

اطلاعاتی در مورد ویروس کرونا به اربابین رجوع مرکز پذیرش پناهجویان

ویروس کرونا در جهان

سازمان بهداشت جهانی ویروس کرونا را یک بیماری دنیاگیر یا پاندمیک اعلام کرده است. بیماری دنیاگیر نوعی بیماری است که در تمام جهان گسترده شده باشد. ریسک سرایت بیماری در اروپا و نقاط دیگر جهان بالا رفته است.

هیچ داروی مشخصی برای درمان ویروس کرونای جدید وجود ندارد. هیچ واکسنی هم برای مقابله با ویروس کرونا وجود ندارد. با این حال در فنلاند امکانات خوبی برای درمان بیماران وجود دارد.

قرنطینه و در معرض بیماری قرار گرفتن

برای پناهجویی که از خارج کشور وارد شده است، از طرف مرکز پذیرش پناهجویان به مدت دو هفته شرایط مشابه قرنطینه ترتیب داده می شود.

در شرایط مشابه قرنطینه، هدف این است که شما در اتاق / مسکن یا مکانی که مرکز پذیرش پناهجویان در اختیاران می گذارد بمانید.

- نباید از اماکن عمومی مرکز پذیرش پناهجویان استفاده کنید.
- شما باید از تماس با دیگران اجتناب کنید. در صورتی که با خانواده خود زندگی می کنید، از تماس نزدیک با اشخاص خارج از خانواده پرهیز کنید.
- می توانید بیرون بروید، ولی به شرطی که به دیگران نزدیک نشوید. مثلاً نمی توان برای انجام تفریحات و سرگرمی های گروهی، به فروشگاه و یا به وسایل نقلیه عمومی رفت، چرا که در این مکان ها پرهیز از تماس دشوار است.
- کارمندان مرکز پذیرش به نیازمندی های اولیه شما رسیدگی می کنند (مثلاً غذا و لوازم بهداشتی).

در صورتی که هنگام ورود به کشور برای اسکان مستقیماً به منزل شخصی و مسکن خارج از مرکز پذیرش می روید، در منزل خود در شرایط مشابه قرنطینه خواهید بود. در این حالت خودتان باید با کمک نزدیکانتان از جمله غذا و لوازم مورد نیازتان را تهیه کنید.

همچنین در صورتی که در معرض ویروس کرونا قرار گرفته اید، مجبور خواهید بود که به مدت دو هفته در قرنطینه بمانید. چنانچه در ارتباط نزدیک با شخص مبتلا به کرونا بوده اید، در معرض آن قرار گرفته اید. در صورتی که می دانید که در تماس با شخص مبتلا به کرونا بوده اید، بلافاصله به کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان اطلاع دهید. چنانچه در خارج از مرکز پذیرش پناهجویان زندگی می کنید، این موضوع را مقدماً تلفنی اطلاع دهید.

کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان در مورد قرنطینه احتمالی به شما اطلاعات می دهند و راهنمایی تان می کنند.

بدینگونه از گسترش ویروس جلوگیری می کنید

ویروس کرونا در هنگام لمس کردن، سرفه کردن و عطسه کردن سرایت می کند. هر کسی می تواند اقداماتی را انجام دهد که از گسترش ویروس کرونا جلوگیری کند.

بهداشت مناسب بهترین شیوه برای جلوگیری از گسترش ویروس کرونا و تمام ویروس های دیگر است:

- دستهای خود را به طور مکرر با آب و صابون بشویید. هر بار حداقل به مدت 20 ثانیه دستهایتان را بشویید. دستهایتان را به خوبی خشک کنید.
- در صورتی که نمی توانید دستهای خود را بشویید، از مایع ضدعفونی کننده دست استفاده کنید.
- در هنگام سرفه یا عطسه کردن، جلوی دهان خود را بگیرید. مثلاً از دستمال یا قسمت بالایی آستین خود استفاده کنید. در کف دست خود سرفه یا عطسه نکنید. دستمال را همیشه به داخل زیاله دانی بیاندازید.
- به چشم، بینی یا دهان خود دست نزنید، مگر آن که دست خود را همان موقع شسته باشید.
- صفحه تلفن خود را به طور مرتب تمیز کنید.
- اتاق محل زندگی خود را تمیز نگه دارید.
- اماکن عمومی مرکز پذیرش را بهم نریزید.

با اشخاص دیگر فاصله بگیرید

- در صورتی که در منزل شخصی سکونت دارید، تا حد امکان در خانه بمانید.
- در صورتی که در مرکز پذیرش سکونت دارید، تا حد امکان از اماکن عمومی مرکز پذیرش کمتر استفاده کنید.
- با دیگران دست ندهید و آنها را در آغوش نگیرید. برای سلام دادن راه های دیگری بیابید.
- در داخل مرکز پذیرش و خارج از آن، حداقل یک متر از دیگران فاصله داشته باشید. از شخصی که سرفه یا عطسه می کند دور بمانید.
- از حضور در اماکن عمومی، اجتماعات انسان ها و گردهمایی ها اجتناب کنید.
- می توانید با دور ماندن به اندازه کافی از دیگران، برای هواخوری بیرون بروید.
- به منزل دیگران نروید، بلکه با آنها تلفنی صحبت کنید. به ویژه از رفتن به نزد سالمندان (و اشخاصی که دارای بیماری زمینه ای هستند) پرهیز کنید.
- اشخاص بالای سن 70 سال باید در شرایط مشابه قرنطینه بسر برند. آنها باید در چارچوب امکانات از تماس با دیگران جدا بمانند.

فقط زمانی که واقعاً نیاز هست به مرکز پذیرش پناهجویان مراجعه کنید:

- فقط در صورتی که واقعاً نیاز هست از کارمند مرکز پذیرش پناهجویان وقت بگیرید.
- در صورتی که در منزل شخصی سکونت دارید، فقط در مواقع ضروری به مرکز پذیرش پناهجویان مراجعه کنید.
- در صورت نیاز، مقدماً تلفنی با مرکز پذیرش تماس بگیرید.

در صورت بیماری یا در حالی که علائم بیماری را دارید، به مرکزی خارج از مرکز پذیرش پناهجویان مراجعه نکنید:

- چنانچه مثلاً قرار است بررسی شفاهی دادگاه اداری در ارتباط با موضوع پناهندگی شما برگزار شود و شما علائم بیماری را دارید، برای لغو جلسه بررسی با وکیل خود تماس بگیرید.
- در صورتی که ملاقات دیگری از جمله با مقامات یا ارگان دیگری در خارج از مرکز پذیرش دارید و مطمئن نیستید که آیا با توجه به حال و سلامت خود می توانید در آن شرکت کنید، با کارمند مرکز پذیرش تماس بگیرید. چنانچه در خارج از مرکز پذیرش پناجویان زندگی می کنید، مقدماً تلفنی تماس بگیرید.

تأثیرات بر روی فعالیت مرکز پذیرش پناجویان

- مراکز پذیرش پناجویان موقتاً فعالیت های غیر ضروری خود را حذف می کنند. مراکز پذیرش امور ابتدائی روزمره و فعالیت های ضروری را انجام می دهند.
- برگزاری گروه های مختلف، از جمله جلسات اطلاع رسانی، گروه های درسی و آموزشی و کلوب ها در مراکز پذیرش کاهش می یابد.
- کارمندان مراکز پذیرش پناجویان سعی می کنند جهت حفاظت از شما و خودشان، ملاقات ها را از دور برگزار کنند.
- دیدارهای اشخاص غیر مرتبط با مراکز پذیرش تا اطلاع ثانوی ممنوع است.
- مراکز پذیرش پناجویان فقط انتقالات بسیار ضروری اربابین رجوع را بین مراکز انجام می دهند.

علائم ویروس کرونا

ویروس کرونا باعث ایجاد عفونت ناگهانی در مجاری تنفسی می شود. علائم ویروس کرونا عبارتند از:

- علائم مجاری تنفسی از قبیل سرفه یا تنگی نفس
- تب
- درد ماهیچه
- خستگی

این علائم معمولاً خفیف هستند، ولی برخی از اشخاص علائم شدیدتری می گیرند. برای اشخاصی که جزو گروه های ریسک هستند، ویروس کرونا معمولاً خطرناک تر و علائم آن شدیدتر است. اشخاص بالای سن 70 سال و اشخاصی که دارای بیماری زمینه ای هستند، جزو گروه های ریسک می باشند. بیماری زمینه ای عبارتند از مثلاً دیابت، فشار خون بالا یا بیماری های قلبی و عروقی.

در صورت بروز بیماری و علائم، بلافاصله به کارمند مرکز پذیرش پناجویان اطلاع دهید. چنانچه در خارج از مرکز پذیرش پناجویان زندگی می کنید، این موضوع را مقدماً تلفنی اطلاع دهید.

بیمار شدن

در صورتی که علائم بیماری خفیف باشند و شما جزو گروه های ریسک نباشید، ضرورتاً نیازی به تشخیص بیماری توسط پزشک وجود ندارد.

در صورتی که علائم بیماری شما خفیف هستند، در خانه خود، اتاق خود یا مکان دیگری که کارمندان مرکز پذیرش به شما اطلاع می دهند دوران بیماری را بگذرانید. علائم خفیف عبارتند از التهاب مخاط بینی، سرفه، گلودرد، درد ماهیچه یا تب. جدا ماندن از دیگران و مثلاً از اماکن عمومی مرکز پذیرش از اهمیت ویژه ای برخوردار است.

استراحت و نوشیدن مایعات به اندازه کافی، در هنگام بیماری مهم هستند. برای تخفیف علائم می توانید از داروخانه داروهایی که نیاز به نسخه پزشک ندارند تهیه کنید (مثلاً پاراستامول). عفونت مجاری تنفسی معمولاً پس از یک هفته استراحت بهبود می یابد. دستورالعمل هایی که برای درمان به شما داده شده است را رعایت کنید.

در زمان بیماری به سر کار نروید.

موارد زیر را به کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان اطلاع دهید

- علائم شما به مدت طولانی ادامه یابند
- علائم شما شدیدتر شوند و حالتان بدتر شود
- دچار تنگی نفس هستید

چنانچه در خارج از مرکز پذیرش پناهجویان زندگی می کنید، این موضوع را مقدماً تلفنی به کارمندان اطلاع دهید. چنانچه در خارج از مرکز پذیرش پناهجویان زندگی می کنید، در صورتی که علائم شما وخیم تر شدند و حالتان بدتر شد، می توانید در شرایط اضطراری با شماره تلفن اضطراری 112 تماس بگیرید.

منظور از جداسازی، جدا کردن شخص دچار بیماری و اگر دار از دیگران می باشد. پزشک می تواند به شما بگوید که خود را از دیگران جدا کنید، که در این صورت نمی توانید بدون اجازه از خانه، اتاق یا مکان دیگری که کارمندان مرکز پذیرش در اختیارتان می گذارند خارج شوید. جداسازی را می تواند در بیمارستان هم انجام داد. با جداسازی تلاش می شود از سرایت احتمالی بعدی به دیگران اجتناب شود.

در مواردی که جداسازی در اتاق محل سکونت تان یا مکان دیگری که کارمندان مرکز پذیرش در اختیارتان گذاشته اند، انجام می شود، کارمندان مرکز پذیرش غذا یا لوازم مورد نیاز غذایی را به دست شما می رسانند. در صورتی که در منزل شخصی زندگی می کنید، خودتان با کمک نزدیکانتان غذا و لوازم مورد نیازتان را تهیه کنید. به یاد داشته باشید که حق ندارید از محلی که در هنگام جداسازی در آن بسر می برید خارج شوید یا با اشخاص دیگر در ارتباط باشید.

از شما چه انتظاری داریم

ما از همه اربابین رجوع مرکز پذیرش پناهجویان انتظار همکاری خوب، صبر و آرامش داریم. برای امنیت خود و دیگران، دستورالعمل هایی که کارمندان می دهند را رعایت کنید.

از کجا می توان اطلاعات کسب نمود

- در صورت نیاز از کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان اطلاعات کسب خواهید نمود.
- Yle.fi به زبان های متعدد در مورد ویروس کرونا اخبار پخش می کند.



- THL.fi در مورد وضعیت فنلاند اطلاع رسانی می کند و در آنجا به زبان های مختلف دستورالعمل هایی از جمله در مورد سرفه کردن و شستشوی دستها وجود دارد.