



[Arabisk]

معلومات مهمة عن التدابير خلال تفشي كورونا (بتاريخ 1 أيار 2020) Viktig informasjon om tiltak under koronautbruddet (per 1. mai 2020)

هذه المعلومات متوفرة أيضا في اللغات التالية:

الأمهرية، العربية، الإنكليزية، الفرنسية، الفارسية، البولندية، الروسية، الإسبانية، السواحلية، النابلاندية، التغرينية، التركية والفيتنامية.

ماذا يعني العزل؟

ينطبق العزل على الأشخاص الذين تم تشخيصهم بفيروس كورونا التاجي. العزل يعني ما يلي:

- عدم مغادرة المنزل.
- يجب الإبتعاد تماما عن أولئك الذين تعيش معهم.
- إن أمكن، يجب ان تستخدم غرفتك الخاصة والحمام الخاص بك.
- عدم استقبال أي زيارات.
- يجب غسل الأسطح، على سبيل المثال مناضد المطبخ والحمام ومقابض الأبواب والأماكن الأخرى التي يلمسها المرء في كثير من الأحيان. يمكن القيام بذلك باستخدام الصابون العادي والماء.
- إلزامية الحصول على مساعدة للتسوق. على سبيل المثال، قد يكون هذا جارًا أو صديقًا غير خاضع للعزل أو الحجر الصحي. إذا كنت لا تعرف أي شخص يمكنه مساعدتك، يرجى الاتصال بمركز المتطوعين في منطقة سكنك للحصول على مساعدة بخصوص شراء المواد الغذائية.

سيقوم طبيبك الثابت بمتابعة وضعك. إذا ساءت حالتك، يجب عليك استشارة الطبيب عبر الهاتف؛ الطبيب الثابت أو غرفة الطوارئ. طبيبك الثابت هو الذي يحدد متى يمكن أن تنتهي فترة العزل.

لماذا العزل؟

سبب العزل هو تجنب إصابة الآخرين. فيروس كورونا التاجي هو فيروس مُعدٍ للغاية ويمكن أن يؤدي إلى مرض خطير، وفي أسوأ الأحوال، وفاة المصابين.

ماذا يحدث لو أنني خرقت قرار العزل؟

يمكن أن تؤدي انتهاكات العزل المفروض والإجباري إلى تحمل الشخص المنتهك المسؤولية الجنائية مع الغرامات أو السجن لمدة تصل إلى 6 أشهر، راجع المادة 19 من لائحة كوفيد-19.

ماذا يعني الحجر الصحي؟

ينطبق الحجر الصحي على أولئك الذين يعيشون مع شخص تم تشخيصه بفيروس كورونا التاجي أو كان لديه اتصال وثيق مع شخص مصاب. هذا يعني أنك كنت في موقف قد تكون العدوى قد حدثت فيه.

الحجر الصحي يعني أنه:

يجب عليك أن لا تذهب للعمل أو المدرسة.

لا يمكن أن تستقل الحافلات أو وسائل النقل العام الأخرى.
يجب عليك تجنب الأماكن التي يمكنك من خلالها التواصل الوثيق مع الآخرين، على سبيل المثال المحلات التجارية.

يمكنك مخالطة أولئك الذين تعيش معهم كالمعتاد. يمكنك القيام بنزهة في الخارج/الهواء الطلق، طالما أنك بصحة جيدة تمامًا وألا تقترب من أشخاص آخرين مسافة مترين اثنين أو أقل. من المستحسن أن تطلب من شخص آخر التسوق لك من متجر البقالة والصيدلة.

إذا مرضت أثناء الحجر الصحي وأصبت بأمراض مثل البرد والتهاب الحلق والسعال والحمى والصداع والحمول وآلام العضلات وصعوبة في التنفس وانخفاض حاستي الشم والذوق، فيجب عليك الخضوع لاختبار فيروس كورونا التاجي. اتصل ببلدية تروندهايم، على رقم الهاتف المخصص للكورونا، 905 09 052، ليتم تحديد موعد لك لإجراء الاختبار.

لماذا الحجر الصحي؟

السبب الذي يحتم عليك أن تكون في الحجر الصحي بعد الاتصال بشخص اكتشف انه مصاب بفيروس كورونا التاجي هو أن نتجنب نقل العدوى إلى الآخرين. معظم الناس الذين يصابون بفيروس كورونا التاجي يصابون بأعراض خفيفة للمرض، ولكن كبار السن والأشخاص الذين يعانون من أمراض أخرى يمكن أن يمرضوا بشكل خطير وأن يموتوا في أسوأ الأحوال.

ماذا يحدث لو أنني خرقت قرار الحجر الصحي؟

يمكن أن تؤدي انتهاكات الحجر الصحي المفروض والإجباري إلى تحمل الشخص المنتهك المسؤولية الجنائية مع الغرامات أو السجن لمدة تصل إلى 6 أشهر، راجع المادة 19 من لائحة كوفيد-19.

الجميع يتحمل المسؤولية

من المهم أن تتبع أنت الذي تخضع للعزل أو الحجر الصحي هذه القواعد. ستؤدي الجهود التي تبذلها من أجل الامتثال لهذه القواعد إلى إحداث فرق مهم بين السكان وخاصة كبار السن و الأطفال الضعفاء والبالغين المعرضين للخطر.

إذا كنت تشك في أن شخصًا ما لا يلتزم بهذه القواعد، فمن المهم إبلاغ دائرة الحماية من العدوى Smittevernkotoret عن طريق هاتف كورونا على الرقم 905 09 052

ماذا يحدث عندما يتم فحصي من أجل الكورونا؟

هل أجريت اختبارًا اليوم لمعرفة ما إذا كنت قد تكون مصابًا بفيروس كورونا التاجي؟
سوف تحصل على نتيجة الفحص من طبيبك الثابت في غضون يومين (2) تقريبًا إذا كانت نتيجة اختبارك سلبية. وإذا لم تتلق ردًا خلال يومين، فيرجى منك الاتصال بطبيبك الثابت.

ولغاية حصولك على نتيجة الاختبار، يجب أن تكون في العزل المنزلي. هذا يعني البقاء في المنزل وعدم الخروج وتجنب الاتصال الوثيق مع الآخرين في منزلك.

إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية، فستصل بك دائرة الحماية من العدوى Smittevernkotoret لمزيد من المتابعة.

مع تحيات
بلدية تروندهايم

آلي ساغفيك
الطبيبة الاستشارية للوقاية من الأمراض المعدية