



## اطلاعاتی به زبان ساده

## قرنطینه به چه معنا است؟



در صورتی که با فرد بیماری مواجه شده باشید، ممکن است او شما را آلوده کرده باشد.

چند روز طول می کشد تا این بیماری بروز یابد.

ولی: شما می توانید در این زمان دیگران را آلوده کنید. بنابراین اداره بهداشت با شما تماس می گیرد و می گوید: شما باید در قرنطینه خانگی بمانید.

تلفظ آن این چنین است: قرنطینه

شما باید در خانه بمانید.

شما نباید سر کار بروید.

نباید هیچ گونه ملاقاتی را بپذیرید.

اگر با دیگران زندگی می کنید، باید در اتاق خود بمانید.

همچنین باید تنها غذا بخورید.

قرنطینه دو هفته طول می کشد.

با دوستان و نزدیکان تماس بگیرید. آنها می توانند به شما کمک کنند.

به عنوان مثال،

- خرید را برای شما انجام دهند،

- سگ را به پیاده روی ببرند.

اگر کسی نمی تواند به شما کمک کند،

به اداره بهداشت بگویید.

## کورونا-ویروس چیست؟

کورونا-ویروس یک عامل بیماری‌زا است.  
کورونا-ویروس همچنین COVID-19 نامیده می‌شود.

## در صورت ابتلا به کورونا-ویروس چه اتفاقی رخ می‌دهد؟



در صورت ابتلا به کورونا-ویروس مردم دچار علائم زیر می‌شوند:

- آبریزش بینی و سرفه
- تب
- مشکل تنفسی

این بیماری می‌تواند برای سالمندان و افراد ضعیف بسیار خطرناک باشد.  
این بیماری منجر به مرگ برخی افراد می‌شود.

افراد مبتلا به کورونا-ویروس می‌توانند

سایرین را آلوده کنند.

به عنوان مثال:

- هنگامی که فرد در حضور دیگران سرفه می‌کند.
- هنگامی که فرد در نزدیکی دیگران عطسه می‌کند.

## این موارد مهم هستند:



• دستانتان را به طور مرتب بشویید.

• در آرنج خود عطسه کنید.

• در صورت داشتن آبریزش بینی،

از دستمال کاغذی استفاده کنید.

دستور زبانی در خصوص قرنطینه برای شما به میزان یک حکم کتبی، الزام‌آور است.

در صورت پیروی نکردن از دستور قرنطینه، با عواقب کیفی روبرو خواهید شد.

منابع: [www.mags.nrw.de](http://www.mags.nrw.de)