



## برگه اطلاعات مربوط به ویروس کرونا توصیه های مهم برای افراد تماس دسته 2

معتبر از: 11 مارس 2020

### افراد تماس دسته 2 (خطر آلودگی پایین) – گروه های نمونه:

- افرادی که در یک اتاق با یک بیمار تایید شده مبتلا به کووید-19 اقامت کرده اند، مثلا در کلاس درس، محل کار، با این حال مجموعا حداقل 15 دقیقه تماس مستقیم («رو در رو») با بیمار مبتلا به کووید-19 نداشته اند.
- اعضای خانواده که حداقل به مدت 15 دقیقه تماس رو در رو نداشته اند.

یک قرنطینه خانگی دستور داده نمی شود.

### موارد عمومی:

از شما خواهشمندیم به بهداشت دست ها توجه کنید، توصیه های معمول مربوط به سرفه و عطسه کردن را رعایت کنید و دستگیره های درها را (اگر مواد ضدعفونی موجود باشند) به صورت مرتب ضدعفونی کنید.  
تا حد امکان، تماس با افراد دیگر را کاهش دهید.

### اقدامات در صورت بروز علائم:

اگر نسبت به علائم مربوطه آگاه شوید (مثلا درد گلو، سرفه، عطسه، خستگی، درد اندام، تب یا احساس درد در هنگام تنفس)، نخست با تلفن به پزشک عمومی خود اطلاع دهید و سوءظن خود را اعلام کنید.

پزشک عمومی به صورت مستقل تشخیص خود را اعلام می کند و اقدامات متناسب درمانی را توصیه می کند. در صورت نیاز، پزشک عمومی به اداره سلامت اطلاع خواهد داد. اگر به پزشک عمومی دسترسی نداشتید، در موارد علائم شدید با شماره خدمات اضطراری پزشکی 117 116 یا **بزرگ اضطراری 112** تماس بگیرید.

### در مورد کودکان:

اگر فرزند (کوچک) شما یک فرد تماس دسته 1 باشد، می توانید یک گواهینامه را به کارفرمای خود ارائه کنید. اطلاعات بیشتر را درباره این موضوع می توانید در اینجا بیابید:

[www.landkreis-muenchen.de/coronavirus-betroffene](http://www.landkreis-muenchen.de/coronavirus-betroffene)

[www.landkreis-muenchen.de/coronavirus](http://www.landkreis-muenchen.de/coronavirus)

[www.rki.de/SharedDocs/FAQ/NCOV2019/FAQ\\_Liste.html](http://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/NCOV2019/FAQ_Liste.html)

[www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/ambulant.html](http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/ambulant.html)

[http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Empfohlene\\_Schutzmaßnahmen.html](http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Empfohlene_Schutzmaßnahmen.html)

[www.infektionsschutz.de/coronavirus-sars-cov-2.html](http://www.infektionsschutz.de/coronavirus-sars-cov-2.html)