

โควิด-19, ข้อมูลสำหรับผู้ป่วย และกฎการปฏิบัติตัว

ใบปลิวของแพทย์ฝ่ายป้องกันและควบคุมโรคติดเชื้อทั่วไป

ทำไมฉันจึงได้รับข้อมูลนี้?

ผลการตรวจหาเชื้อได้แสดงให้เห็นว่าคุณเป็นโรคโควิด-19, ซึ่งหมายถึงมีการติดเชื้อของไวรัสโคโรนา SARS-CoV-2.

โควิด-19 คืออะไร?

โควิด-19 เป็นการติดเชื้อไวรัสที่มักจะมีอาการเพียงเล็กน้อย เช่น มีน้ำมูก, เจ็บคอ, ไอ และมีไข้ แต่ในบางรายจะมีอาการป่วยรุนแรง และจำเป็นต้องได้รับการรักษาในโรงพยาบาล. อาการอื่น ๆ ของ โควิด-19 อาจจะมีอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ, ปวดศีรษะ, อ่อนเพลีย, ความรู้สึกในการรับกลิ่นและรสชาติจะน้อยลง และจะมีปัญหาเกี่ยวกับการทำงานของกระเพาะด้วยอาการท้องเสียได้

โควิด-19 ติดต่อดีอย่างไร

โควิด-19 ติดต่อกันทางฝอยละอองน้ำลาย และการสัมผัส เมื่อมีการจามหรือไอ ฝอยละอองที่มีเชื้อก็จะปะปนอยู่ในอากาศ ทำให้ผู้ที่อยู่ใกล้ๆ ติดเชื้อได้ เมื่อฝอยละอองน้ำลายตกไปตามพื้นผิวหรือสิ่งของต่างๆ ก็สามารถทำให้มีการแพร่เชื้อต่อไปโดยสิ่งของที่มีการติดเชื้อเหล่านั้น บ่อยครั้งจากมือเรา ระยะเวลาตั้งแต่ได้รับเชื้อจนกระทั่งมีอาการป่วย (ระยะฟักตัว) จะต่างกันไปบ้าง 2-14 วัน, ส่วนใหญ่ 5 วัน

นานแค่ไหน ที่ฉันสามารถแพร่กระจายเชื้อไปสู่ผู้อื่นได้?

- คุณจะไม่น่าเป็นพาหะนำเชื้อไปติดผู้อื่นอีกต่อไป เมื่อการเจ็บป่วยของคุณได้ผ่านไปอย่างน้อย 7 วัน และอาการทั่วไปดีขึ้น และไม่มีไข้แล้ว 2 วัน นั่นหมายความว่า ระยะเวลาที่สั้นที่สุดที่ได้วินิจฉัยว่าคุณจะแพร่เชื้อได้คือ 7 วัน ถึงแม้ว่าหลังจากนั้นคุณยังคงมีอาการ เช่น ไอ และการรับกลิ่นและรสชาติอ่อนกว่าปกติ ก็ยังคงลงความเห็นว่า คุณจะไม่สามารถแพร่เชื้อได้อีก
- ถ้าหากคุณรับการตรวจหาเชื้อทั้งๆ ที่คุณ ไม่มีอาการใดๆ นับจากวันที่คุณไปรับการตรวจหาเชื้อ 7 วัน ถ้าอาการของคุณมากขึ้นหลังจากได้รับการตรวจหาเชื้อ, ให้อ่านคู่มือฉบับ
- หากคุณได้รับการรักษาในโรงพยาบาลเนื่องจากการติดเชื้อโควิด-19 หรืออยู่อาศัยในบ้านพักคนชรา, มักจะถือว่า คุณสามารถแพร่เชื้อได้ในเวลา 14 วันนับจากวันที่คุณเริ่มป่วย แพทย์ของคุณจะแจ้งคุณเองว่า เฉพาะกรณีของคุณจะสามารถแพร่เชื้อได้นานแค่ไหน

ข้อควรคำนึงเพื่อไม่ให้เชื้อไปติดคนอื่น - กฎของการปฏิบัติตัว

โควิด-19 เป็นโรคอันตรายทั่วไปและเป็นโรคอันตรายต่อสังคมโรคหนึ่ง ตามกฎหมายป้องกันและควบคุมโรคติดต่อ นั้นหมายถึงว่า คุณจะต้องทำตามกฎการปฏิบัติตัวข้างล่างนี้ เพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อแพร่ไปติดคนอื่น ๆ ในช่วงที่คุณสามารถแพร่เชื้อไปติดคนอื่นได้ การปฏิบัติตัวตามกฎนั้น หมายถึงคุณ:

- ไม่ไปที่ทำงาน, โรงเรียนหรือโรงเรียนอนุบาล การทำงานที่บ้าน และการเรียนการสอนทางไกลสามารถทำได้ คุณต้องไม่เข้าร่วมกิจกรรมยามว่างต่างๆ ที่คุณต้องติดต่อกับคนอื่น ๆ เช่นการฝึกกีฬา เป็นต้น
- ต้องปฏิบัติตามการรักษาสุขอนามัยพิเศษอย่างสม่ำเสมอ: คุณต้องถี่ถ้วนกับเรื่องสุขอนามัยของมือ (การล้างมือ), ไอและจามในข้อพับแขนหรือในผ้าเช็ดหน้าและไม่หันหน้าเข้าหาคนอื่น
- ต้องแจ้งกับเจ้าหน้าที่ว่าคุณมีโรคโควิด-19 ถ้าคุณไปติดต่อกับสถานพยาบาลต่างๆ
- ต้องกลับไปตามนัด หรือติดต่อทางโทรศัพท์ ตามคำสั่งแพทย์

ฉันจะต้องทำอะไรอีก เพื่อป้องกันผู้อื่นจากการติดเชื้อ?

อ้างอิง กฎหมายป้องกันและควบคุมโรคติดต่อ, ผู้ที่มีโรคติดต่อ

จะต้องทำตามที่กำหนดเพื่อป้องกันผู้อื่นจากการติดเชื้อ (ตามที่เรียกว่า หน้ากากในการป้องกัน) นั้นหมายความว่า ในช่วงระยะเวลาที่คุณสามารถแพร่เชื้อได้ คุณจะต้อง ไม่พบปะผู้อื่น นอกจากผู้ที่คุณอยู่อาศัยร่วมกันในครอบครัว และต้องไม่เดินทางโดยอาศัยการขนส่งเพื่อสาธารณะ

ถ้าเป็นไปได้ คุณควรจะพยายามรักษาระยะห่างจากคนอื่นที่คุณอยู่ร่วมด้วย เช่น ด้วยการเก็บตัวอยู่ในห้องส่วนตัวของคุณ คุณสามารถใช้เวลาอยู่กลางแจ้งได้ トラバドที่คุณรักษาระยะห่างจากคนอื่น ๆ

คุณต้องแจ้งให้ผู้ที่อยู่ร่วมกัน และคนอื่นๆที่มีการติดต่อกับคุณใกล้ชิดกับคุณ เช่น เจ้าหน้าที่ในการพยาบาลดูแล รวมทั้งเจ้าหน้าที่ให้บริการดูแล ตามบ้านว่าคุณเป็นโรคโควิด-19

คุณจะต้องร่วมในการติดตามหาร่องรอยของการติดเชื้อด้วย คุณจะได้รับข้อมูลชี้แจงว่าจะทำอะไรต่อไป เมื่อคุณได้รับผลการตรวจหาเชื้อของคุณ

ฉันจะอย่างไร ถ้าฉันต้องการรักษาโรคโควิด-19 หรือโรคอื่นๆ ?

คุณต้องไม่ตรงไปที่สถานอนามัย/ คลินิกใกล้ๆ/ โรงพยาบาล แต่ให้โทรศัพท์ไปที่ 1177 Vårdguiden ก่อนเพื่อรับคำแนะนำต่อไป เกี่ยวกับสถานพยาบาลที่ควรจะติดต่อ และให้แจ้งเขาด้วยว่าคุณมีโรคโควิด-19.

กรณีมีอันตรายถึงชีวิตให้โทร 112

ฉันจะแจ้งตักกฎการปฏิบัติตัวที่ฉันได้รับอย่างไร?

หากคุณได้รับกฎการปฏิบัติตัว ที่คุณคิดว่าไม่ถูกต้อง

คุณสามารถติดต่อแพทย์ป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อในภูมิภาคของคุณได้