



Folkhälsomyndigheten

SKYDDA DIG SJÄLV OCH ANDRA – REKOMMENDATIONER OM COVID-19, FARSI, FEB 2022

از خود و دیگران محافظت کنید - توصیه هایی در مورد کووید-19

در اینجا خلاصه ای از مواردی که برای محافظت از خود و دیگران در برابر کووید-19 باید به آن فکر کنید آمده است. نکات ویژه ای برای شما که واکسینه نشده اید وجود دارد.

مسئولیت جلوگیری از گسترش عفونت را بر عهده بگیرید
همه مسئول جلوگیری از انتشار بیماری کووید ۱۹ هستند.

با زدن واکسن از خود محافظت کنید

واکسن زدن بهترین راه برای جلوگیری از بیماری جدی و شیوع کووید-19 است.

آژانس بهداشت عمومی سوئد توصیه می کند که همه افراد ۱۲ ساله و بالاتر در برابر کووید-۱۹ واکسینه شوند.

سازمان بهداشت ملی سوئد توصیه می کند که تمام افراد ۱۸ سال و بالاتر دوز تکمیلی واکسن را دریافت کنند.

اطلاعات در مورد واکسیناسیون:

اطلاعات مفید در مورد واکسن بیماری کووید ۱۹ به زبان سوئدی.

شما در سایت ۱۱۷۷ 1177.se می توانید اطلاعات مفیدی در مورد واکسیناسیون به زبان های مختلف بخوانید:

[1177.se](https://www.1177.se)

در صورتی که بیمار هستید در خانه بمانید

در صورتی که بیمار هستید و علائم بیماری کووید ۱۹ را دارید در خانه بمانید و از تماس با دیگران پرهیز کنید. حتی اگر تست خانگی از خود گرفته باشید و جواب آن منفی باشد نیز در خانه بمانید.

در صورت نیاز به کمک برای ارزیابی علائم یا مشاوره در مورد محل مراجعه برای مراقبت با شماره تلفن 1177 تماس بگیرید.

در صورتی که در مراکز بهداشتی و خانه سالمندان کار می کنید به شما توصیه می شود که آزمایش کووید ۱۹ بدهید. در سایت ۱۱۷۷ 1177.se اطلاعات مفیدی در مورد چگونگی انجام آزمایش کرونا در محل زندگی شما آمده است.

توصیه های خاص برای حفاظت از خود در صورتی که واکسینه نشده اید

در صورتیکه بزرگسال هستید و هنوز واکسن نزده اید باید به طور ویژه ای مراقب باشید. این بدین معنی است که شما باید از ازدحام و شرکت در گردهمایی های بزرگ سرپوشیده اجتناب کنید. کسانی که واکسن نزده اند و جزوه گروه خطر خاصی هستند ریسک بیشتری برای ابتلا به بیماری شدید در اثر کوئید ۱۹ دارند. ریسک ابتلاء به بیماری شدید در اثر کووید ۱۹ با بالاتر بودن سن نیز افزایش می یابد.

گروه های خطر کووید ۱۹ در سایت اداره کل مسائل مربوط به خدمات تامین اجتماعی، Socialstyrelsen.se ، به زبان سوئدی.