

به تمام کسانی که به آنها گفته شده است در خانه بمانند

ویروس کرونای جدید، توجه بسیاری را به خود جلب نموده است. اغلب افرادی که به بیماری ویروس کرونا (کووید-19) مبتلا می‌شوند تنها دچار علائم خفیفی می‌گردند، ولی برخی افراد ممکن است به شدت بیمار شوند. به همین دلیل است که سعی داریم گسترش سرایت بیماری را در سراسر کشور کاهش دهیم.

پزشک از برخی افراد خواسته است در خانه بمانند. تمام افرادی که کووید-19 در آنها تشخیص داده شده است باید از طریق روشی که «جداسازی خانگی» نامیده می‌شود، به‌طور کامل از سایر افراد جدا شوند. تمام افرادی که کووید-19 در آنها تشخیص داده نشده است ولی ممکن است در معرض سرایت این بیماری قرار گرفته باشند، باید در آنچه که «قرنطینه خانگی» نامیده می‌شود قرار گیرند.

«جداسازی خانگی» به چه معناست؟

اگر پزشک به شما گفته است که مبتلا به کووید-19 می‌باشید یا چنانچه منتظر نتایج آزمایش خودتان هستید، باید از هر گونه تماس با سایر افراد خودداری نمایید تا بیماری را به دیگران انتقال ندهید.

جداسازی خانگی به این معناست که باید از تمام افراد دیگر، از جمله افرادی که با آنها زندگی می‌کنید، ایزوله (جدا) شوید. شما نباید بیرون بروید، باید به تنهایی در یک اتاق بمانید، در همان اتاق غذا بخورید و حوله‌های خودتان را در اختیار فرد دیگری قرار ندهید.

اگر وضعیت‌تان رو به وخامت گذاشت، از طریق تلفن با پزشکتان تماس بگیرید. پزشک همچنین ممکن است تصمیم بگیرد که لازم است در بیمارستان ایزوله شوید. جداسازی تا زمانی که پزشک به شما بگوید عاری از عفونت هستید یا تا زمانی که نتیجه آزمایش شما نشان دهد که دیگر مبتلا به کووید-19 نمی‌باشید، به طول می‌انجامد.

«قرنطینه خانگی» به چه معناست؟

اگر پزشک به شما گفته است که بیمار نیستید ولی در معرض سرایت بیماری قرار گرفته‌اید، باید قرنطینه شوید. باید در خانه بمانید، ولی قرنطینه خانگی به اندازه جداسازی خانگی سختگیرانه نیست.

قرنطینه خانگی به این معناست که باید تماس خود را تا حد امکان با سایر افراد کاهش دهید، ولی مجبور نیستید به طور کامل ایزوله شوید. شما نباید به مدرسه یا سر کار بروید یا هر گونه فعالیت دیگری انجام دهید و نباید با سیستم حمل و نقل عمومی (اتوبوس، تراموا، مترو، قطار، هواپیما یا کشتی) سفر کنید، ولی می‌توانید خودتان به تنهایی پیاده‌روی کنید.

اگر شروع به سرفه کردن نمودید، به عفونت گلو یا تب دچار شدید یا اینکه دچار مشکل تنفسی شدید، از طریق تلفن با پزشک تماس بگیرید. قرنطینه خانگی مدت 14 روز پس از قرار گرفتن در معرض سرایت بیماری طول می‌کشد.

جدیدترین اطلاعات را کسب کنید!

دولت از تمام افراد در کشور نروژ می‌خواهد تا اطلاعات مهم و توصیه‌های ارائه شده در مورد ویروس کرونا را از طریق نشانی www.fhi.no و www.helsenorge.no مطالعه نمایند. این توصیه‌ها به‌طور منظم به‌روز می‌شوند. اطلاعات مربوطه به هر دو زبان نروژی و انگلیسی موجود می‌باشند. اگر درک مطلبی برای‌تان دشوار است، لطفاً از فردی که می‌شناسید کمک بگیرید.