



بیماری وایرس کورونا یا کوید-۱۹ – سوالاتی که زیاد پرسان موشه

وایرس کورونا و کوید-۱۹ چیست؟

وایرسای کورونا یک جمع یا فامیل کلان وایرسا است که باعث بیماری های تنفسی موشه. ای وایرسا از تیمار معمولی گرفته تا ناجوری شدید تنفسی بنام سارس و بیماری تنفسی خاورمیانه یا مرس ره شامل موشه. وایرس کورونای نو از ولایت هوبی ده چین شروع شده و ناجوری ره که ای وایرس ده وجود میره نام شی کوید-۱۹ است.

ای وایرس کورونا چی رقم انتشار پیدا مونه؟

ده احتمال خیلی زیاد، کوید-۱۹ از آدم ده آدم و از اینی راه ها تید موشه:

- از تماس نزدیک قد شخصی که ده ای بیماری مبتلا باشه یا ای وایرس ده بدن شی باشه یا بیست و چهار ساعت پیش ازی که آثار بیماری ده او پیدا شونه
- از تماس نزدیک قد شخصی که یقینی ده ازی بیماری مبتلا باشه و سلفه کنه و یا بینی بزنه
- از دست زدو ده چیزا یا جاهایی مثل دسته دروازه یا میز که ده اثر سلفه یا بینی زدون شخص مبتلا ده ازی بیماری آلوده شده باشه و بعد از دست زدو دست خوره ده روی یا دان خو بزنه.

آثار و علائم بیماری کوید-۱۹ چیست؟

آثار و علائم کوید-۱۹ رقم ی آثار و علائم تیمار و دیگه و انفلواینزا استه و شامل اینزی آثار موشه:

- تاو
 - کثوگ دردی یا گلون دردی
 - سلفه
 - مندگی یا ذله گی
 - مشکل نفس گرفتو
- گرچه وایرس کورونا قابل تشویش استه، لیکن شمو ده یاد دشته باشین که زیادتر کسای که علائم تاو، سلفه، کثوگ دردی و مندگی درن، بسیار امکان دره که اونا تیمار یا یگو ناجوری تنفسی درن، نه که وایرس کورونا.

اگه آثار و علائم در مه پیدا شد چیز کار کنوم؟

اگه ده مدت چهارده روز از امدون شمو ده آسترالیا و یا ده مدت چهارده روز از آخرین تماس شمو قد کسی که بطور یقینی دچار ازی ناجوری شده باشه آثار و علائم ده شمو پیدا شد باید پیش داکتر خو بورین تا عاجل شمو ره معاینه کنه.

شمو باید پیش از امدون خو ده کلینیک یا شفاخانه تلفن کنین و بلده ازونا بوگین که ده کجا و کیی مسافرت کده بودین و ای که قد یگو مریض وایرس کورونا ده تماس بودین. شمو باید تا او وقت ده خانه یا هتل یا مرکز صحت ده تنهایی یا انزوا بومنین تا که مسئولین ازو جای شمو ره نگفته که میتبین پس ده کارای عادی خو بورین.

آیا باید بلده تشخیص کوید-۱۹ یا وایرس کورونا معاینه لابراتوار شونوم؟

داکتر بلده شمو موگیه که شمو معاینه شونید یا نه. اونا ترتیبات معاینه ره میگره.

شمو فقط او زمان معاینه لابراتواری موشین که داکتر شمو تشخیص ببیده که شمو اینی شرایط ره پوره مونین:

- شمو ده چهارده روز گذشته از خارج امدین و ده نفس گرفتو شدید مشکل درین که ممکنه تاو هم دیشته باشه یا نه
- شمو ده مدت چهارده روز گذشته قد کسی ده تماس بودین که یقینی بیماری کوید-۱۹ یا بیماری کورونا دشته بوده و شمو دچار ناجوری تنفسی شده باشین که ممکنه تاو هم دیشته باشه یا نه
- شمو ده مین جامعه شدید سینه بغل شده باشین که دلیل مشخص هم ندیشته باشد
- شمو یکی از کارمندی کلینیک صحتی استین و مستقیم قد آدمای مریض کارمونین و دچار بیماری تنفسی شده باشین که ممکنه تاو هم دیشته باشه یا نه

اگه شمو یکی ازی شرایط ره دشته باشین، داکتر میتبینه درخواست معاینه لابراتواری بلده کوید-۱۹ یا کورونا وایرس کنه. مهم استه که ده یاد دیشته باشین که زیاد نفرا میتنه آثار و علائم کوید-۱۹ دشته باشن مگه وایرس کورونا درن. تنها ده شرایط مشکوک معاینه لابراتواری موشه تا لابراتوارا بیتنه درخواستای موجود ره پوره کنه. ضرور نیه کسای که جور استه و شرایط ذکر شده ره پوره نمونه معاینه لابراتواری شونه.

کی باید خود خوره از دیگر و جدا کده ده انزوا یا تنهایی بوره؟

آر کس که بعد از تاریخ پوزده مارچ ۲۰۲۰ از خارج ده آسترالیا امده باشه و یا فکر مونه که از نزدیک قد یگو ناجور تصدیق شده و ایرس کورونا تماس دشته، او باید خود خوره بلده چهارده روز از دیگر و جدا کنه و ده انزوا یا تنهایی بومنه.

یک نفر که ما قد ازو زندگی مونوم از خاطر کوید-۱۹ یا بیماری کورونا معاینه لابراتواری موشه. آیا ما هم باید خود خوره از دیگر و جدا کنوم و معاینه لابراتواری شونوم؟

اگه از اعضای خانه شمو یگو کس مشکوک استه ممکنه شمو هم باید خود خوره معاینه لابراتواری کنید. ای مسئله مطابق شرایط هر نفر توسط کلینیک یا تیم صحتی شوم مشخص موشه. اگه ضرورت باشه که شمو خود خوره از دیگر و جدا کنید، کلینیک یا تیم صحتی قد شمو تماس میگیرن. بلده معلومات زیادتر صفحه معلوماتی از مو ده باره [انزوا یا تنها مندو ده خانه](#) ره بخوانید.

انزوا یا تنها مندو ده خانه چی معنی دره؟

اگه کوید-۱۹ یا بیماری کورونا ده شمو تشخیص شده باشه، شمو باید ده خانه بومیند تا از ناجوری و ایرس کورونا ده دیگر و تید نشنه. اگه شمو قد و ایرس ده تماس شده باشید هم ممکن استه که از شمو خواسته شونه که ده خانه بومیند.

ده خانه مندو یعنی مراعات شرایط زیر:

- از جاهای عمومی مثل کار، مکتب، دکان، مرکز اطفال، و دانشگاه (یونیورستی) دور بومیند
- یگو کس دیگه ره بوگید که بلده شمو نان و چیزای ضرور ره بیره و ده دم دروازه شمو بیله
- کس ره اجازه ندین که بیخ شمو بایه - تنها کسای ره بیلین که معمولن قد شمو یکجای زندگی مونن

ضرور نیه که ده خانه ماسک بوپشید. اگه ضرور باشه که بلده ضروریات صحتی از خانه بورو بورین، از ماسک جراحی استفاده کین (اگر دیشته باشید) تا دیگر و محفوظ باشه.

از راه تلفن یا انترنیت قد فامیل و دوستای خو ده تماس باشین. بلده معلومات زیادتر صفحه معلوماتی از مو ده باره [انزوا یا تنها مندو ده خانه](#) ره بخوانید.

فاصله یا دوری اجتماعی چیز استه؟

فاصله گرفتو ده جمع یا اجتماع یکی از راه های کمک بلده کم کدون ی انتشار و ایرس های مثل کوید-۱۹ یا ایرس کورونا استه. فاصله گرفتو ده جمع یا اجتماع، شامل ده خانه مندو ده صورت ناجوری، دوری از جمع شد های غیر ضرور عمومی، مراعات کدون فاصله ۱،۵ (یک و نیم) متر بین خود خو قد دیگر و ده آر زمان ممکن و کم کدون ارتباط فیزیکی مثل دست یا قول دیدو مخصوصن قد ازو کسای که خطر میتلا شون شی زیادتر باشه، مثلن افراد بزرگسال و اونای که از پیش دچار یگو ناجوری باشه.

بدل کدون معمولات زندگی روزمره ضرور نیه، مگه مراعات کدون از ای اقدام های ضرور ده خصوص فاصله ده جمع میتینه ده حفاظت ازو افراد جامعه که زیادتر از دیگر و ده خطر استه کمک کنه.

کی خطر ناجور شدن شی زیاد تر استه؟

بعض کسا که و ایرس ده جان شی داخل شده ممکن استه هیچ ناجور نشنه، بعض کسا ممکنه آثار و علایم بسیار کمزور یا ملایم دشته باشه و آسو صحت یاب شونه و بعض کسای دیگه ممکنه بسیار زیاد و چپوک ناجور شونن. تجربه و ایرس کورونا نشو میدیه که اینی افراد خطر ناجور شدن شی از دیگر و زیادتر استه:

- افرادی که قوه دفاعی بدن شی ضعیف باشه (مثلن سرطان یا کینسر دشته باشه)
- آدم های پیر یا بزرگسال
- مردم ابوریجنل و توریس استریت آیلندر از خاطر که آمار بیماری شدید ده بین شی زیاد استه
- اونای که دچار وضعییت حاد یا شدید صحتی استه
- اونای که ده صورت دسته جمعی ده خانه بزرگسال زندگی مونه
- اونای که ده محبس خانه بسر موبره
- اطفال بسیار کم سن*.

* تا بحال خطر بلده بچه ها و اطفال کم سن و نقش اطفال ده انتقال کوید-۱۹ یا و ایرس کورونا واضح نیسته. اما تابحال در مقایسه با جمعیت عمومی، تعداد کمتر موارد یقینی و ایرس کورونا یا کوید-۱۹ ده بین اطفال مشاهده شده.

و ایرس چطور معالجه موشه؟

بلده و ایرس کورونا، علاج مشخص وجود ندره. آنتی بیوتیک ها ده برابر و ایرس ها موثر نیه. اکثر آثار و علایم از راه مراقبت های طبی معالجه موشه.

چطور میتوم راه انتشار کورونا ره بیگروم؟

بهترین دفاع از زیادتر وایرس ها اینمی استه که ده دستشویی و سلفه کدو یا بینی زدو نظافت ره مراعات کین و ده ناجوری از دیگر و دور بومنین- شمو باید:

- دستهای خو ره یگمی قد او و صابو بوشین، هم پیش از نان خوردو، هم بعد از نان خوردو و هم بعد از تشناب رفتو
- راه سلفه و بینی زدو خوره بیگرن، دستمال کاغذی ره ده اشغالی پورته کین و دستهای خوره بوشین
- اگه ناجور باشین، قد دیگر و تماس نگرین (از کم شی از دیگر و یک و نیم متر دور بومنین)
- بلده دوری اجتماعی، خودون شمو شخصا مسئولیت بیگرن.

آیا میتنوم او فامیلا و دوستا ره بینگرونم که ده مرکز بزرگسالا استن؟

انتشار وایرس ده مراکز بزرگسالا میتینه مشکلات جدی ده وجود بیره. کوید-۱۹ یک خطر صحی بلده بزرگسالا استه. بلده محافظت از دیگر و پابندی ها وجود دره. ده اینزی شرایط و از مراکز بزرگسالا دور بومنین:

- اگه ده چهارده روز گذشته از خارج ده استرالیا امده باشین
- اگه ده چهارده روز گذشته، قد کسی که بطور بقینی ناجوری کورونا گرفته باشه، ده تماس بوده باشین
- اگه تاو یا آثار و علایم ناجوری تنفسی (مثلن سلفه، کتوگ دردی و نفس تنگی) داشته باشین.

از تاریخ ۱ می، باید خود خو ره واکسین تیماو کیده باشین تا بیینین ده مراکز بزرگسالا بورین.

حکومت اعلان کده که مراکز بزرگسالا باید ده ملاقات، بیش از حد مراعات داشته باشن، بشمول اینزی مراعات:

- اطمینان حاصل کین که ملاقات ها مختصر و کوتاه باشه
- اطمینان حاصل کین که ده هر ملاقات، بشمول داکتر، از دو نفر زیادتر ده عین زمان نباشن
- اطمینان حاصل کین که ملاقات ده اطاق فرد بزرگسال، ده بورو و ده جایی مخصوص انجام شونه و ده جای عمومی نشنه
- ملاقات و جمع شد، بشمول کارای اجتماعی و تفریحی، ده گروه های کلان نشنه
- بلده شاگردای مکتب، ده هر تعداد که باشه، اجازه ملاقات دیده نشنه
- بلده اطفال کمتر از شوزده سال اجازه دیده نشنه، بجز ده شرایط خاص.

اگه دیدار و ملاقات قد فامیل و دوستا ده مراکز بزرگسالا ممکن نباشه، مهم استه که از راه تلفون و ویدیو تماس داشته باشین، پست کارت، عکس، کارای هنری یا ویدیو ری کین.

آیا ما میتنوم ده جاهایی عمومی، مثلا کانسرت و برنامه های ورزشی، بوروم؟

ده حال حاضرده استرالیا کوید-۱۹ یا وایرس کورونا ده بین اجتماع عمومی تید نشده. بلده کمک کدو قد کم کدونی انتشار ازی مرض، حکومت استرالیا توصیه مونه که اجتماعات غیرضروری ده بورو از ۵۰۰ نفر زیاد نباشه.

جلسه ها و کنفرانس های غیرضروری نیروی کاری مهم، مثلن کارمندای صحی، و خدمات ضروری و عاجل، هم باید محدود شنه. ای توصیه شامل سری کار، مکتب، دانشگاه ها (یونیورستی)، دکانا، مغازه های کلان، ترانسپورت عمومی و میدان هوایی نموشه.

بلده حفاظت از استرالیایی هایی که از دیگر و ضعیفتر استن، حکومت توصیه کیده که دیدوبازدید از تمام مراکز بزرگسالا و مناطق ابوریجنل و توریست آیلندر نشین باید کم شینه.

ای کارا و اقدام های احتیاطی بلده اشخاص پیر یا بزرگسال که از شصت سال، مخصوصن اگر اونای که ضعیف باشنن، بیش از حد ضروری استه.

ده باره برنامه های داخل، مثلا ورزش گاه ها، میخانه ها، سینما ها و راستوران ها، چطور؟

از تاریخ اژده مارچ، برنامه ای داخل خانه که زیادتر از صد نفر ده او شرکت کنه، اجازه ندره که برگزار شنه. جمع شد کمتر از صد نفر باید بیش از حد احتیاط کنه و اینی کارا ره مراعات کنه:

- اندازه جای، تعداد نفر که اونجی استه، و ای که مردم بلده شورخوردو جای کافی دیره یا خیر باید ده نظر گرفته شونه. مردم باید از یک دیگه خو ۱،۵ (یک و نیم) متر فاصله داشته باشه.
- چیزی ای که بلده نظافت دست استفاده موشه، مثل صابو و او، و سطل اشغالی مناسب باید موجود باشه. ای چیزی باید منظم پاک شونه.
- اگه احساس ناجوری و جان دردی داشته باشین، ده خانه بومنیند.

- ده جاهای که شلوغ (بیروبار) زیاد است و مردم غدر رفت و آمد موند، مثلا میخانه و کلب یا کلب شبانه، نباید زیادت از ۲ ساعت تیر کنید.
 - ده جاهای که رفت و آمد کمتره، مثلا سالون نمایش (تیاتر)، راستوران، سینما و برنامه های ورزشی، نباید زیادت از ۴ ساعت تیر کنید.
 - آگه تعداد نفر از ۱۰۰ نفر غدرتر باشه، باید ضروریات حداکثر گنجایش جای ده نظر گرفته شونه.
- ده حال حاضر، ضرور نیه که سالن های ورزش، راستوران ها، می خانه ها و سینما ها بند شونه – بشرطیکه اونا ده باره فاصله گرفتن اجتماع احتیاط کینه و مسایل نظافت ره خوب مراعات کینه.

ده باره ترانسپورت عمومی مثل طیاره، بس، قطار، موترای کرایه و تاکسی چطور؟

تمام مردم آسترالیا باید ده باره سفرای خو دوباره فکر کینه. ده حالیکه انتقال کوید-۱۹ یا وایرس کورونا ده داخل طیاره کم است، مو شمو ره مشوره میدی که سفرهای غیرضروری نکن.

اکثر ترانسپورت عمومی ضروری است. مگه حکومت مشوره میدیه که صاحب های کار باید شرایط و ترتیبات کاری قابل تغییر ره بلده کارگرای خو ده نظر بیگره تا تعداد مردم که ده یک زمان از ترانسپورت عمومی استفاده مونه ده کم ترین تعداد بیرسه. ده ترانسپورت راه دور امکان تید شدن وایرس و بیماری زیادت است و ده ای زمان باید ده باره شی دوباره فکر شونه.

اسپرت آف تزمانیه یا کشتی هایی که بین تزمانیه و باقی آسترالیا رفت و آمد مونه یکی از ترانسپورت های ضروری است و فعلن ده کارخو ادامه میدیه.

آگه ممکن باشه، ده چوکی پس پوشت تکسی و راید شیر بیشید.

تاجاییکه ممکن باشه، ده ترانسپورت ازو کسا که خطر مبتلا شدن شی زیادت است، بشمول افراد پیر، مسافرت نکن.

ده جای کار ازمه زیادت از ۱۰۰ نفر است. آیا ما میتنوم ده کار بوروم؟

اری، شمو میتنید تابال ره ده کار خو بورید. فعلن دولت مشوره میدیه که جمع شدونی منظم و غیرضروری ده حداکثر صد نفر بومنه. ای مشوره شامل جای کار، مکاتب، دانشگاه ها، دکانا، مغازه های کلان، ترانسپورت عمومی و طیاره نموشه. آگه طبیعت شمو خوب نباشه، باید ده خانه بومنید تا راه انتشار میکروب ده دیگر گرفته شونه.

آیا باید اودلادهای خوره از مکتب و مراکز اطفال رفتو بیگروم یا نه؟

نه، ده ای مرحله دولت مشوره میدیه که کارهای ضروری روزمره، بشمول مکتب و مراکز اطفال، ادامه پیدا کنه. آگه اولاد شمو ناجور است، باید اونا ره ده خانه نگا کین تا ناجور ده دیگر تید نشنه.

تابال معلومات از چار دور دنیا نشو میدیه که اطفال زمانیکه ده بیماری کوید-۱۹ یا وایرس کورونا مبتلا موشن، آثاروعلایم شی بسیار ملایم و کمزور است و انتشار ازی ناجوری ده بین اطفال بسیار کم است.

سنگاپور مثال بسیار خوب بلده ازی است که آگه ده زمان تید شدن کوید-۱۹ یا وایرس کورونا مراکز اطفال و مکاتب واز بومنه، فایده دره.

مکاتب باید مطمئن باشن که نظافت رعایت موشه و ده اطفال ده باره فاصله اجتماعی یاد دیده موشه و تا جاییکه ممکن باشه اطفال اوره رعایت مونه.

ده باره سپورت (ورزش) و فعالیت های دیگه چطور؟

اندازه برنامه و تعداد افراد ره ده نظر گرفته، برنامه های ورزشی و فعالیت های اجتماعی دیگه ممکنه پس اندخته شونه یا باطل شونه.

برنامه های ورزشی اجتماعی میتنه فعلا ادامه پیدا کنه. لیکن فقط کسای که ضرور است، مثلن بازی گرا، کسای که اونا ره یاد میدیه، کسای که مسابقه ره برگزار مونه، کارمندا و اشخاص داوطلب که برنامه ره اداره موند، والدین یا سرپرست بازی گرا، باید شرکت کینن.

آیا باید از ماسک روی استفاده کنم؟

اگر طبیعت شمو خوب باشد یعنی بیمار نباشین، ضرور نیه از ماسک استفاده کین. ده حالیکه استفاده از ماسک میتنه از انتشار ناچوری از آدم بیمار ده دیگرو کمک کینه، فعلم استفاده از ماسک بلده ناچوری مثل وایرس کورونا بلده کساییکه ناچور نییه توصیه نموشه.

معلومات زیادتر

بلده تازه ترین معلومات و مشوره ده اینزی صفحه بورین:

www.health.gov.au

قد خط کمک وایرس کورونا ده اینزی شماره تماس بیگرین

1800020080-

ای خط تلفن بیست و چهار ساعت ده روز و هفت روز ده هفته واز استه. اگر ترجمان ضرورت دشتین، ده اینزی شماره زنگ بزنین:

131450

شماره تلفن ولایت یا منطقه از خود ره از اینزینجی پیدا کین:

www.health.gov.au/state-territory-contacts

اگر ده باره صحت خو یگو تشویش دشتین، قد داکتر خو تماس بیگرین-