

هر هغه کس ته چې په کور کې د پاتې کېدو ورته ویل شوی وي

نوی کورونا ویروس ډېره پاملرنه ځانته اړولې. اکثره هغه خلک چې په کورونا ناروغۍ (COVID-19) اخته دي یوازې کوچنۍ نښې لري، خو ځینې بیا ډېر ناروغېږي. له همدې امله، مور غواړو هېواد کې د دغې ناروغۍ د خپرېدو مخه ونیسو.

ځینو خلکو ته د هغوی ډاکټر په کور کې د پاتې کېدو سپارښتنه کړې ده. هر هغه څوک چې د COVID-19 ناروغې پکې تشخیص شوی وي باید د «کورنۍ انزوا» له لارې له نورو څخه لرې واوسي. هر هغه څوک چې COVID-19 په کې نه ده تشخیص شوی، خو په معرض کې یې واقع شوی وي، باید «کورنۍ قرنطین» کې پاتې شي.

«کورنۍ انزوا» څه معنی لري؟

که ستاسې ډاکټر تاسې ته ویلی وي چې تاسې COVID-19 لرئ یا د خپلو معایناتو د پایلو په انتظار یاست، د دې لپاره چې نور پرې اخته نشي نورو خلکو سره هر ډول اړیکو څخه ډډه وکړئ.

کورنۍ انزوا په دې معنی دی چې باید ټولو څخه، د هغو خلکو په ګډون چې ورسره ژوند کوئ لرې واوسی. باید بهر ولاړ نشئ، باید یوازې یوه خونه کې پاتې شئ، همدغې خونې کې ډوډۍ وخورئ او له نورو سره تولیه یا جان پاک مه شریکوئ.

که مو حالت خرابېږي، د تیلیفون له لارې خپل ډاکټر سره اړیکه ونیسئ. په دې اړه چې روغتون کې منزوي شئ هم ډاکټر پریکړه کوي. انزوا تر هغې پورې چې ستاسې ډاکټر تاسې ته ووايي چې روغ شوي یاست یا ستاسې معاینات ونښي چې نور COVID-19 نه لرئ ادامه پیدا کوي.

«کورنۍ قرنطین» څه معنی لري؟

که ستاسې ډاکټر تاسې ته ویلی وي چې ناروغ نه یاست، خو د ناروغۍ معرض کې واقع شوي یاست، باید قرنطین شئ. باید کور کې پاتې شئ، خو کورنۍ قرنطین د کورنۍ انزوا په څېر سخت نه دی.

کورنۍ قرنطین په دې معنی دی چې نورو خلکو سره خپلې اړیکې څومره چې امکان لري لږ کړئ، خو د بشپړ انزوا اړتیا نشته. باید ښوونځی یا کار ته ولاړ نشئ، یا نور فعالیتونه مه کوئ، او عامه ترانسپورت (بس، برېښنايي وېګن، ځمکې لاندې، اورګاډی، هوا یا بېړۍ) کې سفر مه کوئ، خو یوازې قدم وهلو ته تللی شئ.

که توخې پیل شي، د ستونې ناروغي یا تبه ولرئ یا سالنډۍ تجربه کړئ، تیلیفون له لارې ډاکټر سره اړیکه ونیسئ. کورنۍ قرنطین د ناروغۍ معرض کې واقع کېدو څخه 14 ورځې وروسته پای ته رسېږي.

ځان باخبره وساتئ!

ناروې کې حکومت له ټولو څخه غواړئ چې کورونا ویروس په اړه www.fhi.no او www.helsenorge.no کې ورکړل شوي مهم معلومات او مشورې ولولي. دغه مشوره په منظمه توګه تازه کېږي. دغه معلومات دواړه په نارویژي او انګلیسي موجوده ده. که په کوم څیز پوهېدل تاسې ته ستونزمن وي، لطفاً خپل یو اشنا څخه مرسته وغواړئ.