



## Folkhälsomyndigheten

### توصیه ها برای شما که به سویدن سفر می نمایید

در چندین کشور نوع جدید ویروس که سبب کووید - 19 می گردد، گسترش زیاد یافته است. به همین دلیل اداره صحت عامه توصیه می نماید تا شما که می خواهید به سویدن سفر کنید حداقل برای 7 روز از تماس های نزدیک خودداری نمایید، در هنگام ورود به سویدن خود را برای کووید - 19 آزمایش نموده و پنج روز بعد از ورودتان بار دیگر این آزمایش را انجام دهید. این توصیه ها برای هر دو، شهروندان سویدنی و شهروندان خارجی اعتبار دارد.

### توصیه ها

این برای آن شهروندان سویدنی یا خارجی اعتبار دارد که شامل یکی از آن گروه های می شوند که از شرط نتیجه منفی آزمایش در هنگام ورود به سویدن معاف می باشند و قبل از سفر خود را آزمایش نکرده اند:

- بعد از ورود (به سویدن) به زودترین فرصت ممکن خود را آزمایش کنید. در روز پنجم بار دیگر خود را آزمایش نمایید. (برای افراد متولد 2015 یا بعد از آن اعتبار ندارد)
  - برای مدت هفت روز در خانه باقی مانده و از تماس های نزدیک خودداری نمایید. حتی اگر نتیجه آزمایش ها نشان بدهد که شما دارای کووید - 19 نمی باشید، باز هم این نکته اعتبار دارد.
- نکات ذیل برای آن شهروندان سویدنی یا خارجی اعتبار دارد که شامل یکی از آن گروه های می شوند که از شرط نتیجه منفی آزمایش در هنگام ورود به سویدن معاف می باشند و قبل از سفر خود را آزمایش کرده اند:

- بعد از ورود، در روز 5 خود را آزمایش نمایید (برای افراد متولد 2015 یا بعد از آن اعتبار ندارد).
  - برای مدت هفت روز در خانه باقی مانده و از تماس های نزدیک خودداری نمایید. حتی اگر نتیجه آزمایش ها نشان داده باشد که شما دارای کووید - 19 نمی باشید باز هم این موضوع اعتبار دارد.
- نکات ذیل برای شما اعتبار دارد که شهروند خارجی هستید و شامل یکی از گروه های نمی گردید که از شرط نتیجه منفی آزمایش در هنگام ورود به سویدن معاف می باشند:
- شرط نتیجه منفی آزمایش کووید - 19 در هنگام ورود.
  - بعد از ورود در روز 5 خود را آزمایش نمایید (برای افراد متولد 2015 یا بعد از آن اعتبار ندارد).
  - برای هفت روز در خانه باقی مانده و از تماس های نزدیک خودداری نمایید. حتی اگر نتیجه آزمایش ها نشان داده باشد که شما دارای کووید - 19 نمی باشید، باز هم این نکته اعتبار دارد.

## خود را آزمایش نموده و در خانه باقی بمانید

بعد از ورود به سویدن به زودترین فرصت ممکن خود را آزمایش کنید. پنج روز بعد از ورود، بار دیگر خود را آزمایش نمایید. به وبسایت [1177.se](http://1177.se) مراجعه نموده و در مورد نحوه اجرا آزمایش در محل اقامت تان، آگاهی حاصل کنید.

بعد از ورود به سویدن حد اقل برای هفت روز در خانه باقی مانده و از تماس های نزدیک پرهیز نمایید. حتی اگر نتیجه آزمایش تان برای کووید - 19 منفی هم باشد باز هم این موضوع برای تان اعتبار دارد. کودکان نیز بدون در نظر داشت سن شان باید در خانه باقی مانده و از تماس های نزدیک پرهیز نمایند. در صورت که نتیجه آزمایش تان برای کووید - 19 مثبت باشد، راهنمایی های ویژه را از اداره مراقبت های صحتی و درمانی دریافت خواهید کرد.

توصیه در مورد آزمایش کووید - 19، بدون در نظر داشت این که از کدام کشور ها بازدید نموده اید، برای تان اعتبار دارد. این توصیه برای کودکان که به مکتب یا Förskoleklass "صنف آمادگی مکتب" می روند نیز اعتبار دارد، نه برای کودکان کوچکتر از آنها.

در زمان که انتظار آزمایش را می کشید و سپس وقتی که منتظر نتیجه آزمایش هستید باید به گونه رفتار نمایید که گویا کووید - 19 دارید. در خانه بمانید، از تماس های نزدیک پرهیز نمایید و مراقب نظافت/ حفظ الحصه باشید. اگر در جریان این هفت روز نشانه های مرض در وجود تان ظاهر نشود و یا نتیجه آزمایش تان مثبت نباشد، می توانید بعد از این مدت وارد اجتماع شوید. اما باید همیشه از مقررات، راهنمایی ها و توصیه های همگانی که برای همه افراد اعتبار دارد، پیروی کنید.

اگر بنا بر دلیلی این امکان را ندارید که خود را برای کووید - 19 آزمایش کنید در آن صورت مهم است تا بعد از ورود تان به سویدن، حد اقل برای 7 روز در خانه باقی بمانید، از تماس های نزدیک پرهیز نمایید و مراقب نظافت/ حفظ الصحه باشید.

همیشه از مقررات و راهنمایی های همگانی اداره صحت عامه در مورد چگونگی محافظت از خود و دیگران پیروی کنید.

## موارد استثنایی در این توصیه ها

اگر در جریان 48 ساعت قبل ورود به سویدن خود را آزمایش نموده اید، ضرورت ندارید تا بعد از ورود خود را آزمایش کنید. اما پنج روز بعد از ورود باید بار دیگر خود را آزمایش نمایید.

در کل باید از توصیه ها پیروی کنید: هفت روز در خانه بمانید و از تماس های نزدیک پرهیز نمایید.

افراد که برای کار سفر می کنند به شمول محصلان و دانش آموزان، راننده های حرفه ای و دیگر کارگران که اکثراً از مرز عبور می کنند، در صورت که به طور منظم آزمایش شوند (حد اقل 1 بار در هفته) از توصیه در مورد باقی ماندن در خانه و دو بار خود را آزمایش نمودن، معاف می باشند.

کارگران، محصلان، دانش آموزان، راننده های حرفه ای و دیگر کارگران که اکثراً از مرز عبور می کنند و به طور منظم آزمایش نمی شوند باید بعد از ورود به سویدن خود را آزمایش کنند. آنها همچنان باید پنج روز بعد از ورود خود را دوباره آزمایش نموده، در خانه باقی بمانند و از تماس های نزدیک خودداری نمایند.

نگهبان های گوزن های شمالی، امدادگران و نجات دهندگان در کوهستان ها، کارمندان سرحدی و کودکان که به طور نوبتی نزد والدین خود در کشور های مختلف زندگی می کنند از توصیه برای

باقی ماندن در خانه و دو بار اجرا نمودن آزمایش، معاف می باشند. آنها همچنان نیاز ندارند به طور منظم مورد آزمایش قرار بگیرند.

اگر نشانه ها در وجود تان ظاهر شود

بعد از ورود به سویدن در جریان هفت روز توجه ویژه به ظاهر شدن نشانه های کووید - 19 در وجود تان، داشته باشید. اگر نشانه ها در وجود تان ظاهر شود باید به زودترین فرصت ممکن خود را آزمایش کنید. برای آگاهی در مورد نحوه اجرا آزمایش در ناحیه که شما در آن سکونت دارید به وب سایت [1177.se](http://1177.se) مراجعه کنید.

اگر نتیجه آزمایش تان برای کووید - 19 مثبت باشد، برای پیگیری موضوع بخش خدمات درمانی با شما تماس خواهد گرفت. این موضوع در محلات مختلف به شیوه مختلف صورت می گیرد. به طور مثال ممکن است با شما تماس تلفونی گرفته شود و یا هم این معلومات را به شکل تحریری بدست بیاورید. بخش خدمات درمانی، مقررات رفتاری را در اختیار تان خواهد گذاشت.

### **بیشتر بخوانید**

[سوال ها و جواب های دولت در مورد ممنوعیت ورود به سویدن \( به زبان انگلیسی\)](#)

---