

اگر علایم جدی دارید
برای کمک عاجل صحتی
به
**ویروس کرونا
(کوید ۱۹)**
... زنگ بزنید

In partnership with



Government
of South Australia
SA Health



برای دریافت خدمات صحتی پیشاپیش به داکتر یا شفاخانه
تلفن کرده و نوبت بگیرید.

خدمات بزرگسالان

اگر شما یا کسی که شما می شناسید بالای ۶۰ سال باشد و برای رساندن مواد
خریداری شده و یا دوا ضرورت به کمک داشته باشد، یا به کسی ضرورت داشته
باشد که در مورد وضعیت فعلی صحبت کند به شماره

8374 2280

تماس بگیرید.

جامعه اسلامی استرالیای جنوبی

اگر ترجمان ضرورت داشتید به شماره

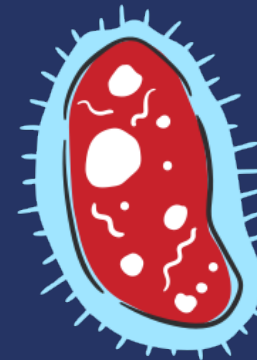
131 450

زنگ بزنید و برای لسانی که ترجیح می دهید ترجمان بخواهید.

بسته معلوماتی عاجل

کوید ۱۹

ویروس نوول کرونا



کوید ۱۹ یک مریضی عفونی است که توسط ویروس
نول کرونا از خانواده کروناویروس ها بوجود می آید. این
ویروس باعث مریضی گرفته از زکام تا موارد شدید تر
می شود.

علایم



احتمال خطر را کم کنید



چه کار باید کرد



علائم	کوید - ۱۹	زکام	انفلونزا
	علائم از خفیف تا شدید	شروع تدریجی علائم	شروع آنی علائم
تب	معمول	نادر	معمول
سرفه	معمول	معمول	معمول
گلو درد	بعضی اوقات	معمول	معمول
تنگی نفس	بعضی اوقات	نخیر	نخیر
خستگی زیاد	بعضی اوقات	بعضی اوقات	معمول
درد	بعضی اوقات	نخیر	معمول
سردردی	بعضی اوقات	معمول	معمول
ریزش بینی	بعضی اوقات	معمول	بعضی اوقات
اسهال	نادر	نخیر	بعضی اوقات مخصوصا در اطفال
عطسه	نخیر	معمول	نخیر

می توانیم با هم جلو انتشار را گرفته و
صحتمند بمانیم
برای معلومات بیشتر در باره ویروس کرونا به
وبسایت health.gov.au مراجعه کنید.



احتمال خطر را برای خود کم کنید



دست های خود را خصوصا بعد از تشناب رفتن، پیش کردن/تکاندن بینی یا دست زدن به دستمال کاغذی استعمال شده حد اقل برای ۲۰ ثانیه بشویید.

از محلول ضد عفونی برای دست بنام هیند سنیتایزر که دارای الکل بالاتر از ۶۰ فیصد هست استفاده کنید.



از دست زدن به روی خود جلوگیری کنید.

در وقت سرفه یا عطسه زدن دهان تان را با آرنج تان بپوشانید.



اگر مریض هستید و یا بیرون می روید از ماسک استفاده کنید.



در خانه بمانید و در موارد ضروری که در بیرون می روید، حداقل ۱.۵ متر از دیگران فاصله ی تان را حفظ کنید.



سطوحی را که زیاد لمس می شوند مثل جای شستن دست در تشناب و میز آشپز خانه را با پارچه صاف مکررا پاک کنید.



عادت های خوب خود را ادامه دهید. ورزش کنید. آب بنوشید و به اندازه کافی بخوابید.

