

Inkjavo te garaves tut thaj averen andar o phiravimos andar o covid-19

Si semple cyknore gogidimata save sakone ekhes amender trubul te avel amen te šaj e infekcija avel maj cykni ando societeto. O koronavirus si phiravdo andar pašutno kontakto ekhe ženesa kas si les e infekcija.

Kadala gogidimata žutisaren te skepin trajura.

- Thov čire vasta butivar thaj sasteste sapunesa thaj pajesa.
- Beš khyre te tu san nasvalo. Date te tu san xanci nasvaloro.
- Inkjar distancija avere ženendar. Preferencialno duj metra dur sogodi tu šaj.
- Kyr buči khyral te si tut o šanso.
- Dikh te na trubusares publikano trasporto. Trade bicikla, phir, aj trubusar aver transporto te tu šaj
- Te tu san 70-e beršengo aj maj phuro, tu trubul te aves maj samadino te našes katar e infekcija. Gin maj but andar o gogidipe tuke kon san maj phuro ka [1177.se/stockholm](https://www.1177.se/stockholm).
- Kyr tuke o testo te tu gyndis kaj tut šaj si tut o covid-19.

Kyr tuke o testo andar o covid-19

Importantno si te les o testo te tu gyndis kaj šaj si tut o covid-19. Atundž, ame šaj ekh averesa arakhas kon šaj si infektirime. Kadava preventiril te phiravdindol pe e infekcija pe aver žene. Te tut si tut jag, xas, dukhavdi kor, žavno nakh aj xasardan čiro seripe andar e syng thaj čhibthope, tut šaj si tut o covid-19. Te tut si tut ekh aj maj but katar kadala simptomura, tu šaj les tuke khere ekh testosko komplekto. O testo si siguro thaj tu ka dikhes andar leste te si tut o covid-19 aj naj tut. O testo si bilovalo te tu trais ando Stokxolmo Regiono thaj šaj rezerviris le ande e aplikacija "Alltid öppet". Te tu naštis te trubusares ekh telefono aj tableto, tu šaj kontaktiris čire sastimaske centros thaj von ka žutisaren tut te rezerviris o testo.

Rode sama sar si normalno

Importantno si kaj tu kyres kontakto e sastimaske centrosa kana tu trubul. O sastimasko centro kyrel buči konstantno te minimiziril o phiravimos andar o koronavirus thaj te del ekh siguro sama kana tut trubul tut. Te tu nasvavos, seres tut xoljariko aj te kames te dukhaves tut, e sama si tuke gathe.

Kyr kontakto e 1177 Vårdguiden ka 1177 thaj ekh žangli medikani asistenta ka žutisarel tut te les e čači sama. Tu šaj i te gines andar e sama ando Stokxolmo ka [1177.se/stockholm](https://www.1177.se/stockholm).

Medikano gogidipe po telefono

Švedikanes thaj anglikanes – telefonisar 1177 pe sako ekh časo

Finikasnes – telefonisar 1177 kurkeske givesa katar o 8–12 o časo

Arabikanes – telefonisar 08–123 130 80 sako gives katar o 8–22 o časo

Somalikanes – telefonisar 08–123 130 90 kurkeske givesa katar o 8–17 o časo

Rusikanes – telefonisar 08–123 130 18 kurkeske givesa katar o 8–17 o časo

Farsikanes – telefonisar 08–123 130 87 kurkeske givesa katar o 8–17 o časo

Tigrinianes – telefonisar 08–123 130 19 kurkeske givesa katar o 8–17 o časo

Ando o kazuso kaj si ekh trajosko daravno kondiciono, sako drom telefonisar 112.

Maj but informacija si akate ka [1177.se/stockholm](https://www.1177.se/stockholm)