

اطلاعات در مورد ویروس کرونا

در آلمان و سایر کشورها ویروس جدیدی وجود دارد که بنام ویروس کرونا یاد میشود. این ویروس برای افراد مسن و افراد که از قبل مریض هستند خطرناک میباشد بسیار مهم است که جلوگیری از شیوع ویروس گرفته شود. بنابراین لازم است که همه مردم از خود به اندازه کافی محافظت نمایند. رعایت بهداشت و شستشوی دست ها نقش مهمی در این امر دارد. برای جلوگیری از گسترش این ویروس اقدامات از قبل انجام شده به طور مثال بسیار از رویدادها لغو میشوند. قرار ملاقات ها در مرکز شهر و حتی امکان به تاخیر افتادن و یا لغو قرار ملاقات ها در (Jobcenter) و (Landratsamt).

اگر مطمئن نیستید میتوانید با آنها به تماس شوید.

چگونه میتوانیم خود و دیگران را در مقابل این ویروس محافظت نماییم.

- **دستان خود را به طور منظم برای مدت کافی بشوید** (حد اقل ۲۰ ثانیه زیر آب جاری با مایع دستشویی)
- **بر روی یک دستمال کاغذی یا کج بازوی تان عطسه یا سرفه نمایید.**
- از تماس با افراد مبتلا به سرفه، تب یا ریزش خودداری کنید.
- هنگام دید و بازدید از دست دادن خودداری کنید.
- در صورت ترک منزل و تا قبل از شستن دست ها به صورت دهان، بینی و چشم خویش دست نزنید.

در صورت امکان از سفر و استفاده از حمل و نقل عمومی اجتناب شود. به طور کلی باید از رفت و آمد های غیر ضروری اجتناب ورزیده شود. از اشتراک در گردهمایی یا محافل با افراد زیاد اجتناب ورزید. افراد با سن بالای ۶۰ سال باید خود را در مقابل Pneumokokken واکسن کنند.