



■ آزمایش کووید ۱۹ بدهید

آیا تب دارید، سرفه می کنید و یا علائم دیگری دارید؟ شما می‌توانید برای بیماری کووید ۱۹ آزمایش بدهید. در صورتی که این بیماری را داشته باشید باید از سرایت آن به دیگران پیشگیری کنید. سازمان بهداشت ملی سوئد می‌گوید که تمام افراد بزرگسال و کودکان از سن تقریباً ۶ سالگی در صورتی که علائم بیماری دارند آزمایش بدهند.

در صورتی که می‌خواهید زنگ بزنید و در مورد بیماری کووید ۱۹ و آزمایش‌ها به زبان دیگری غیر از سوئدی اطلاعات بگیرید با خط تلفنی ملی اطلاع‌رسانی به شماره ۰۸-۱۲۳۶۸۰۰۰ تماس بگیرید.

■ در صورتی که اکنون بیمار هستید

در صورتی که علائم بیماری کووید ۱۹ داشته باشید هر چه زودتر آزمایش کرونا بدهید و در خانه بمانید.

حتی اگر واکسن زده اید باز هم باید آزمایش کرونا بدهید.

زمانی که بیمار هستید آزمایش دادن رایگان است.

به وب سایت زیر بروید <http://www.1177.se/om-covid-19-prov> (به زبان سوئدی)

منطقه خود را در سمت راست بالای صفحه انتخاب کنید.

در اینجا می‌توانید در مورد نحوه انجام آزمایش در محل زندگی خود بخوانید.

تست توسط یک گوش پاک کن دراز استریل شده در حلق و بینی انجام می‌شود.

بعضی وقت‌ها به این آزمایش‌ها تست می‌گویند که همان است.

آزمایشی که خودتان می‌توانید در هنگام بیماری برای آن وقت بگیرید پی-سی - آر خوانده می‌شود.

در صورتی که احساس بیماری می‌کنید ولی علائم را می‌شناسید

و میدانید که مثلاً در هنگام میگرن یا آلرژی معمولاً این علائم را دارید

لازم نیست آزمایش کرونا بدهید.

■ **همچنان در خانه بمانید**

در صورتی که آزمایش بدهید باید تا گرفتن نتیجه آزمایش در خانه بمانید.

در صورتی که جواب آزمایش نشان بدهد که شما بیماری کووید ۱۹ دارید باید حداقل هفت روز از روزی که بیمار شدید در خانه بمانید. در دو روز آخر باید حالتان کاملاً خوب شده باشد و اصلاً تب نداشته باشید.

بعد از این مدت شما بیماری را به دیگران منتقل نمی دهید و میتوانید به کار یا مدرسه خود برگردید. لازم نیست برای اطمینان از صحت خود دوباره آزمایش بدهید.

شما از دکتر خود دستوراتی میگیرید که در مورد پیشگیری از انتقال بیماری به دیگران است.

اگر کسی که بیماری کووید ۱۹ دارد با افراد دیگری زندگی می کنند باید همگی در خانه بمانند.

کسانی که با فرد بیمار زندگی می کنند هم از طرف سازمان های بهداشتی و درمانی دستوراتی دریافت می کنند.

از همدیگر فاصله بگیرید. بهتر است کسی که بیمار است در یک اتاق جداگانه زندگی کند.

■ **در صورتی که احساس بیماری شدید دارید**

در صورتی که شدیداً احساس بیماری می کنید و مثلاً مشکل تنفس دارید با مراکز بهداشتی و درمانی تماس بگیرید.

در این لینک [میتوانید در مورد مراکز بهداشتی و درمانی اطلاعات بیشتری](#) به زبان سوئدی بخوانید.

در صورتی که شدیداً بیمار هستید و به طور اورژانسی به کمک نیاز دارید با شماره تلفن ۱۱۲ تماس بگیرید.

■ **اگر درست بعد از زدن واکسن احساس بیماری می کنید**

زمانی که فردی واکسن کرونا می زند

گاهی میتواند احساس خستگی کند، تب و لرز داشته باشد

درد عضلانی و یا سردرد داشته باشد

که به آنها عوارض جانبی گفته می شود.

این علائم خطرناک نیستند.

اغلب این علائم سریعاً از بین می روند.

تا زمانی که دوباره حالتان خوب شود در خانه بمانید.

در صورتی که بیش از یک روز احساس بیماری کنید

ممکن است ناشی از عوارض جانبی بعد از واکسن نباشد.

شما شاید بیمار باشید.

در این صورت باید آزمایش کرونا بدهید.

■ در صورتی که قبلاً آزمایش کرونا داده اید

در صورتی که قبلاً آزمایش کرونا داده اید

و می دانید که این بیماری را

در شش ماه گذشته داشته اید

لازم نیست دوباره آزمایش بدهید.

مگر این که پزشک بگوید

که شما باید آزمایش کرونا بدهید.

ولی باید تا زمانی که حالتان خوب شود

در خانه بمانید.

■ اگر قبلاً بیمار بودید ولی حالا علائمی ندارید

اگر قبلاً بیمار بودید ولی حالا علائمی ندارید، میتوانید آزمایش بدهید

تا بدانید آیا بیماری شما کووید ۱۹ بوده است یا نه.

به این آزمایش، تست آنتی بادی می گویند. در صورتی

که آنتی بادی داشته باشید به این معنی است که قبلاً

بیماری کووید ۱۹ گرفته اید. برای دادن آزمایش آنتی

بادی باید حداقل ۲-۳ هفته از زمان بیماری شما گذشته

باشد. برای تست آنتی بادی آزمایش خون می دهید.

در صورتی که میخواهید آزمایش بدهید به وب سایت زیر بروید که به زبان سوئدی است و منطقه خود را انتخاب کنید:

www.1177.se/om-covid-19-prov

اداره بهداشت و درمان منطقه شما تصمیم می گیرد از چه کسانی آزمایش آنتی بادی گرفته شود.

■ حتی اگر آنتی بادی دارید باز هم مراقب باشید

آنتی بادی ها یک نوع سد ایمنی است که بدن شما زمانی که بیماری کووید ۱۹ میگیرید می سازد.

سازمان بهداشت ملی سوئد می گوید که این ایمنی حداقل به مدت ۶ ماه بعد از بیماری در بدن می ماند.

آنتی بادی ها خطر بیماری شدید دوباره توسط همان ویروس را کمتر می کند. همچنین خطر انتقال بیماری به دیگران نیز کمتر می شود.

ولی خطر به طور کامل از بین نمی رود.

به همین دلیل شما حتی اگر آنتی بادی دارید باید از تمامی توصیه های عمومی پیروی کنید. مثلاً باید در صورت داشتن علائم بیماری کووید ۱۹ حتما در خانه بمانید.

■ علائم بیماری کووید ۱۹ چیست؟

علائم بیماری کووید ۱۹ هم شبیه آنفلوانزا و هم شبیه سرماخوردگی است. شما ممکن است یک یا چند علامت زیر را داشته باشید:

- سرفه
- تب
- مشکل تنفس
- بو و مزه را احساس نکنید
- گلودرد
- آبریزش بینی
- سردرد
- درد عضلات و مفاصل
- حالت تهوع
- اسهال
- گرفتگی بینی

اگر هر کدام از علائم بیماری کووید ۱۹ را داشته باشید باید آزمایش بدهید.

■ برای کودکان زیر ۶ سال چطور؟

کودکانی که هنوز پیش دبستانی را شروع نکرده اند لازم نیست آزمایش کووید ۱۹ بدهند.

ولی در صورت داشتن بیماری باید در خانه بمانند.

کودکان ممکن است علائم خفیفی داشته باشند که نشان دهنده بیماری کووید ۱۹ نیست.

مثلاً ممکن است زمانی که هوای بیرون سرد است کودک آبریزش بینی داشته باشد. در این صورت کودک میتواند همچنان به مدرسه برود.

■ چه آزمایشهایی برای تشخیص کووید ۱۹ وجود دارد؟

آزمایشهایی وجود دارند که به شما می گویند آیا حالا بیماری کووید ۱۹ را دارید یا خیر.

■ به این آزمایش ها پی-سی - آر یا تست آنتی ژن گفته می شود.

اگر قبلاً بیمار بوده باشید ولی حالا علائمی ندارید میتوانید آزمایش دیگری انجام دهید. به این آزمایش تست آنتی بادی گفته می شود و میتواند نشان دهد که قبلاً بیماری کووید ۱۹ داشته اید.

آیا باید برای این که بدانم سلامتی خود را باز یافته ام آزمایش بدهم؟

لازم نیست برای این که بدانید بهبود یافته اید آزمایش بدهید. اگر آزمایش داده اید و حالا بیماری کووید ۱۹ دارید باید در خانه بمانید.

از دستورات مراکز بهداشتی و درمانی پیروی کنید. که به شما می گوید چگونه عمل کنید تا بیماری را به دیگران منتقل نکنید.

شما باید در صورت بیماری حداقل هفت روز از شروع بیماری در خانه بمانید و دو روز آخر کاملاً سالم باشید و تب نداشته باشید. بعد از این دوره شما دیگر ناقل بیماری به دیگران نیستید. پس میتوانید به سر کار یا مدرسه و دانشگاه خود برگردید.

■ از کجا میتوانم اطلاعات بیشتری به دست بیاورم؟

در اینجا میتوانید در مورد چگونگی آزمایش دادن در محل زندگی خود بیشتر بخوانید، متن به زبان سوئدی است:

<http://www.1177.se/om-covid-19-prov>

در صورتی که برای گرفتن وقت برای آزمایش مشکل دارید از کسی که میشناسید و سوئدی بلد است کمک بگیرید.

در صورتی که میخواهید تماس تلفنی بگیرید و در مورد کووید ۱۹ و آزمایش های آن به زبان های دیگر غیر از سوئدی اطلاعاتی کسب کنید میتوانید با خط تلفنی ملی کرونا به شماره ۰۸-۱۲۳۶۸۰۰۰ تماس بگیرید.