

***Fjellregion معلومات حول حالة فيروس كورونا في المنطقة الجبلية*
Fjellregion: هي المنطقة من روروس شمالاً وحتى ريندال جنوباً**

كما هو معروف عند الكثير, تم الكشف عن حالة اصابة بفيروس كورونا في المنطقة الجبلية. للأسف لدينا نقص في معدّات الاختبار, لذلك لن نستطيع فحص جميع المرضى بعد الآن. كما أنه لن يكون من الممكن أيضاً متابعة جميع مسارات العدوى. بعض المرضى يمكن ان يكونوا مصابين بفيروس الكورونا دون معرفتهم بذلك.

لذلك من المهم جداً البقاء في المنزل في حالة المرض, والحدّ بأقصى درجة ممكنة من التواصل مع الأشخاص المقيمين في المنزل.

عليك تجنب التواصل مع الآخرين والبقاء في المنزل حتى تتعافى بشكل كامل من المرض. الأشخاص الآخرون الذين يقيمون معك في نفس المنزل يستطيعون الذهاب خارجاً في حال كونهم أصحاء أو أن الطبيب قام بإعطاء تعليمات أخرى.

إذا أصبحت مريضاً وتشعر بالحاجة للاتصال بالطبيب. عليك الاتصال بمكتب الطبيب (المستوصف) او الاتصال مع طبيب العائلة. **ملاحظة: اتصل عن طريق الهاتف!**

إذا أصبحت مصاباً بفيروس كورونا, وتحتاج للمساعدة, فسيقوم الطبيب او الممرضة بمتابعة حالتك عن طريق الهاتف وإعطائك المعلومات اللازمة.

لقد قامت الدولة بوضع بعض القواعد لمن يجب علينا اختباره لفيروس كورونا. يجب أن يكون لدى الذين سيتم اختبارهم أعراض عدوى الجهاز التنفسي. الأشخاص الذين سيتم فحصهم:

- 1) الأشخاص المرضى الذين يضطرون إلى دخول المشفى
- 2) الأشخاص الذين يعيشون في دور الرعاية الصحية (مثال: دار المسنين , دور رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة)
- 3) الأشخاص العاملون في المركز الصحي او في دار المسنين, والذين يعملون بشكل مباشر مع المرضى
- 4) الأشخاص الذين أعمارهم فوق 65. لأنهم من المجموعة المعرضة للخطر
- 5) الأشخاص الذين كانوا على اتصال وثيق مع شخص مُثَبَّتْ إصابته بفيروس كورونا

هؤلاء هم فقط المرضى الذين يتم اختبارهم لأن الاختبار لن يعطي نتيجة مؤكدة إلا في حالة نشاط الفيروس .
أعراض مرض فيروس الكورونا هي: الحمى, السعال, ألم في الجسم, صعوبة في التنفس واحتقان في الحلق.

قوموا بمتابعة الأخبار والنصائح من السلطات .

أتمنى لكم كل التوفيق!

Tor Halvor Bjørnstad-Tuveng

طبيب البلدية في تينست (Tynset)