

برای شما که تماسی نزدیک با فردی داشته‌اید که مبتلا به covid-19 بوده است

برای افرادی که در یک خانوار زندگی می‌کنند به برگه اطلاعاتی "حفاظت در برابر شیوع بیماری‌ها" "Information och förhållningsregler till hushållskontakter" مراجعه شود.

فردی که بتازمگی با او در فاز سرایت بیماری (تا ۴۸ ساعت پیش از بروز علائم بیماری) تماس داشته‌اید، covid-19 داشته است و ممکن است شما در معرض سرایت بیماری قرار گرفته باشید. این امر قطعی نیست که شما آلوده و یا بیمار شده باشید اما مهم است که مانند همه افراد دیگر برای آنکه بیماری را به دیگران انتقال ندهید مسئولیت بپذیرید. اگر همین حالا هم نشانه‌های بیماری را دارید و یا این نشانه‌ها در شما آشکار شود باید بلافاصله برای دادن تست با مراکز درمانی تماس بگیرید. هنگامی که فرد بیمار شده و یا نشانه‌های بیماری را دارد و ویروس کرونا بیشتر سرایت می‌کند. همچنین ممکن است پیش از آنکه احساس بیماری نمایید هم بیماری را سرایت دهید. زمانی که از آلوده شدن تا بیماری طول می‌کشد (دوره نهفتگی) بین ۲ تا ۱۴ روز، معمولاً تا حدود ۵ روز متغیر خواهد بود.

طی ۱۴ روز از تاریخ (/) که با فردی ملاقات نمودید که نتیجه تست او مثبت شده است:

- در مورد نشانه‌های بیماری که می‌تواند از علائم covid-19 باشد هشیار باشید. نشانه‌های معمول تب، سرفه، گلودرد، سردرد. درد عضله، آبریزش بینی، کاهش حس بویایی و چشایی و همچنین عارضه‌های شکمی همراه با اسهال می‌باشد. اگر نشانه‌های بیماری را مشاهده نمودید، حتی نشانه‌های ملایم، باید بلافاصله خود را ایزوله نموده و با دیگران ملاقات نکنید. برای گرفتن نمونه آزمایش با درمانگاه خود تماس بگیرید. شرح دهید که تماس نزدیکی با فردی داشته‌اید که به covid-19 مبتلا بوده است. این امر همچنین در مواردی که بدلیلی دیگر با مراکز درمانی تماس می‌گیرید هم صدق می‌کند. در صورت بروز عوارض جدی اضطراری با ۱۱۲ تماس بگیرید. حتی در صورتی که نتیجه آزمایش منفی شود باید کماکان نسبت به بروز نشانه‌های بیماری هشیار باشید. در صورتی که نشانه‌های جدید بیماری آشکار شود برای یک تشخیص جدید با درمانگاه تماس بگیرید.
 - تا حد ممکن با افراد کمتری ملاقات نمایید، از ملاقات با دوستان خودداری نموده و از انجام فعالیت‌های اوقات فراغت که دربرگیرنده تماس با دیگران باشد پرهیز نمایید. فاصله خود را با افرادی که به‌رحال باید ملاقات کنید، خواه در فضای آزاد یا بسته، حفظ نمایید (۲ متر). شما ممکن است پیش از آنکه احساس بیماری نمایید ناقل بیماری باشید.
 - اگر می‌توانید از خانه کار کنید، اگر این امکان وجود ندارد حفظ فاصله با سایر همکاران در محل کار اهمیت ویژه‌ای دارد. کودکان/نوجوانان در صورتی که احساس می‌کنند کاملاً تندرستند می‌توانند به کودکان/ دبستان/ دبیرستان بروند.
- برای شما که تماس نزدیک با فرد مبتلا، فاصله کمتر از ۲ متر و در مجموع حداقل ۱۵ دقیقه طی یک شبانه روز، داشته‌اید. (مربوط به نوجوان یا بزرگسال از دوره راهنمایی (کلاس نهم به بالا) و بالاتر می‌باشد - حتی اگر نشانه‌های بیماری نداشته باشید)**
- روز پنجم از تاریخی که فرد بیمار نمونه آزمایش داد، تست بدهید. برای گرفتن نمونه آزمایش با درمانگاه خود تماس بگیرید.
 - در انتظار نتیجه آزمایش، تا حدی که امکان دارد از خانه کار کنید. اگر این امر امکان پذیر نیست، رعایت فاصله با سایر همکاران در محل کار از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.
 - دانش‌آموزان دوره راهنمایی و دبیرستان می‌توانند در انتظار نتیجه آزمایش به مدرسه بروند اما نباید در فعالیت‌های اوقات فراغت بیرون از مدرسه شرکت نمایند.
 - اگر بیش از یک‌هفته پس از آنکه آخرین بار با فرد ناقل ملاقات نمودید این پیام را دریافت نمایید، اصلاً نیازی به تست کردن خود ندارید.

این اطلاعات برای شما که ظرف شش ماه اخیر covid-19 داشته‌اید که از طریق تست PCR و یا تست پادتن تایید شده است، و یا از حداقل دو هفته پیش با دو دوز واکسینه شده‌اید، صدق نمی‌کند. با این وجود مراقب نشانه‌های بیماری بوده و در صورتی که بیمار شدید تا زمان بهبودی کامل در منزل بمانید.

مطالب بیشتر پیرامون covid-19 را در اینجا مطالعه نمایید: www.1177.se/Kronoberg/corona