

Rreth koronavirusit, COVID-19

Sipas organizatës shëndetësore botërore WHO koronavirusi është një pandemi. Një pandemi është sëmundje që është përhapur në të gjitha anët e botës. Është rritur rreziku për përhapjen e koronavirusit në Finland. Koronavirusi përhapet nëse një person që e ka virusin teshtinë apo kollitet.

Në Finland dhe Åland është gjendje e jashtëzakonshme. Qëllimi i gjendjes së jashtëzakonshme është për të mbrojtur popullësinë. Gjatë gjendjes së jashtëzakonshme shkollat janë të mbyllura. Gjendja e jashtëzakonshme është deri më 13 prill 2020, por mund të zgjatet. Personat që jetojnë në Finland nuk duhet të udhëtojnë jashtë vendit gjatë gjendjes së jashtëzakonshme dhe njerëzit që ndodhen jashtë vendit rekomendohen të kthehen menjëherë.

Këshilla të përgjithëshme

- Shmangu udhëtimeve.
- Shmangu turmave mbi 10 persona.
- Keni kujdes me higjienë, sidomos me pastrimin e duarëve.
- Rrini në shtëpi sidomos nëse keni ethe, ftofje dhe simptoma tjera në kanalet e frymëmarrjes.
- Mos vizitoni të moshuarit dhe të sëmurët.
- Vizitat te shtëpitë e të moshuarëve janë të ndaluara.
- Personat që janë mbi moshën 70 vjeçare duhet të qëndrojnë në shtëpi.

Parandalo përhapjen e virusit

Të gjithë duhet të ndihmojnë për të ndaluar virusin që të mos përhapet.

Higjiena e mirë është mënyra më e mirë për të parandaluar koronavirusin dhe të gjitha viruset e tjera nga përhapja.

- Pastroji duart shpesh dhe me kujdes me shampon dhe ujë. Nëse nuk i pastron duart, përdorë dezinfektues për duar.
- Mbroje gojën kur kollitësh dhe teshtinë. Përdorë një shami ose krahun. Mos kollit apo teshti në dorë. Mbajë së paku një meter distancë nga dikush që kollitet ose teshtinë.
- Mos i kap dorën askujt kur përshendetësh.

Nëse ke udhëtuar jashtë Åland

Nëse ke udhëtuar jashtë Åland dhe je i shëndetshëm dhe pa simptoma:

- Të gjithë personat që kthehen nga vendet e jashtme duhet të qëndrojnë në karantinë dy javë sipas qeverisë së Finlandës. Planifiko së bashku me punëdhënësin.

Informatat e telefonit të qeverisë së Åland, tel 018-25 572 dhe 018-25 573

- Linja e informatave për pyetje në lidhje me masat e marra si rezultat i gjendjes së jashtëzakonshme
- Linja e informatave është e hapur gjatë ditëve të punës-javës në ora 8-20.

Informacion aktual dhe linqe të mëtejshme i gjeni në faqen e qeverisë së Åland: www.regeringen.ax

Simptomat e koronavirusit

Simptomat e koronavirusit janë shpesh të buta. Një pjesë e njerëzve kanë pas simptoma më të vështira. Shpesh ata kanë pasur edhe tjetër sëmundje, siqë janë astma ose sëmundje të zemrës.

Simptomat që mund të marrësh nga koronavirusi:

- ethe
- dhimbje të muskujve
- kollitje
- vështirësi në frymëmarrje
- lodhje

Nëse sëmuresh

Në simptoma të buta

kur në raste të zakonshme nuk do të kërkoje ndihmë mjekësore:

- Qëndro në shtëpi deri kur dy ditë nuk ke asnjë simptomë, informo punëdhënësin.
- Bini dakord me punëdhënësin për punë në distancë nëse është e mundur.
- Shmangu kërimit për ndihmë mjekësore dhe shmangu thirrjes te Koronatelefonin.

Në simptoma te moderuara

ateherë kur zakonisht do shkoje tek qendra mjekësore për të marrë një shënim mjeksor:

- Qëndro në shtëpi deri kur dy ditë nuk ke asnjë simptomë.
- Thirr *nëse ka nevojë* nëse ndihesh keq në Koronatelefonin 018-535 313.

Në simptoma serioze

nëse ke temperaturë të lartë dhe vështirësi në frymëmarrje:

- Gjatë ditës: thirr në Koronatelefonin 018-535 313.
- Gjatë mbrëmjes: thirr në emergjencë, tel 018-5355.
- Ke nevojë për ndihmë emergjente? Thirr tel 112.

ÅHS Koronavirusi, tel 018-535 313

- Hapur gjatë ditëve të javës-punës në ora 8-16 dhe në fundjavë në ora 9-16 për personat që ndihen keq dhe shfaqin simptoma te moderuara apo serioze.
- Në Koronatelefon të ÅHS mund të marrësh vetëm përgjigje rreth koronavirusit, simptomave dhe shërbimit mjeksorë.
- Mund të thirrni edhe informacionin mjeksorë tel 018-538 500.
- Në raste emergjence thirrni tel. 112

Informacion aktual dhe linqe të mëtejshme i gjeni në faqen e qeverisë së Åland: <https://www.ahs.ax/>