في المنزل لمدة 14 يوماً بعد تعرضك للعدوى.

كن مُطلعاً على أحدث المستجدات!

تطلب الحكومة من كل الناس في النرويج أن يقرأوا المعلومات والنصائح الهامة حول فيروس كورونا على موقعي الويب www.fhi.no و www.helsenorge.no. يتم تحديث هذه النصائح والتوصيات بانتظام. تتوافر المعلومات باللغتين النرويجية والإنجليزية. وإذا وجدت صعوبة في فهم أي شيء، فاطلب من فضلك المساعدة من شخص تعرفه.