

Dacă ești bolnav, stai acasă

Împreună facem tot posibilul să limităm la maxim răspândirea virusului corona

Virusul nou corona, poate declanșa boala covid-19 care seamănă cu o răceală sau gripă obișnuită. Majoritatea persoanelor la care apar simptome nu se îmbolnăvesc prea grav, dar boala poate fi periculoasă pentru cei în vârstă și cei bolnavi. Covid-19 contaminează mai ales atunci când o persoană care are boala, tușește sau strănută.

Dacă ești bolnav, stai acasă

În cazul în care faci febră, tuse, guturai sau dureri în gât, trebuie să stai acasă și să eviți să întâlnești alte persoane în afara celor cu care locuiești. Chiar dacă te simți puțin bolnav, trebuie să stai acasă. Rămii acasă până când te simți total sănătos și încă două zile în plus. Atunci nu vei contamina alte persoane.

Protejează persoanele în vârstă și persoanele bolnave grav

La persoanele în vârstă, riscul de a se îmbolnăvi grav este mai mare. Acest lucru este valabil și în cazul persoanelor cu boli grave. De aceea este important să evitați vizitarea sau întâlnirea acestora. Puteți mai bine să îi sunați.

Ce poți face tu însuși pentru a nu te îmbolnăvi?

- Spală-te des și minuțios pe mâini cu apă și cu săpun. În cazul în care nu ai apă și săpun, folosește alcool dezinfectant pentru mâini.

- Încearcă să eviți să pui mâna pe ochi, nas și gură.
- Păstrează distanța față de persoanele care tușesc și strănută și evită să dai mâna cu ei.

Când și unde trebuie să solicite asistență medicală?

Majoritatea celor care se îmbolnăvesc de covid-19 nu trebuie să solicite asistență medicală, deoarece discomforturile trec de obicei de la sine. Dacă însă starea ta se agravează sau dacă apar probleme respiratorii chiar și când te odihnești, sună la 1177. Atunci vei fi îndreptat către asistența medicală necesară la locul potrivit de către o asistentă medicală. Sună întotdeauna la 112 în cazul unei stări care îți pune viața în pericol.

Consultanță în asistența medicală la telefon este disponibilă și în limbile următoare:

- Engleză – sună la 1177 tot timpul
- Finlandeză – sună la 1177 în zilele de lucru între orele 8-12
- Arabă – sună la 08-123 130 80 în toate zilele între orele 8-22
- Somaleză – sună la 08-123 130 90 în zilele de lucru între orele 8-17
- Persană – sună la 08-123 130 87 în zilele de lucru între orele 8-17

Informații suplimentare sunt pe 1177.se, iar dacă ai întrebări generale referitoare la covid-19, sună la 113 13.