

زانبارى لەسەر نەخۆشى كۆرۈنا

## (SARS-CoV-2)

\* قايرۆسى كۆرۈنا ھۆكار ئىكە بۇ ئىلتىھاب (ھەم كۆردن)، كەنەبىتتە ھۆى نەخۆشىك كە بەكۆكە دەست پىدەكات، ھەلامەت، خورىنى قورگ، تا ۋە ھەم ۋە ھەھەننىك كات سىچووندىبىت.

\* لەكاتى توشبوندا بۆى ھەمە تا ۱۴ رۆژ دواتر نىشانەكانى دەر بىكەوئىت.

\* ئىلتىھاب كۆردنەكە بۇ ھەم ۋە كەسەكان لەسەدا ۸۰ دەبىت بەمندا ئىشەۋە دەگرتتەۋە ، كەژيانىان ناكەوئىتە مەترسىيەۋە، لەھەندىك حالتدا ئەم قايرۆسە دەبىتتە ھۆكار ئىكە ھەناسە توندى ۋە ئىلتىھابى قورگ، حالتى مردن تائىستا ئەم كەسانەى گرتەتەۋە كە نەخۆشى ، كەپىش ئەۋە نەخۆشى درىژخايەنىان ھەبۋە، لەئىستا دا ھىچ كوتانىك لەبەردەستدا نىە ھەم ۋە ھا دەرمانىك نىە بۇ ئەۋەى ئەن بەخۆشىيە رابگىرئىت.

### چۈن ئەم قايرۆسە ئەگۈزىتتەۋە؟

\* قايرۆسى كۆرۈنا لە مەۋقەۋە بۇ مەۋقە ئەگۈزىتتەۋە. سەر مەكتىرىن رىگى گۈاستنەۋە لەر ئىگەى قەترەى ئىلتىھابىيەۋە. كەنەمە لىكەۋە كە ھەناسە دەردىت بەرت بىكەوئىت. ھەم ۋە ھا لەر ئىگەى دەستەۋە، دواى لەر ئى دەم\_ ياخود لەر ئى لىنجى لوتەۋە ھەم ۋە ھا لەر ئى دەستدان لە پشى چاۋمەۋە بۆى ھەمە توش بىت.

\* مەترسى لەسەر ئەم كەسانە ھەمە ، كە لەم ۱۴ رۆژەى رابردودا لە شىمالى ئىتالىا بوون يان لە ئىران بوون.

### چۈن ئەتوانىن كە توشبونى قايرۆسى كۆرۈنا خۇمان بىار ئىزىن؟

\* خۇپار استن لەكاتى كۆكەدا ۋە دور كەوتتەۋە بەشىۋەمەكى گەۋرە – باشتر ۋاىە روى خۆت ۋە ر بگىرئىت، لەكاتى بژمىندا باشتر ۋاىە كە لەئاۋ قۇلتا بىژمىت ياخود دەسرى كلىنىكس بەكار بەئىن، دواى بەكار ھىنان فرىدئىت.

\* دەستت دور بەخەمەۋە لە دەم ۋە چاۋت، ئاگادار بەم بەدەستەكانت نەچاۋت نەلوت نەدەم مەسرە دەستىان ئىۋە مەدە. ئەگەر دەستت بەر كەسنىك كەوت، خۆت بىار ئىزە بەكسەر دەستەكانت بشۇ بەبەردەۋام بەجۈانى كەمترىن كات ۲۰ سانىە بەئاۋ ۋە سابوون

\* لەبەر ئەم ھۆبەنە ھەر كەسنىكى نوئى دىت ئەۋا دەبىت لەلەى پزىشكى تايىبەتى كەمپ نۆت ئارتز – بۆرسە كە تىستى قايرۆسى كۆرۈناى بۇ بىرئىت، لەكام ۋولات بوۋە لەپىش ۱۴ رۆژى رابردودا.

### چى بىكەن لەكاتى ھەبۈنى نىشانەكانى ئەم نەخۆشىەدا؟

\* لەكاتى ھەبۈنى نىشانەكانى نەخۆشىەكەدا، ۋەكو كۆكە، ھەلامەت ، گورگ خوراندن ۋە تا لىھاتن، تىكايە بەزوترىن كات برۇ بۇ لەى پزىشكى ناۋ كەمپەكە نۆت ئارتز – بۆرسە:

نومىستەر: كاتز مىر ۸ ى بەيانى بۇ ۱۲ ى نىۋەرۋ ھەم ۋە ھا كاتز مىر ۱ بۇ ۶ ى پاشنىۋەرۋ لەخانۋى ۳

بۆتشتىت: كاتز مىر ۸ ى بەيانى بۇ ۱۲ ى نىۋەرۋ ھەم ۋە ھا كاتز مىر ۱ بۇ ۴ ى پاشنىۋەرۋ لەخانۋى ف ۱ ا

رىندسبۆرگ: كاتز مىر ۸ ى بەيانى بۇ ۱۲ ى نىۋەرۋ ھەم ۋە ھا كاتز مىر ۱ بۇ ۴ ى پاشنىۋەرۋ لەخانۋى ۲۷

\* ئەگەر ھاتوۋ لەۋكاتەدا نۆرىنگەى پزىشكى داخرا بوۋ، تىكايە رۆژى دواى ئەم بىگەرۋەرۋە بۇ لامان، پىۋىست ناكات لەبەر بوونى ئەم نىشانەى نەخۆشىە بچىتە خەستەخانە ياخود ھەر پىۋىست ناكات داۋاى ئىسعاف بىكەت

\* ئەگەر ھاتوو نىشانىھىكى ترسناكت ھەبوو لەسەر تووش بوونت بەو نەخۆشىيە، تىكايە خۆت بەدوور بگرە لەو كەسانەى كەلە ژورەكە لەگەلتان، ھەتا ئەوكاتەى زانىارى تىرت پىدەدەين، تىكايە دۇنيا بە لەوھى كەبەھەموو شىومىيەك گىرنگىت پىدەدەين و چى پىويست بىت بۆت دەكەين.

تىكايە ھىمنى خۆت بپارىزەو لەپەر دەم ھەتاو دانىشە. ئەگەر پىرسىارىكت ھەبوو تىكايە بىرۆ بۆ لای پىزىشكەكانى نۆتارتز بۆرسە- ، يان خاچى سوور ياخود يۆھانىتەر