



در خانه ماندن

محافظت می کند!

#CoronaSN



خط ویژه کرونا: ۰۲۱۴ ۰۱۰۰-۰۸۰۰

www.coronavirus.sachsen.de



Freistaat
SACHSEN

برگه اطلاعات رفتارهای مربوط به شرایط ابتلا به ویروس کرونا



در حال حاضر عفونت هایی در سراسر دنیا با ویروس نوع جدید کرونا SARS-CoV-2 رخ می دهد. فهرست مناطق خطر کنونی در سایت موسسه رابرت کخ (RKI) موجود است. برای باز کردن وبسایت به منظور دسترسی به مناطق خطر، لطفاً از قابلیت عکس تلفن همراه خود استفاده کنید:

www.coronavirus.sachsen.de

بیماری ناشی از ویروس جدید کرونا SARS-CoV-2 در بیشتر موارد به صورت عفونت شبیه آنفلوآنزا رخ می دهد و به صورت کلینیکی از یک عطسه کردن یا یک آنفلوآنزای واقعی قابل تشخیص نیست.

نحوه رفتار با افرادی که از یک بیماری تنفسی (عفونت شبیه آنفلوآنزا) رنج می برند

- فاصله گرفتن.
- از تماس بدنی مستقیم (بغل کردن، بوسیدن، تا حد امکان دست دادن) پرهیز کنید.
- از تماس دست های نشسته با صورت خود خودداری کنید.
- شستن مرتب و کامل دست ها با آب و صابون.
- تهویه مرتب و کامل اتاق های بسته.

نحوه رفتار در صورت مبتلا شدن به یک بیماری تنفسی (عفونت شبیه آنفلوآنزا)

- از تماس نزدیک با افراد بیمار خودداری کنید.
- هر چه سریعتر بیماری خود را گزارش کنید.
- کودکان بیمار را به یک مرکز عمومی (مهد کودک، مدرسه) نفرستید.
- به مقررات مربوط به سرفه کردن و عطسه کردن توجه کنید:
 - در هنگام سرفه و عطسه کردن، به سمت مخالف افراد دیگر بچرخید.
 - عطسه کردن یا سرفه کردن باید در تورفتگی آرنج یا در دستمال یکبار مصرف انجام شود.
 - دستمالهای یکبار مصرف استفاده شده باید در سطلهای زباله انداخته شوند.
 - شستن مرتب و کامل دست ها با آب و صابون.
- اگر به کمک پزشکی نیاز داشتید، از طریق تلفن یک وقت را با پزشک عمومی خود هماهنگ کنید و درباره بیماری تنفسی خود توضیح دهید.

- اگر نشانه هایی مانند تب، درد عضلات، سرفه، عطسه یا اسهال دارید و در ۱۴ روز گذشته در یکی از مناطق خطر (www.coronavirus.sachsen.de) بوده اید یا با یک بیمار تایید شده مبتلا به ویروس کرونا تماس داشتید، در این صورت نخست از همه تماسهای غیرضروری با افراد دیگر خودداری کنید و در خانه بمانید! لطفاً فوراً از طریق تلفن با مطب پزشک عمومی خود تماس بگیرید یا با بخش خدمات اضطراری انجمن پزشکان آلمان با شماره تلفن ۱۱۶ ۱۱۷ تماس بگیرید. پزشک عمومی یا بخش خدمات اضطراری انجمن پزشکان آلمان درباره مراحل بعدی به شما مشاوره می دهد.

نحوه رفتار در هنگام تماس با یک بیمار تایید شده ویروس کرونا

اگر در ۱۴ روز گذشته با یک بیمار تایید شده ویروس کرونا تماس داشته اید، در این صورت لطفاً فوراً با اداره مسئول سلامت تماس بگیرید. این کار باید در هر صورت انجام شود، صرف نظر از اینکه نشانه ها ظاهر شده اند یا نه.

اقدامات احتمالی کارفرما

- تا حد امکان، به روز رسانی ارزیابی خطر از طریق پزشک شرکت.
- آموزش مرتب کارکنان درباره رعایت موارد بهداشتی.
- فراهم کردن امکانات قابل دسترس و مجهز برای شستن دست ها.
- وجود مواد ضدعفونی در قسمت غیرپزشکی لازم نیست.
- فضای محیط کار را به صورت مرتب حدوداً ۴ بار در روز برای تقریباً ده دقیقه تهویه کنید.
- از دستکش های یکبار مصرف استفاده کنید.
- تا حد امکان و هماهنگ با شرایط کار: کار از خانه / کار از راه دور را ممکن سازید.