

# اطلاعات در مورد کووید-۱۹

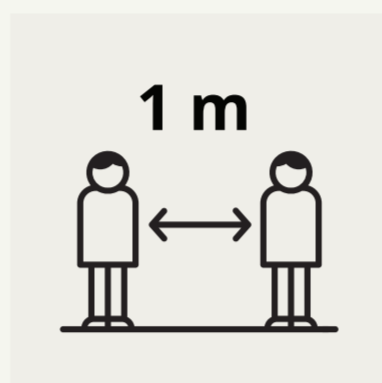
از شیوع کووید-۱۹ جلوگیری کنید



دستان خود را مرتباً و با دقت شسته / ضد عفونی کنید.



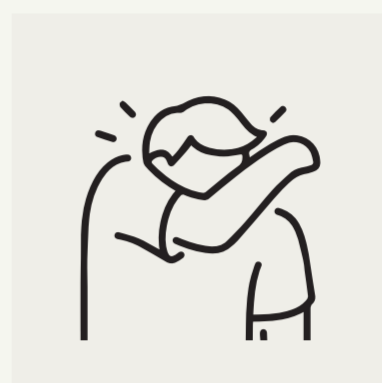
وقتی بیمار هستید در خانه بمانید.



حداقل ۱ متر بین خود و دیگران فاصله داشته باشید.



در برخی شرایط ممکن است از شما خواسته شود که ماسک صورت بزنید. (زمانی که حفظ ۱ متر فاصله سخت یا ممکن نباشد)



هنگام سرفه یا عطسه بینی و دهان خود را با آرنج خم شده یا دستمال خود بپوشانید.



## می‌ال‌ع

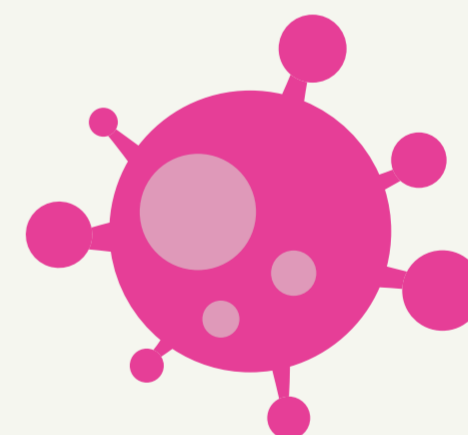


### می‌ال‌ع نیرت‌عی‌اش:

و وی‌ای‌وب‌ن‌داد‌ت‌سد‌زا. راوش‌د‌س‌ف‌ن‌ت و م‌ف‌رس، ب‌ت‌د‌ش‌اب‌ت‌م‌ال‌ع‌کی‌دن‌اوت‌یم‌زین‌یی‌اش‌چ

### رت‌ید‌ج‌می‌ال‌ع:

ای‌س‌ف‌ن‌ت‌ت‌ال‌ک‌ش‌م، ه‌یر‌ل‌ا‌ت‌اذ‌ه‌ب‌دار‌فا‌زا‌ی‌خ‌رب‌دن‌وش‌یم‌ال‌ت‌ب‌م‌ید‌ج‌ی‌اه‌یر‌ام‌یب‌ری‌اس



## آزمایش کردن

### تلفن اضطراری

- اگر تب شدید و مشکلات تنفسی دارید، در اسرع وقت با پزشک عمومی یا مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید.
- تلفن: ۱۱۶ ۱۱۷
- در صورت در خطر بودن زندگی و سلامتی به ۱۱۳ زنگ بزنید.

### چگونه؟

۱. اگر شما مریض هستید و احتیاج به کمک دارید یا اینکه لازم است تا شخصاً به شما مشاوره سلامتی داده شود با دکتر خود تلفنی یا به صورت الکترونیکی تماس بگیرید.
۲. وبسایت‌های شهرداری شهری که در آن اقامت دارید را برای اطلاعات بیشتر و انجام تست بخوانید. شما باید با مرکز تست قرار ملاقات بگذارید قبل از اینکه به آنجا بروید.
۳. در زمان مشخص خود به مرکز تست بروید و در تست شرکت کنید. پزشک یا اورژانس به شما اطلاعاتی در مورد چگونگی انجام این تست در مرکز آزمایش را می‌دهد.

### چه کسی؟

۱. افرادی که علائم عفونت دستگاه تنفسی یا علائم دیگری دارند که می‌تواند ناشی از کووید-۱۹ باشد.
۲. افرادی که ممکن است در معرض ویروس قرار گرفته باشند، چه از طریق تماس نزدیک با کسی که کووید-۱۹ در او تأیید شده و یا هنگام بازگشت به نروژ پس از بازدید از "منطقه قرمز" \* طی ۱۰ روز گذشته.
۳. همه کسانی که خود مشکوک هستند به اینکه کووید ۱۹ گرفته اند.

\* کشور های دارای انتقال زیاد به عنوان "منطقه قرمز" مشخص می شوند. اطلاعات و به روز رسانی ها در [www.fhi.no](http://www.fhi.no)

### برای اطلاعات بیشتر:

وبسایت کیا (اطلاعات به ۳۹ زبان مختلف): [kianorge.no/covid-19](http://kianorge.no/covid-19) • تلفن اطلاعات مرکز سلامت نروژ: ۸۱۵۵۵۰۱۵ (هر روز از ساعت ۱۵:۳۰ - ۰۸:۰۰)