

معلومات عن فيروس كورونا

1. كيف يمكن للمرء أن يصاب بالفيروس؟

يتم متابعة نقل الفيروس من شخص لآخر. ويحدث هذا على سبيل المثال أثناء السعال والتكلم أو عندما يمد الشخص يده للأخر للمصافحة.

2. كيف يعرف المرء بأن لديه العدوى بالفيروس؟

إذا كان لدى المرء عدوى بفيروس كورونا، فيحدث عنده على سبيل المثال سعال وزكام وخدوش في الحلق وحمى. وهذا شبيه جداً بالنزلة الوافدة. ويحصل عند بعض الأشخاص إسهال أيضاً. وتكون حالة بعض المرضى أسوأ من حالة الآخرين؛ ويحصل عندهم مصاعب في التنفس أو التهاب في الرئتين .

وإذا كان لدى الشخص عدوى بالفيروس، فيمكن أن تستغرق بداية ظهور أعراض المرض لمدة تصل إلى 14 يوماً.

3. لماذا يكون فيروس كورونا خطيراً؟

يسير المرض بفيروس كورونا عند أكثر الناس بشكل خفيف. لكن يكون مسار المرض شديداً عند حوالي 15% من المَعْدِيين به: يصابون بصعوبات في التنفس والتهاب في الرئتين. ولقد مات حتى الآن بسبب الفيروس قبل كل شيء المرضى من كبار السن والأشخاص الذين كانوا قبل ذلك مرضى .

4. مالذي يجب علي أن أفعله، إذا ظهرت عندي علامات المرض؟

من يكن لديه حمى وسعال أو ضيق في التنفس، ويسكن في منطقة يوجد فيها أشخاص تم عداوم بالفيروس، فينبغي عليه الاتصال هاتفياً بالطبيبة أو الطبيب والاتفاق على موعد.

ومن يكن لديه حمى وسعال أو ضيق في التنفس، فينبغي عليه قدر الإمكان التقليل من التواصل مع الأشخاص الآخرين. حافظوا على مسافة متر ونصف إلى مترين على الأقل عن الأشخاص الآخرين .

وإذا كان ممكناً، ابقوا في منزلكم أو في غرفتكم. اسعلوا أو اعطسوا في مرفق الذراع أو في منديل الجيب، الذي تتلّفوه بعد ذلك في سلة القمامة. اغسلوا أيديكم بكثرة وبدقة (وخاصة بعد استخدام دورة المياه وقبل أن تحضروا الطعام).

5. مالذي يجب علي فعله، إذا كان لدي تواصل مع شخص مَعْدِي بالفيروس؟

إذا كنتم قد تواصلتم شخصياً مع شخص آخر عنده عدوى بفيروس كورونا، فاتصلوا هاتفياً بالطبيب أو بإدارة الصحة Gesundheitsamt في مكان سكنكم، وتكلموا معهم عن ذلك. ويمكن أن يكون خط الهاتف مشغولاً، عندما يتصل عدد كبير جداً من الناس بنفس الوقت. فالرجاء منكم أن تتصلوا هاتفياً في هذه الحالة بوزارة الصحة الاتحادية برقم الهاتف: "030 346 465 100". المشورة متوفرة باللغة الألمانية فقط .

وإذا كنتم تسكنون في إحدى مؤسسات استقبال اللاجئين أو في مركز إقامة جماعي، فأعلموا سريعاً إدارة المؤسسة أو من يراكم بذلك. بلغوا ذلك أيضاً على سبيل المثال مدرستكم، ومدرسة تعليم لغتكم، ومكان تدريبكم المهني أو مكان عملكم .

6. كيف يؤثر فيروس كورونا على الحياة اليومية - الحياة العامة؟

فيما يتعلق بفيروس كورونا، قررت الحكومة الاتحادية ما يلي:

- العديد من المتاجر تبقى مغلقة. هذا لا ينطبق على المتاجر التي تبيع سلعاً مهمة في الحياة اليومية، كمحلات السوبر ماركت. فمثل هذه المحلات ستبقى أبوابها مفتوحة.
- جميع المنشآت الرياضية، بما في ذلك الصالات الرياضية والمساح والملاعب، تبقى مغلقة.
- تبقى الحانات والنوادي والمراقص والمسارح ودور الأوبرا وقاعات الحفلات الموسيقية والمتاحف والمعارض ودور السينما ومدن الملاهي وحدائق الحيوانات ومحلات الرهان وبيوت الدعارة مغلقة.
- لا يسمح للمطاعم باستقبال الزبائن إلا بين الساعة 6 صباحاً والساعة 6 مساءً.
- التجمعات الدينية، كالتعبّد في الكنائس والمساجد والمعابد اليهودية وجميع دور الصلاة للأديان الأخرى، لن تعقد حتى إشعار آخر.
- القيام برحلات داخل أو خارج ألمانيا بات أمراً غير مسموح به. أما الفنادق فيسمح لها بتأجير غرف فقط لأسباب مهمة غير سياحية.

فيما يتعلق بفيروس كورونا قررت حكومة ولاية بادن-فورتمبيرغ ما يلي:

- إغلاق رياض الأطفال والرعاية اليومية والمدارس حتى نهاية عطلة عيد الفصح في 18 نيسان/أبريل.
- تمنع الزيارات إلى المستشفيات باستثناء الحالات الخاصة جداً. وأما الزيارات لدور العجزة ودور التمريض فيجب تخفيضها إلى الحد الأدنى.
- تحظر المناسبات العامة/ المعارض مع أكثر من 100 مشارك في أماكن مغلقة. بالإضافة إلى ذلك، يوصى بإلغاء جميع الأحداث والتجمعات التي ليست ضرورية للغاية.
- يجب تخفيض جميع الزيارات الاجتماعية غير الضرورية إلى الحد الأدنى. إذا حافظ الجميع على نصف زياراتهم المعتادة، سنكون قد قطعنا شوطاً كبيراً في الحد من انتشار هذا الفيروس.
- لا ينبغي أن يشارك الأجداد في رعاية الأطفال لأن الأطفال غالباً ما يكونون حاملين للفيروس، حتى لو كانوا نادراً ما يعانون من الأعراض.
- يجب على أصحاب العمل أن يمكّنوا موظفيهم من العمل من المنزل أو الاقتطاع من ساعات العمل الإضافية.
- باختصار، قم بالنشاطات الخارجية الضرورية فقط، واعزل نفسك في الأسابيع القادمة.

في العديد من المدن والبلديات والمقاطعات، ستكون الدوائر الحكومية متاحة إلى حد محدود فقط أو غير متاحة على الإطلاق. إذا كان لديك موعد أو مسألة عاجلة لا يمكن أن تنتظر، فحاول أن تجمع المعلومات التي أنت بحاجة عبر الهاتف على سبيل المثال أو من خلال موقع الدائرة الحكومية على الإنترنت.

8. ما هو الحجر الصحي؟

إذا أصبت أنت أو أحد أفراد عائلتك بفيروس كورونا ، فسيتم عزلك أنت وعائلتك. هذا يعني أنه ينبغي عليك ألا تغادر شقتك (أو حتى غرفتك إذا كان لديك حمام خاص بك مع مرحاض) لمدة 14 يوماً على الأقل. هذا وضع صعب للغاية، خاصةً عندما يتأثر الأطفال أيضاً. لذلك فإنه من المهم أن تحافظ على الهدوء والبقاء على اتصال مع الأقارب والأصدقاء هاتفياً أو عبر الإنترنت.

إذا أصيب شخص آخر في المبنى الذي تقطنه بالعدوى، فمن الممكن أيضاً أن يتم عزل كل القاطنين في هذا المبنى أو جزء منهم. جنياً إلى جنب مع المقيمين الآخرين في المبنى، يمكنك النظر في المتطلبات التي لديك لإدارة المبنى في هذه الحالة. على سبيل المثال، يمكنك طلب خدمة الإنترنت المجاني في منزلك. يمكنك أيضاً التحدث إلى الجهة المسؤولة عن مبنى سكنك حول ما يجب أن يبدو عليه الإمداد الغذائي في حالة الحجر الصحي.

الخط الساخن العام فيما يتعلق بفيروس كورونا: 0421 115