

## Про коронавірус, COVID-19

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, вірус корони - це пандемія. Пандемія - це захворювання, яке поширилося на всі частини світу. Ризик зараження вірусом корони зростає у Фінляндії. Коронавірус заражає людину від людини, яка має вірус, чхає або кашляє.

У Фінляндії та на Оланді це надзвичайний стан. Мета надзвичайного стану - захист населення. Під час надзвичайного стану школи закриті. Надзвичайний стан - до 13 квітня 2020 року, але може бути і довше. Особам, які проживають у Фінляндії, не слід виїжджати за кордон під час надзвичайного стану, а особам, які перебувають за кордоном, рекомендується негайно повернутися.

## Поради громадськості

- Уникайте подорожей.
- Уникайте натовпу понад 10 людей.
- Будьте уважні до гігієни, особливо миття рук.
- Будьте вдома, особливо при лихоманці, застуді та інших симптомах респіраторних інфекцій
- Не відвідуйте людей похилого віку та хворих.
- Відвідування будинків для літніх людей заборонено.
- Люди старше 70 років повинні залишатися вдома.

## Запобігайте поширенню вірусу

Кожному потрібно допомогти зупинити поширення вірусу.

Правильна гігієна - найкращий спосіб запобігти поширенню вірусу корони та всіх інших вірусів.

- Мийте руки часто та ретельно милом та водою. Якщо ви не можете помити руки, використовуйте дезінфекцію рук.
- Захищайте рот при кашлі або чханні. Наприклад, використовуйте хустинку або складку руки. Не кашляйте і не чхайте в руки. Тримайтеся не менше метра від того, хто кашляє або чхає.
- Не хапайте за руку, вітаючи когось.

## Якщо ви подорожували за межами Оланду

Якщо ви виїхали за межі міста Оланду, ви здорові та не маєте симптомів:

За словами фінського уряду, всі особи, які повертаються з-за кордону, повинні перебувати в карантині протягом двох тижнів. Уряд провінції Оланду рекомендує карантин 14 днів навіть після поїздки до решти Фінляндії. Плануйте разом зі своїм роботодавцем.

**Телефон по якому можна звертатися до  
Уряду: тел 018-25 572 och 018-25 573**

- Інформаційна лінія до питань, що стосуються втижних заходів з надзвичайного стану
- Інформаційна лінія працює по буднях з 8-20.00

Інформацію та посилання можна знайти на веб-сайті уряду Оланду: <https://www.regeringen.ax/>

## Симптоми коронавірусу

Симптоми коронавірусу часто легкі. У деяких людей є більш важкі симптоми. Зазвичай у них були й інші захворювання, такі як астма або захворювання серця.

Симптоми, які ви можете отримати від коронавірусу:

- лихоманка
- біль у м'язах
- кашель
- важко дихати
- стомлення

## Якщо ви захворіли

При легких симптомах, коли ви зазвичай не звертаєтесь за допомогою:

- Залишайтеся вдома до тих пір, поки у вас не буде симптомів протягом двох днів, повідомте роботодавця.
- Погодьтеся з вашим роботодавцем, якщо можлива робота вдома.
- Уникайте шукання допомоги та уникайте дзвінків на телефон Корона.

При помірних симптомах, куди ви зазвичай звертаєтесь до медичного центру за медичною довідкою:

- Залишайтеся вдома, поки у вас не буде симптомів протягом двох днів.
- Якщо потрібно, зателефонуйте нам, якщо ви погано себе почуваєте, телефон Corona 018-535 313.

При важких симптомах, наприклад, коли у вас висока температура та задишка:

- Вдень: телефонуйте на телефон Корони 018-535 313.
- Вечірні години: зателефонуйте до відділення швидкої допомоги, тел. 018-5355.
- Вам потрібна термінова допомога? Телефонуйте на 112.

### Коронателефон, тел 018-535 313

Відкрито по буднях з 8-16, в вихідні 9-16 для людей, які відчувають середні або важкі симптоми.

По телефону ви можете отримати відповіді лише на питання що до симптомів коронавірусу

Якщо він зайнятий, ви можете зателефонувати за медичною інформацією за тел. 018 538 500

У разі гострих проблем тел. 112

Актуальну інформацію та посилання ви знайдете на веб-сайті: <https://www.ahs.ax/>