Folkhälsomyndigheten

دەربارەی ڤیروسی نوێی کۆرۆنا کۆڤید-١٩

لە مانگی سپتەمبەری ٢٠١٩ ەوە ڤیروسێکی نویی **کۆرۆنا** لە دنیادا بلاوبوەتەوە. ئەو نەخۆشیە کە ڤیروسەکە دەبتە هۆی، پێی دەڵێن کۆڤید-١٩ covid-19.

زۆربەیان بە سوکی نەخۆش دەبن

زۆربەیان سوک نەخۆش دەکەون بە کۆکە یان گەرمەتا کە بۆ خۆیان دەچنە سەر و کۆتاییان دێت، بەلام هەندێکیان سەخت نەخۆش دەکەون بە ئاستەم هەناسە دەدەن و توشی ئاوسانی سی دەبن.

ڤیروسەکە لە رێگەی یزیکبونەوە لە کەسێکی نەخۆش، یان کاتی نەخۆشەکە دەکۆکێ یان دەپژمێ دەگوازرێتەوە، کە پێی دەلێن ئالودەکردنی دلۆپەیی.

نیشانەکانی نەخۆشیەکە زۆر جار سوکن وئاسان دەردەکەوێ دوای نیزیکەی پێنج رۆژ پاش ئالودەبونی کەسەکە. بەلام ئەو نیشانانە دەکرێ لە پێنج رۆژ زوتر یان درەنگتر دەرکەون.

نەخۆشی کۆڤید-١٩ بە گشتیی هەست بە یەکێک یان پتر لەم نیشانانە دەکات:

- کۆکە
- گەرمەتا
- دژواری هەناسەدان
- پژمین
- ژانەقورگ
- ژانەسەر
- ئێشانی ماسۆلکە و جمگە
- هێلنجهاتن.

بە سالاچووان سەختتر نەخۆش دەبن

بەشێک لە خەلکی ئازاری سەختیان دەبێ، وەکو دژواری هەناسەدان و ئیلتهابی سیەکان .

زۆربەی ئەوانەی نەخۆشیەکەیان سەخت دەبێ، بەسالاچوون و لەسەرووی ٨٠ سالەوەن. کەسانێکیش نەخۆشی کرۆنیکی دل وسپیلک یان شێرپەنجەیان هەبێت، نەخۆشیەکە بۆیان سەختتر دەبێ.

حەوت رێنمایی ئاسان بۆ پاراستنی خۆت و کەسانی دیکە

1. ئەگەر نەخۆش کەوتی یان هەستت کرد بە نیشانەیەکی سوکی نەخۆشیەکە، وەکو ژانەقورگ، کۆکە یان هەلامەت، دەبێ لە مالەوە بمێنیتەوە. هەروەهاش لانی کەم ٤٨ کاتژمێر لە مالەوە بمێنەوە دوای چابونەوەت.
2. دەست زۆر جار و بەردەوام بە سابون و ئاوی گەرم بشۆرەوە، هەرجار بۆلانی کەم ٢٠ چرکە.
3. پاک کەرەوەی ئەلکهۆلی بەکاربهێنە، ئەگەر دەستت بە ئاو و سابون رانەگەیشت .
4. دەبێ لە بەریەک کەوتن و نیزیک بوونەوە لە کەسانی نەخۆش دوور رابگری.
5. دەست مەدە لە چاوت، لوتت یان دەمت.
6. لە ناو لۆچی باڵ یان لەناو دەسمالی کاغەزیندا بکۆکە یان بپژمە.
7. سەردانی بەسالاچوان مەکە ئەگەر نەخۆش یان هەلگری نیشانەیەکی نەخۆشیەکە بووی.

ژمارە تلفونی گرنگ

- پەیوەندی بکە بە ژمارە ١١٣١٣ بۆ پرسیاری گشتی دەربارەی کۆڤید-١٩.
- ئەگەر پێت نەکرا خۆت چاودێری خۆت بکەی، لە مالەوە زەنگ لێ بدە بۆ ژمارە ١١٧٧ بۆ رێنمایی دەربارەی نەخۆشی (بە سوێدی و ئینگلیزی).
- لە حالەتی مەترسی لەسەر ژیان، پەیوەندی بکە بە ژمارە ١١٢.

زانیاریی هەنوکەیی
و وەلامی پرسیاری
ئاسایی دەربارەی
www.folkhalsomyndigheten.se/covid-19