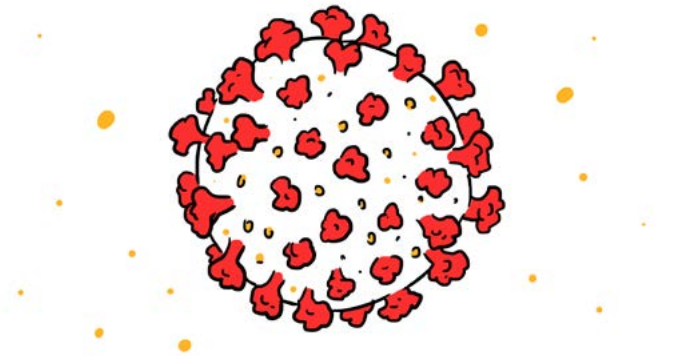


COVID-19 چیست؟

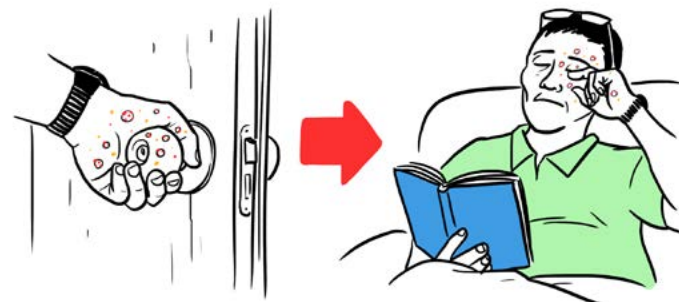
علائم آن شامل تب، سرفه و تنگی نفس هستند. این ویروس می تواند مرض تنفسی ملایم تا حاد ایجاد کند.



COVID-19 یک مرض تنفسی است که توسط ویروسی که به سرعت در سراسر جهان در حال گسترش است، ایجاد می شود. این ویروس زمانی منتقل می شود که شخص آلوده در نزدیکی یک شخص غیر آلوده سرفه یا عطسه کند. این ویروس همچنین زمانی که شخصی سطحی را لمس می کند که ویروس روی آن بوده است و سپس دهان، بینی و چشمان خود را لمس می کند، منتقل می گردد. این ویروس می تواند بین افرادی که در تماس نزدیک با یکدیگر هستند (در فاصله 6 فوت) پخش شود.

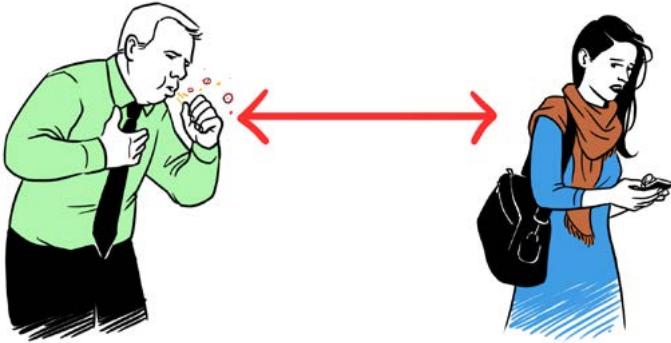
در طول همه گیری COVID-19، ممکن است از مسئولان دولتی یا کارکنان مراقبت صحی بشنوید که به راهنمایها یا قوانینی که برای امنیت خودتان هستند، رجوع می کنند.

بر اساس شرایط، ممکن است از شما خواسته شود در خانه بمانید تا از دیگران یا خود محافظت نمایید. این تدابیر به کاهش سرعت یا توقف پخش ویروس در جامعه شما کمک می کند. زمانی که جوامع سرعت گسترش ویروس را کاهش دهند، شفاخانه ها بهتر قادر به مراقبت از مریضان هستند. اگر باید بیرون بروید، افراد حرفه ای موارد عاجل مانند اطفایه ها یا پولیس ممکن است به شما نزدیک شوند، اما آن ها تنها می خواهند به شما کمک کنند.



فاصله گذاری اجتماعی یا فیزیکی

برای کاهش سرعت ویروس، ممکن است مسئولان دولتی از ساکنین بخواهند که فاصله گذاری اجتماعی یا فیزیکی را رعایت کنند. این کار یعنی فاصله گرفتن به میزان 6 فُت یعنی در حدود طول دو دست از دیگران و کاملاً فاصله گرفتن از گروه افراد. از حضور افرادی غیر ضروری در خانه خود جلوگیری کنید. این کار شما به حفاظت شما در برابر مریض شدن یا حفاظت در برابر گسترش مرض به دیگران کمک می کند.



در اینجا برخی قوانین و راهنمایی های مسئولان و کارکنان مراقبت صحتی که ممکن است از شما خواسته شود دنبال کنید را ذکر می کنیم:

تجرید

اگر علائم COVID-19 را داشته باشید، ممکن است داکتری از شما بخواهد که خود را تجرید کنید. این درخواست یعنی ماندن در خانه برای مدتی مشخص. تا جایی که ممکن است، شما باید در یک «اتاق مریض» مخصوص و به دور از دیگر افرادی که با آن ها زندگی می کنید، بمانید. این کار باعث جلوگیری از گسترش مرض به دیگر افراد می شود.



پناه گرفتن در محل

ممکن است شهرها و ایالت ها یک دستور «پناه گرفتن در خانه» یا «ماندن در خانه» برای کل جامعه اعلام نمایند. این دستورات ممکن است بر اساس مکان متفاوت باشند، اما معمولاً از ساکنین خواسته می شود که حتی الامکان در خانه مانده و تنها برای موارد ضروری مانند خرید مواد خوراکی، دیدن دکتر یا دریافت ادویه از خانه خارج شوند. این قوانین به معنی منع گشت و گذار نیستند و همچنان به شهروندان اجازه داده می شود که وظایف مورد نیاز برای صحت و مصئونیت را انجام دهند. در قیود گشت و گذار، شما ملزم هستید که همیشه در خانه خود بمانید.



قرنطینه

اگر فکر می کنید که با فردی که دارای COVID-19 بوده در تماس بوده اید، ممکن است از شما خواسته شود که قرنطینه شوید. این کار یعنی شما باید برای حدود 14 روز در خانه بمانید و در صورت داشتن تب، سرفه یا اشکال در تنفس به یک دکتر اطلاع دهید. قرنطینه به جلوگیری از گسترش احتمالی مرض قبل از این که علائم را احساس کنید، کمک می کند.



Cultural Orientation Resource Exchange • 8719 Colesville Road, 3rd Floor • Silver Spring, MD 20910



The contents of this fact sheet were developed under an agreement financed by the Bureau of Population, Refugees, and Migration, United States Department of State, but do not necessarily represent the policy of that agency and should not assume endorsement by the Federal Government. **This material is in the public domain and may be reproduced.**

برای معلومات بیشتر در مورد COVID-19، به وبسایت COREnav.org مراجعه کنید.