

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 02.07.21

Dành cho tất cả những người được yêu cầu cách ly hoặc tự kiểm dịch riêng tại nhà

Hầu hết những người mắc bệnh corona (covid-19) chỉ bị các triệu chứng nhẹ, nhưng một số người có thể bị bệnh rất nặng thậm chí có thể chết. Do đó chúng tôi đang cố gắng hạn chế tốc độ lây nhiễm trong cộng đồng.

Để ngăn ngừa lây nhiễm lan rộng, những người bị corona phải bị cách ly hoàn toàn với người khác. Những người bị cho rằng có thể đã nhiễm bệnh phải cách ly kiểm dịch.

Cô lập và cách ly kiểm dịch không phải là điều bạn chọn. Nếu bạn được thông báo rằng bạn phải cách ly kiểm dịch hoặc cô lập bởi bác sĩ hoặc công xã bạn sinh sống, bạn phải tuân theo các quy tắc và lời khuyên về việc này. Những người không thực hiện có thể bị hình phạt với hình thức phạt tiền hoặc bỏ tù. Bạn cũng có thể được yêu cầu phải ở nhà mà không phải là áp đặt pháp lý.

Cô lập có nghĩa gì?

Nếu bạn bị corona và bạn bị yêu cầu cô lập. Có nghĩa là bạn không được ở gần người khác, kể cả những người bạn sống cùng. Bạn nên ở trong phòng riêng của mình, ăn trong phòng và tốt nhất là không dùng chung phòng tắm, nhà vệ sinh hoặc nhà bếp với người khác. Bạn không được ra ngoài. Trẻ nhỏ hoặc những người cần chăm sóc sức khỏe vẫn phải nhận được chăm sóc mà họ thường được.

Nếu bạn không có chỗ thích nghi cho việc cô lập, công xã sẽ giúp bạn tìm chỗ.

Việc cô lập này kéo dài cho đến khi bạn không còn lây cho người khác nữa. Hãy liên lạc với bác sĩ hoặc bác sĩ trực (điện thoại 116 117) nếu quý vị cảm thấy bệnh rất nặng hoặc cần trợ giúp y tế. Một số người bị bệnh nặng đến nỗi họ phải nhập viện. Điều này do bác sĩ quyết định.

Nếu bạn được thông báo rằng bạn bị corona, công xã sẽ gọi cho bạn để thực hành cái chúng tôi gọi là "tra nguồn lây nhiễm". Tra nguồn lây nhiễm rất quan trọng để ngăn chặn lây nhiễm. Tất cả mọi người bạn sống cùng, và tất cả mọi người bạn đã gần gũi gần đây, sau đó phải bị cách ly kiểm dịch.

Công xã có nhiệm vụ bảo mật. Điều quan trọng là mọi người thông cảm cho nhau, cứ hỏi nếu bạn có thắc mắc. Bạn có thể yêu cầu thông dịch nếu gặp khó khăn trong ngôn ngữ. Thông dịch thì miễn phí.

Cách ly kiểm dịch có nghĩa gì?

Nếu bạn được thông báo là bạn có thể bị lây nhiễm thì bạn phải cách ly kiểm dịch. Điều này cũng được áp dụng khi bạn vào Na-Uy từ các nước. Cách ly kiểm dịch có nghĩa là bạn phải giữ khoảng cách với mọi người kể cả những người bạn sống chung. Ngoại trừ trẻ nhỏ và những người có nhu cầu được chăm sóc sức khỏe vẫn phải nhận được chăm sóc mà họ thường được.

Khi vào Na-Uy, đa số phải ở khách sạn cách ly một vài ngày, họ phải tự chi trả. Nếu bạn cách ly kiểm dịch ở nhà tốt nhất bạn nên có một phòng riêng, và không được sử dụng phòng sinh hoạt chung khi những người khác đang ở đó. Nếu không thể thực hiện được điều này nơi bạn cư ngụ, bạn có thể được cung cấp một nơi khác ví dụ như khách sạn cách ly.

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

Språk: Vietnamesisk

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 02.07.21

Bạn không được đi học, đi làm hoặc tham gia các hoạt động khác.

Bạn không được đón phương tiện giao thông công cộng (xe buýt, tàu điện, điện ngầm, tàu lửa, máy bay hay phà).

Bạn có thể đi dạo một mình, nhưng phải giữ khoảng cách 2 mét với người khác.

Bạn nên nhờ người khác mua sắm cho bạn hoặc đặt thức ăn được giao đến trước cửa. Nếu bạn cần phải mua thực phẩm hoặc thuốc cấp thiết, bạn có thể làm điều này, nhưng bạn cần giữ khoảng cách và sử dụng khẩu trang.

Bạn nên đi xét nghiệm cả khi bắt đầu cách ly và trước khi kết thúc, và ngay khi bạn có các triệu chứng của corona. Xét nghiệm corona là miễn phí. Nếu các triệu chứng corona phát triển trong khi bạn bị cách ly, có khả năng bạn đã bị nhiễm bệnh. Như vậy bạn phải cô lập cho đến khi bạn nhận được kết quả xét nghiệm. Hãy liên lạc với bác sĩ nếu bạn bị bệnh hoặc cần trợ giúp y tế trong khi chờ kết quả xét nghiệm.

Cách ly thông thường là 10 ngày sau khi bạn đến Na-Uy hoặc gần nguồn lây nhiễm. Nếu bạn nhận được kết quả âm tính cho xét nghiệm sớm nhất 7 ngày sau khi vào nước hoặc gần nguồn lây nhiễm, và bạn không có triệu chứng nào, thì thời gian cách ly được chấm dứt.

Hãy cập nhật thông tin!

Chính phủ yêu cầu tất cả mọi người ở Na Uy đọc thông tin và lời khuyên quan trọng về vi-rút corona tại www.fhi.no và www.helsenorge.no. Lời khuyên này thường được thay đổi. Thông tin này có sẵn trong nhiều ngôn ngữ. Có thể các lời khuyên khác nhau tùy theo các công xã. Do đó điều quan trọng là bạn cập nhật thông tin liên quan đến công xã bạn đang cư ngụ. Nếu như bạn gặp trở ngại trong việc hiểu thông tin đó, chúng tôi khuyên bạn nên nhờ ai đó giúp dịch.