

Par Coronavīrusu, COVID-19

Saskaņā ar Pasaules Veselības organizācijas datiem corona vīruss ir pandēmija. Pandēmija ir slimība, kas ir izplatījusies visās pasaules daļās. Somijā ir pieaudzis risks inficēties ar corona vīrusu. Ar Coronas vīrusu var inficēties, ja cilvēks, kuram ir vīruss, šķauda vai klepo.

Somijā un Ālandu salās ir ārkārtas stāvoklis. Ārkārtas stāvokļa mērķis ir aizsargāt iedzīvotājus. Ārkārtas stāvokļa laikā ir slēgtas skolas. Ārkārtas stāvoklis ir līdz 2020. gada 13. aprīlim, taču periods var būt arī ilgāks. Personām, kuras dzīvo Somijā, ārkārtas stāvokļa laikā nevajadzētu ceļot uz ārzemēm. Personām, kuras atrodas ārzemēs, ieteicams nekavējoties atgriezties uz savu dzīvesvietu.

Ieteikumi sabiedrībai

- Izvairieties no ceļojumiem.
- Izvairieties no cilvēku pūļiem, kas pārsniedz 10 cilvēkus.
- Esiet piesardzīgs attiecībā uz higiēnu, mazgājiet rokas.
- Uzturieties mājās, ja ir drudzis, saaukstēšanās vai elpceļu infekciju simptomi.
- Neapciemojiet vecākus cilvēkus un slimniekus.
- Apmeklējumi pensionātos ir aizliegti.
- Personām, kuras ir vecākas par 70 gadiem, vajadzētu palikt mājās.

Novērs vīrusa izplatīšanos

Ikvienam ir jāpalīdz apturēt vīrusa izplatīšanos.

Laba higiēna ir labākais veids, lai novērstu corona vīrusu un citu vīrusu izplatīšanos.

- Bieži un rūpīgi mazgājiet rokas ar ziepēm un ūdeni. Ja nevariet nomazgāt rokas, izmantojiet roku dezinfekcijas līdzekli.
- Izmantojiet kabatlakatu klepojot vai šķaudot. Neklepojiet un nešķaudiet savā rokā. Atrodieties vismaz viena metra attālumā no personas, kas klepo vai šķauda.
- Nepsniedziet roku, kad sveicienieties ar kādu.

Ja esiet ceļojis ārpus Ālandu salām

Ja esiet ceļojis ārpus Ālandu salām, bet jūtiaties vesels un jums nav nekādu simptomu:

- Saskaņā ar Somijas valdības ieteikumiem visām personām, kas atgriežas no ārvalstīm, divas nedēļas ir jābūt karantīnā. Ālandu valdība iesaka 14 dienu karantīnu pat pēc braucieniem no Somijas. Plānojiet darbu kopā ar savu darba devēju.

Informācijas telefons Ālandu salās:

Tel 018-25 572 un 018-25 573

- informācijas līnija jautājumiem par mēriem, kas veikti ārkārtas stāvokļa rezultātā;
- Informācijas telefons darbojas darba dienās no pulksten 8- 20.

Jaunākā informācija un linki ir atrodami mājaslapā: www.regeringen.ax

Direktīvas tiek pastāvīgi atjauninātas. Šī informācija ir uzrakstīta 2020. gada 18. martā

Coronavīrusa simptomi

Bieži coronavīruss izpaužas ar viegliem simptomiem. Dažiem cilvēkiem ir smagāki simptomi. Parasti šiem cilvēkiem ir bijusi arī kāda cita slimība, piemēram, astma vai sirds slimība.

Simptomi, kas jums var rasties no koronavīrusa:

- drudzis
- sāpes muskuļos
- klepus
- grūti elpot
- nogurums

Ja esiet slim

Vieglu simptomu gadījumā

kad jūs parasti nemeklējat ārsta palīdzību:

- Pālieciet mājās, līdz jums nav simptomu divas dienas. informējiet darba devēju.
- Vienojieties ar savu darba devēju, vai ir iespējams strādāt mājas apstākļos.
- Izvairieties iet uz slimnīcu un nezvaniet uz Corona tālruni.

Mērenu simptomu gadījumā

kad jūs parasti dotos pie ārsta, lai saņemtu medicīnisko izziņu:

- Pālieciet mājās, līdz jums nav simptomu divas dienas.
- Ja nepieciešams, zvaniet uz Corona tālruni 018-535 313.

Smagu simptomu gadījumā

Ja jums ir augsta temperatūra vai elpas trūkums:

- Dienas laikā: zvaniet uz Corona tālruni 018-535 313.
- Vakarā: zvaniet uz neatliekamās palīdzības nodaļu, tālrunis 018-5355.
- Vai jums nepieciešama ātrā palīdzība? Zvaniet uz 112.

ÅHS Coronatelefons, tel 018-535 313

- Atvērts darba dienās plkst. 8-16 un brīvdienās plkst. 9-16 cilvēkiem, kuri jūtas slikti un kuriem ir vidēji smagi vai smagi simptomi. Zvanot uz ÅHS Corona tālruni, jūs varat saņemt atbildes tikai uz jautājumiem par coronas vīrusu, simptomiem un aprūpi.
- Ja telefons ir aizņemts, varat piezvanīt medicīniskajai informācijas telefona līnijai pa tālruni 018-538 500.
- Ārkārtas problēmu gadījumā zvaniet pa tālruni 112!

Jaunākā informācija un linki ir atrodami mājaslapā: www.regeringen.ax