

Ако сте болни, си останете в къщи

Правим всичко възможно, за да може заедно да намалим разпространението на коронавируса

Новият коронавирус може да причини болестта Covid-19, която много прилича на обикновена настинка или грип. Повечето хора, при които се наблюдават симптоми, не се разболяват сериозно, но за по-възрастни и болни хора болестта може да е опасна. Covid-19 се разпространява най-вече когато някой кашля или киха.

Ако сте болни, си останете вкъщи

Ако вдигнете температура, получите кашлица, хрема или Ви заболи гърло, трябва да си останете в къщи и да избягвате срещите с други хора, освен с тези, с които живеете. Дори и да се чувствате само леко неразположен, е по-добре да си останете в къщи. Останете вкъщи, докато минат два дни след като оздравеете напълно. Тогава няма да бъдете заразни за останалите.

Пазете по-възрастните и тежко болните хора

За по-възрастните хора рискът от сериозни усложнения е по-голям. Същото важи и за хора, страдащи от тежко заболяване. Ето защо е важно да избягвате да се срещате с тях или да ги посещавате. По-добре им се обадете по телефона.

Как да се предпазите, за да не се разболеете?

- Мийте ръцете си често и добре със сапун и вода. Ако нямате сапун и вода, използвайте спирт за ръце.
- Старайте се да избягвате да пипате очите,

носа и устата си.

- Стойте на разстояние от хора, които кашлят или кихат, и избягвайте да се ръкувате с тях.

Кога и къде да потърсим помощ

При повечето хора, разболели се от Covid-19, не е необходимо да се търси медицинска помощ, тъй като оплакванията обикновено минават от само себе си. Ако състоянието Ви се влоши много или се появят проблеми с дишането и по време на почивка, се обадете на номер 1177. Медицинската сестра ще Ви насочи към подходящото място за правилно лечение. При животозастрашаващи състояния винаги се обаждайте на 112.

Медицински съвети по телефона можете да получите и на следните други езици:

- Английски – обадете се на телефон 1177 с денонощно дежурство
- Фински - обадете се на телефон 1177 в работни дни между 8-12 часа
- Арабски – обадете се на телефон 08-123 130 80 всеки ден между 8-22 часа
- Сомалийски – обадете се на телефон 08-123 130 90 в работни дни между 8-17 часа
- Персийски/фарси - обадете се на телефон 08-123 130 87 в работни дни между 8-17 часа

Повече информация можете да получите на сайта 1177.se, а в случай, че имате други въпроси, свързани с Covid-19 можете да се обадите на телефон 113 13.