

Til deg som har fått beskjed om å være hjemme i isolasjon,  
karantene eller ventekarantene

Språk: Tyrkisk

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 28.03.21

## Evinde izolasyon, karantina veya bekleme karantinasında bulunması gerektiği haberi alanlara

Korona (covid-19) olanların çoğu hastalığı hafif rahatsızlıklarla atlatırken bazıları ciddi derecede hastalanabilir ve en kötü ihtimalle ölebilirler. Bu nedenle toplumdaki bulaşı frenlemeye çalışıyoruz.

Bulaşın daha da yayılmasını önlemek için, korona olan kişilerin başkalarından tamamen izole bir şekilde tutulmaları gerekir. Korona olduğu tahmin edilen kişilerin de karantinada olmaları gerekmektedir.

İzolasyon ve karantinada kalmak size ait bir seçim değildir. Size, doktor veya yaşadığınız belediye yetkilileri tarafından karantina veya izolasyona girmeniz gerektiği bildirilirse, bununla ilgili kural ve tavsiyelere uymanız gerekmektedir. Bunu yapmayanlar, para veya hapis cezasına çarptırılabilirler. Yasal olarak zorunlu olmasa bile, kişinin evde kalması talep edilebilir.

### İzolasyonda olmak ne anlama gelir?

Sizde korona tespit edilmişse, izolasyonda kalmanız talep edilecektir. Bu, aynı evde kaldığınız kişiler de dahil olmak üzere başka insanlara yaklaşmayacağınız anlamına gelmektedir. Mümkünse, ayrı bir odada yalnız kalacak, o odada yemek yiyecek, başkalarıyla banyo, tuvalet ve mutfak paylaşmayacaksınız. Dışarıya çıkmazsınız. Küçük çocuklar ve sağlık yardımına muhtaç insanlar her zaman aldıkları bakımı almalıdır.

İzolasyon için uygun bir yeriniz yoksa, belediye size bu konuda bir yer bulmak için yardımcı olacaktır.

İzolasyon, doktorunuzun size artık başkalarına bulaştırmadığınızı bildirdiği ana kadar devam eder. Kendinizi çok hasta hissediyor veya tıbbi yardıma ihtiyacınız olursa doktorunuz veya acil servisle (116 117 numaralı telefon) temasa geçin. Bazıları, hastaneye kaldırılmalarını gerektirecek kadar hastalanır. Buna doktor karar verir.

Size korona olduğunuza dair haber gelirse, belediye «filyasyon takibi» dediğimiz çalışma için sizi arayacaktır. Filyasyon takibi, bulaşı durdurmak için önemlidir. Birlikte yaşadığınız herkes ve son zamanlarda yakın temasta vakit geçirdiklerinizin bu durumda karantinaya girmeleri gerekir.

Belediyenin gizlilik yükümlülüğü vardır. Birbirinizi anlamanız önemlidir ve anlamadığınız takdirde sorun. Dili anlamakta zorlanıyorsanız tercüman isteyebilirsiniz. Tercüman, ücretsizdir.

### Karantinada olmak ne anlama gelir?

Size, bulaşa maruz kaldığınıza dair haber gelirse, karantinaya girmeniz gerekmektedir. Aynı durum, başka birçok ülkeden Norveç'e giriş yaparsanız da söz konusudur. Karantina, birlikte yaşadığınız kişiler de dahil olmak üzere başkalarıyla iyi derecede mesafeli durmanız anlamına gelir. Her zaman aldıkları bakımı almaya devam edecek olan küçük çocuklar ve sağlık yardımına muhtaç insanlar buna istisnadır.

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 28.03.21

Norveç'e giriş yaparken çoğu kişinin karantina otelinde birkaç gün kalmaları ve otel ücretini kendileri ödemeleri gerekmektedir. Kendi evinizde karantinada kalacaksanız, mümkünse kendinize ait ayrı bir odada kalacak, başkalarının bulunduğu esnada ortak alanları kullanmayacaksınız. Kaldığınız yerde bu mümkün değilse, örneğin karantina oteli gibi farklı bir yerde kalmak konusunda teklif alabilirsiniz.

Okula veya işe gitmeyecek, başka aktivitelere katılmayacaksınız.

Ayrıca, toplum taşıma araçlarına (otobüs, tramvay, metro, tren, uçak veya feribot) binemezsiniz.

Dışarda tek başınıza yürüyüş yapabilirsiniz ancak başkalarıyla 2 metre sosyal mesafenizi koruyacaksınız.

Alışverişinizin başkaları tarafından yapılmasını sağlamalı veya evinize yemek getirtmelisiniz. Yiyecek veya ilaç alışverişi yapmanız kesinlikle şartsa yapabilirsiniz, ancak mesafenizi korumalı ve maske takmalısınız.

Karantinanın hem başında hem de bitiminden önce ve korona semptomları yaşadığınız takdirde derhal test olmalısınız. Korona testi yaptırmak ücretsizdir. Karantinadayken korona semptomları yaşadığınız takdirde korona olduğunuz muhtemeldir. Bu durumda, test sonucunu alana kadar evinizde kalmanız gerekmektedir. Test sonucunu beklerken hastalanır veya tıbbi yardıma ihtiyacınız olursa doktorla temasa geçin.

Karantina genelde Norveç'e giriş yaptığınız veya bulaşa maruz kaldığınız andan itibaren 10 gün sürer. Giriş yaptıktan sonra veya bulaşa maruz kaldıktan sonra en erken 7 gün sonra negatif test sonucu alırsanız ve herhangi bir belirti yaşamıyorsanız karantina süreniz sona erer.

## Bekleme karantinasında olmak ne anlama gelir?

Yakın temaslı olduğu tespit edilen biriyle birlikte yaşıyorsanız, yakın temaslı kişi ilk test sonucunu alana kadar bekleme karantinasında kalmanız gerekmektedir. Yakın temasının ilk test sonucu negatif ise, artık bekleme karantinasında değilsinizdir. Yakın temasının test sonucu pozitifse, daha uzun süren olağan karantinada kalmak zorundasınız (yukarıdaki bilgilere bakınız).

Birlikte yaşadığınız yakın temasının 2 yaşına altında veya başka sebeplerden dolayı test olması mümkün değilse, yakın temasının korona olan kişiyle temas kurmasının üzerinden en erken 3 gün geçmesiyle test olarak bekleme karantinasına son verebilirsiniz. Birlikte yaşadığınız yakın temasının kendi karantinasını bitirmesiyle siz karantinanızı her zaman son verebilirsiniz.

Yakın temasının karantinadayken semptom yaşaması üzerine, o kişinin korona olması muhtemeldir. Bu durumda, yakın temasıyla yaşadığınız için kendisinin test sonucu negatif çıkana kadar karantinada kalmanız gerekmektedir.

Bekleme karantinasında kalıyorsanız, karantina için geçerli olan tavsiyelere uyacaksınız. Bir başka deyişle, evinizde kalmalı, birlikte yaşadığınız diğer yetişkin ve çocuklarla mesafeli durmalısınız.

## Güncel bilgileri takip edin!

Yetkililer, Norveç'te yaşayan herkesi korona virüsüyle ilgili önemli bilgi ve tavsiyeleri [www.fhi.no](http://www.fhi.no) og [www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no) sitelerinden takip etmelerini talep eder. Tavsiyeler sık sık yenilenmektedir. Bilgiler birçok dilde sunulmaktadır. Farklı belediyelerin farklı tavsiyeleri olabilir. Bu nedenle

Til deg som har fått beskjed om å være hjemme i isolasjon,  
karantene eller ventekarantene

Språk: Tyrkisk

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 28.03.21

yaşadığınız belediye için hangi kuralların geçerli olduğu konusunda haberdar olmanız son derece önemlidir. Bilgileri anlamakta zorlanıyorsanız, tercüme konusunda birilerinden yardım almanızı öneririz.