

Agar kasal bo'lsangiz, uyda o'tiring

Korona virusining tarqalishini kamaytirish uchun barchamiz birgalikda kurashamiz

Yangi korona virusi covid-19 nomli kasallikni keltirib chiqarib, bu kasallik odatiy shamollash yoki influensani eslatadi. Kasallik belgilari bor odamlarning ko'pchiligida kasallik yengil o'tadi, lekin qari va kasal odamlar uchun kasallik havfli hisoblanadi. Covid-19 kasalligi asosan yo'talish yoki aksirish orqali yuqadi.

Agar kasal bo'lsangiz, uyda o'tiring

Agar issig'ingiz bo'lsa, yo'tal, burun oqishi yoki tomoq og'rig'i bo'lsa, uyda o'tirishingiz va uydagilaringizdan boshqa insonlar bilan aloqa qilmasligingiz lozim. O'zingizni ozgina bo'lsada kasal his qilsangiz ham uyda o'tiring. Butunlay tuzalib ketganingizdan so'ng uyda yana qo'shimcha ikki kun o'tirishingiz lozim. Shundagina boshqalarga yuqtirmaysiz.

Qarilarni va og'ir kasallarni himoya qilaylik

Qari odamlarda bu virus bilan kasallanganda og'ir kasal bo'lish havfi katta. Boshqa og'ir kasalligi bor insonlarda ham havf kuchli. Shuning uchun bunday insonlar bilan ko'rishmaslik yoki ularni borib ko'rmaslik juda muhim. Buning o'rniga ularga qo'ng'iroq qiling.

Kasal bo'lmaslik uchun o'zingiz nima qilishingiz mumkin?

- Qo'llaringizni tez-tez sovun va suv bilan yuving. Agar sovun va suv bo'lmasa, qo'llaringizni spirtlang.
- Ko'z, burun va og'izni ushlamaslikka harakat qiling.

- Yo'talayotgan va aksirayotgan insonlardan uzoqroq bo'ling va ular bilan qo'l berib ko'rishmang.

Qachon va qaerdan tibbiy yordam so'rash mumkin?

Covid-19 kasalligiga chalinganlarning ko'pchiligi tibbiy yordam so'rashi shart emas, chunki kasallik o'zi o'tib ketadi. Agar ahvolingiz og'irlashsa yoki yotganingizda nafas olishingiz qiyinlashsa, 1177 raqamiga qo'ng'iroq qiling. Shunda sizga to'g'ri joyda to'g'ri tibbiy yordam ko'rsatiladi. Hayotingizdagi havf ostida bo'lgan holatda 112 raqamiga qo'ng'iroq qiling.

Tibbiy yordam bo'yicha maslahatlar telefon orqali quyidagi tillarda mavjud:

- ingliz tilida- 1177 raqamiga kechayu-kunduz qo'ng'iroq qilishingiz mumkin
- Fin tilida - 1177 raqamiga hafta kunlari 8-12 gacha qo'ng'iroq qilishingiz mumkin
- Arab tilida - 08-123 130 80 raqamiga har kuni 8-22 gacha qo'ng'iroq qilishingiz mumkin
- Somali tilida- 08-123 130 90 raqamiga hafta kunlari 8-17 gacha qo'ng'iroq qilishingiz mumkin
- Fors tilida - 08-123 130 87 raqamiga hafta kunlari 8-17 gacha qo'ng'iroq qilishingiz mumkin

Ko'proq ma'lumotlarni 1177.se sahifasidan topishingiz mumkin va agar covid-19 haqida umumiy savollaringiz bo'lsa 113 13 raqamiga qo'ng'iroq qiling.