

## معلومات و دستورالعمل برای شما که در مجموعه کاری بوده‌اید که واقعه ابتلا به covid-19 در آن اتفاق افتاده است

### به چه دلیل من این معلومات را دریافت می‌کنم؟

یک واقعه ابتلا به covid-19 در قسمتی از این مجموعه اتفاق افتاده است. ردیابی این آلودگی در جریان است و وسعت ردیابی از طرف مسئول ردیابی تعیین می‌گردد. شما بحیث فردی شناسایی نشده‌اید که تماس نزدیک با آن نفر داشته و بطور مستقیم در معرض آلودگی قرار گرفته باشد. از همه نفرات در این مجموعه درخواست می‌شود که بیشتر از معمول دقت کنند، و حتی متوجه علائم ملایم مریضی هم باشند. به کسی که علائم بیماری دارد توصیه می‌شود که تست بدهد.

### حالا چکار باید انجام دهم؟

شما باید مثل قبل به کارهای خود ادامه داده و توصیه‌های عمومی موجود را رعایت نمایید، از جمله رعایت بهداشت مناسب دست‌ها و رعایت فاصله در مکان‌هایی که امکان آن وجود دارد. اگر علائم بیماری پیدا کردید، حتی اگر این علائم ملایم باشد، بلافاصله به خانه بروید و در خانه بمانید.

تست covid-19 بدهید و قبل از برگشتن به این مجموعه منتظر جواب تست شوید. توجه نمایید که حتی اگر تست نشان دهد که covid-19 ندارید ممکن است بعداً این مریضی را بگیرد.

### به چه نحو برای تست دادن اقدام کنم؟

شما می‌توانید یک تست شخصی را از طریق 1177.se فرمایش دهید. یک تست PCR-test نشان می‌دهد که آیا در مجاری تنفسی خود ویروس دارید یا نه. این تست هزینه‌ای دربر ندارد و در خانه انجام می‌شود. نفر بحیث سرپرست برای فرزندان خود تست فرمایش داده می‌تواند. اگر طفل ۱۳ سال کامل داشته باشد باید یک BankID شخصی یا یک Freja eID Plus داشته باشد تا تست شخصی را سفارش داده بتواند.

اگر طفل کدام e-legitimation (کارت شناسایی الکترونیکی) ندارد، به مرکز صحتی مربوطه زنگ زده می‌توانید تا آنها تشخیص دهند آیا می‌توانند در عوض تست را در آنجا بگیرند. در 1177.se معلومات جامعی در مورد تست دادن می‌یابید.

### BankID یا Freja eID Plus تهیه نمایید

برای تهیه BankID ضرورت به یک رضایتنامه از طرف سرپرستان می‌باشد و مقررات مربوطه نزد بانک‌های مختلف متفاوت است. شرط سنی متفاوتی وجود دارد اما بیشتر بانک‌ها به طفل‌های که ۱۳ سال تکمیل داشته باشند BankID می‌دهند اما همه بانک‌ها اینکار را نمی‌کنند.

Mobilt SäkerhetsID و کارت‌های شناسایی الکترونیکی مشابه را نمی‌توان برای ورود به 1177.se مورد استفاده قرار داد.

## Freja eID Plus یک e-legitimation رایگان، قابل حمل و سویدنی

می‌باشد. شما از این طریق آن را تهیه کرده می‌توانید:

- یک اپلیکیشن (app) روی موبیل یا تبلت خود دانلود کنید.
- به یکی از فروشگاه‌های نماینده ATG مراجعه نمایید تا این کارت شناسایی الکترونیکی را در سطح Plusnivå فعال نمایید.
- اگر زیر ۱۸ سال دارید باید از سرپرست خود اجازه داشته باشید تا Freja eID Plus را دریافت کرده بتوانید.

### اگر قبلاً covid-19 گرفته باشم هم این موارد در مورد من صدق می‌کند؟

اگر شما قبلاً، طی شش ماه اخیر، عفونت تایید شده covid-19 داشته‌اید، ضرورت به تست کردن خود ندارید. با این وجود اگر مریض شدید تا زمانی که کاملاً صحتمند شوید در خانه بمانید.

### چه زمان باید اعضای خانوار فرد در تماس با آلودگی قرار گرفته، در خانه ایزوله شوند؟

فصله ایزوله شدن در خانه از طرف داکتر گرفته می‌شود و صرف در مواردی که یک واقعه تایید شده ابتلا در خانوار وجود داشته باشد اینکار انجام می‌شود.

## معلومات موجود در مورد covid-19

### چه زمان ممکن است مریض شوم؟

مدتی که از زمان آلوده شدن تا زمانی که نفر احتمالاً مریض می‌شود طول می‌کشد (دوره نهفتگی یا مخفی مریضی)، بین ۲ تا ۱۴ روز، معمول‌ترین حالت ۵ روز می‌باشد.

### کدام علائم مریضی در covid-19 شایع‌تر است؟

تب، آبریزش بینی، سرفه، مشکلات تنفسی، گلودرد، سردردی، دردهای عضلانی، کم شدن حس بویایی و چشایی، مشکلات شکم و اسهال. بیشتر افراد به یک مریضی ملایم مبتلا می‌شوند در حالیکه بعضی دیگر دچار مریضی شدیدتری با مشکلات تنفسی شده و ممکن است به تداوی در شفاخانه ضرورت پیدا کنند.

### ویروس کرونا به چه نحو سرایت می‌کند؟

ویروس کرونا از طریق به اصطلاح قطرات آلوده و تماس منتقل می‌گردد. زمانی که یک نفر سرفه، عطسه یا صحبت می‌کند قطرات آلوده کننده در فضا تشکیل می‌شود. اگر فردی در نزدیکی آن نفر باشد ممکن است آلوده شود. هنگامی که این قطرات بر روی اشیاء یا سطوح قرار می‌گیرد ممکن است آلودگی از آنجا، معمولاً از طریق دستها، شیوع یابد. اگر انسان چشمها یا بینی خود را بدون آنکه دستهایش را شسته باشد بخاراند ممکن است ویروس از این راه وارد بدن شود. بهمین دلیل رعایت فاصله و شستن دستها بطور مرتب مهم است.