



አዲሱ ኮሮና ቫይረስ

በ 17.4.2020 ዘምኗል

# ራሳችንን የምንጠብቅበት መንገድ ይህ ነው.



## የመረጃ ቅጽ

ስለ ኖቭል ኮሮና ቫይረስ እና ስለ ባህሪ እና ንጽህና ደንቦች ጠቃሚ መረጃ ስለማግኘት

## እርስዎ ምን ማድረግ ይችላሉ?

አሁን እቤትዎ ይቆዩ። ሕይወት ይድኑ።



የሚከተሉትን ጉዳዮች ብቻ አይጨምርም፡

- ከቤትዎ ሆነው መስራት ካልቻሉና ወደ ስራ መሄድ ካለብዎ። አሰሪዎች ሰራተኞቻቸውን የመጠበቅ ግዴታ አለባቸው።
- ምግብ ለመግዛት ሲወጡ።
- ወደ ዶክተር/ፋርሚሲ ሲሄዱ
- ሌሎች ሰዎችን ሊረዱ ከሆነ

ዕድሜዎ ከ65 ዓመት በላይ ነው ወይም ነባር የጤና ችግር አለብዎት?

እንደዚያ ከሆነ፣ እቤትዎ እንዲቆዩ አጥብቀን እንመክራለን!

አንድ ልዩ ሁኔታ ብቻ አለ፡ የግድ በዶክተር መታየት ካለብዎት

ንጽህና እና ባህሪን የሚመለከቱ ደንቦችን በጥብቅ ይፈጽሙ።



ርቀትዎን ይጠብቁ።



እጆችዎን በደንብ ይታጠቡ።



በእጅ መጨባበጥን ያስቀሩ።



ሲያስሉና ሲያስነጥሱ በመሃረብ ወይም በክርንዎ ይሸፍኑ።



ወደ ዶክተር ቢሮ ወይም የድንገተኛ ሕክምና ክፍል መሄድ ያለብዎት አስቀድመው ስልክ ከደወሉ በኋላ ብቻ ነው።

# ስለ ኖቭል ኮሮና ቫይረስ በተደጋጋሚ የሚጠየቁ ጥያቄዎችና መልሶች።

## ተላላፊ እና ስጋቶች

ስዊዘርላንድ እጅግ በጣም አደገኛ ሁኔታ ውስጥ ነው ያለችው። የኖቭል ኮሮና ቫይረስ ኢንፌክሽኖች በፍጥነት እየጨመሩ ነው። በጣም በርካታ የሆኑ ሰዎች እየታመሙ ነው። አንዳንዶቹ መጠነኛ ሕመም አለባቸው። አሁንም ድረስ ተላላፊ ናቸው። በሽታው ለሕይወት አስጊ ሊሆንም ይችላል። በተለየ ሁኔታ ተጋላጭ የሆኑ አንዳንድ ሰዎችም አሉ። እነርሱም በከባድ ሁኔታ የመታመም ስጋታቸው የጨመረ ነው።

እነዚህ የንጽህና እና የስነ ምግባር ደንቦች በጣም አስፈላጊ የሆኑት ለምንድን ነው?

ኖቭል ኮሮና ቫይረስ አዲስ የተከሰተ ቫይረስ ሲሆን የሰው ልጅ እስካሁን ድረስ ተፈጥሯዊ በሽታ የመቋቋም አቅም (የመከላከያ ስርዓት) አልነበረም። በርካታ ኢንፌክሽኖችና በሽታዎችን ሊያስከትል ይችላል። ስለዚህ፣ በተቻለ መጠን የኖቭል ኮሮና ቫይረስን ስርጭት ማዘግየት አለብን። በተለይ ደግሞ ለከባድ ሕመም የመጋለጥ ስጋት ያለባቸውን ሰዎች መጠበቅ አለብን። እነርሱም፣ ዕድሜያቸው ከ65 ዓመት በላይ የሆኑ እና ነባር በሽታ ያለባቸው ሰዎች ናቸው። ነባር የጤና ችግሮች የሚባሉት እነዚህ ናቸው።

- ከፍተኛ የደም ግፊት፤
- የስኳር በሽታ፤
- የደም ዝውውር ስርዓት መታወክ፤
- ስር የሰደደ የመተንፈሻ አካል በሽታ፤
- ካንሰር እና
- የሰውነትን በሽታ የመከላከል ስርዓት የሚያዳክሙ በሽታዎችና ቴራፒዎች።

ሁላችንም የስነ ምግባርና የንጽህና ደንቦችን ብንከተል፣ እነዚህን ሰዎችም በተሻለ ሁኔታ መጠበቅ እንችላለን። በዚህ መንገድ፣ ከባድ ሕመም ያለባቸው ሰዎች በጤና ተቋማት ውስጥ የተሻለ ሕክምና ማግኘታቸውን ለማረጋገጥም እናግዛለን። የዚህ ምክንያት ደግሞ የከፍተኛ ክትትል ክፍሎች፣ የሕክምና ክፍሎችና ኢንፎርሜሽን መሳሪያዎች ቁጥራቸው ውስን በመሆኑ ነው።

ኖቭል ኮሮና ቫይረስ የሚተላለፈው እንዴት ነው?

ኖቭል ኮሮና ቫይረስ በዋነኛነት የሚተላለፈው በቅርብና ረዘም ባለ ንክኪ አማካይነት ነው። ከታመመ ሰው ከ2 ሜትር ባነሰ ርቀት ውስጥ ከተገኙ።

የመተላለፊያ መንገዶች

- በጠብታዎች፡ ሕመምተኛው ሰው ካስነጠሰ ወይም ካሳለ፣ ቫይረሱ ወደሌላ ሰው አፍንጫ፣ አፍ ወይም ዓይን ሕብረ ሕዋሳት በቀጥታ ሊገቡ ይችላሉ።
- በእጅ አማካይነት፡ ከሳል ወይም ከማስነጠስ የሚመነጩ ተላላፊ ጠብታዎች በእጆች ላይ ሊቀሩ ይችላሉ። ወይም አንድ ሰው ቫይረሱ ያረፈበትን አካል ሲነካ፣ በእጃችን አማካይነት ወደ አፍ፣ አፍንጫ ወይም ዓይን ሊገባ ይችላል።

እርስዎ በሽታ የሚያስተላልፉት መቼ ነው?

በኖቭል ኮሮና ቫይረስ የተያዘ ማንኛውም ሰው ለረዥም ጊዜ በሽታ ማስተላለፍ እንደሚችል ይወቁ። ይህም ማለት፡

- ምልክቱ መታየት ከመጀመሩ አንድ ቀን በፊት - ማለትም፣ በቫይረሱ መያዝዎን ከማወቅዎ በፊት።
- ምልክቶቹ ከታዩብዎት፣ በተለይ በሽታ አስተላላፊ ነዎት።
- በድጋሚ ሙሉ ጤንነት ከተሰማዎት በኋላ ቢያንስ እስከ 48 ሰዓት ድረስ። ስለዚህ ርቀትዎን ይጠብቁና እጅዎን ዘወትር በሳሙና ይታጠቡ።

ሁሉም ሰው መንቀሳቀስ ያለበት ልክ በሽታ እንደሚያስተላልፍ ሆኖ ነው!

- እቤትዎ ይቆዩ።
- እጅዎን በውሃና በሳሙና በደንብ ይታጠቡ።
- ከአፓርታማዎ መውጣት ካለብዎ፣ ከሌሎች ሰዎች ቢያንስ የ 2 ሜትር ርቀት ይጠብቁ።
- ከሰዎች ስብስብ ይራቁ።
- ከ5 በላይ የሚሆኑ ሰዎች ሆናችሁ አትሰባስቡ።
- በአነስተኛ ቡድኖች ውስጥም ቢሆን፣ እርስ በርሳችሁ ምንጊዜም የ2 ሜትር ርቀት መጠበቅ አለባችሁ።
- ወደ ቀዶ ጥገና ወይም ድንገተኛ ሕክምና ክፍል መሄድ ያለብዎ አስቀድመው በስልክ ቀጠሮ ካስያዙ በኋላ ብቻ ነው።

## የሕመም ምልክቶች፣ የበሽታ ልዩታ እና ሕክምና

የአዲሱ ኮሮና ቫይረስ በሽታ ምልክቶች ምንድን ናቸው?

የሚከተሉት ምልክቶች በጣም የተለመዱ ናቸው፡  
የሚከተሉት ምልክቶች ሊከሰቱ ይችላሉ፡

- ሳል (አብዛኛውን ጊዜ ደረቅ)
- የጉሮሮ ቁስለት
- የትንፋሽ ማጠር
- ትኩሳት፣ መቀት መስማት
- የጡንቻ ሕመም
- የማሽተት እና/ወይም የመቅመስ ስሜት ማጣት

አልፎ አልፎ የሚታዩ ምልክቶች

- የራስ ምታት
- የአንጀትና ሆድ እቃ ሕመም ምልክቶች
- የዓይን ቀለም ቢጫ መሆን
- የንፍጥ መብዛት

ምልክቶቹ የተለያዩ የክብደት ደረጃ ያላቸው ሊሆኑ ይችላሉ፡፡ እንደ ሳምባ ምች ያሉ የጤና ችግሮችም ሊከሰቱ ይችላሉ፡፡

ምልክቱ ያለባቸው ሰዎች ሁሉ ለአዲሱ ኮሮና ቫይረስ ምርመራ ይደረግላቸዋል ማለት አይደለም፡፡ ይሁን እንጂ፣ ከላይ ከተዘረዘሩት ምልክቶች መካከል አንዱ ወይም ከአንድ በላይ በጣም በተደጋጋሚ ከታየብዎት በአዲሱ የኮሮና ቫይረስ የተያዙ መሆንዎ ዕድል በጣም ከፍተኛ ነው፡፡

የአዲሱ ኮሮና ቫይረስ በሽታ የሚታከመው እንዴት ነው?

ሕክምናው የሕመም ምልክቶችን ማስታገስ ላይ የተገደበ ነው፡፡ ታካሚዎች ሌሎች ሰዎችን ለመጠበቅ ሲባል ለብቻቸው እንዲገለሉ ይደረጋሉ፡፡ በሽታው የከፋ ከሆነ፣ አብዛኛውን ጊዜ በሆስፒታል የከፍተኛ እንክብካቤ ክፍል ውስጥ ተኝቶ መቆየት ያስፈልጋል፡፡ በተወሰኑ ሁኔታዎች ውስጥ፣ ሰው ሰራሽ መተንፈሻ ሊያስፈልግ ይችላል፡፡

የሕመሙ ምልክቶች ካሉብኝ ምን ላድርግ?

ወደ ቀጣዩ ድረ ገጽ በመግባት "ራስን የማግለል" (በጀርመንኛ፡ "Selbst-Isolation") on

[https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/cc/Kampagnen/covid-19/selbst-isolation/selbst-isolation-amharisch.pdf.download.pdf/BAG\\_Selbst-Isolation\\_Amharisch.pdf](https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/cc/Kampagnen/covid-19/selbst-isolation/selbst-isolation-amharisch.pdf.download.pdf/BAG_Selbst-Isolation_Amharisch.pdf)

([www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus) / [www.ofsp.admin.ch/nouveau-coronavirus](http://www.ofsp.admin.ch/nouveau-coronavirus) /

[www.ufsp.admin.ch/nuouvo-coronavirus](http://www.ufsp.admin.ch/nuouvo-coronavirus)) መመሪያዎችን ያንበቡና እነዚህን መመሪያዎች ወጥነት ባለው መልኩ ይተግቡ፡፡

መመሪያዎቹ የቀረቡባቸውን ቋንቋዎች የማይረዱ ከሆኑ፣ የሚያስረዱዎት ሰው ያነጋግሩ፡፡

ምልክቶቹ ካሉብዎ በፍጥነት መውሰድ ያለብዎ ወሳኝ እርምጃዎች ከዚህ በታች ቀርበዋል፡

- አንድ ክፍል ውስጥ ሆነው በሩን ይቆልፉ፡፡ አየር በመደበኛነት እንዲዘዋወር ያድርጉ፡፡
- ከሌሎች ሰዎች ጋር ምንም ዓይነት ንክኪ አያድርጉ፡፡
- የንጽህና መመሪያዎችን ወጥነት ባለው መልኩ ይከተሉ፡፡
- ምልክቶቹ ከጠፉ በኋላ 48 ሰዓት እስከሚሞላ ድረስ ቤቱን ለቅቀው አይውጡ፡፡ ይሁን እንጂ፣ ምልክቶቹን ማየት ከጀመሩበት ቀን አንስቶ ቢያንስ 10 ቀናት ማለፍ አለባቸው፡፡

ዕድሜዎ ከ65 ዓመት በላይ ከሆነ ወይም ነባር ሕመም ካለብዎ፣ ከተለመዱት ምልክቶች መካከል አንድ ወይም ከአንድ በላይ ከታየብዎት ቅዳሜና እሁድ ቢሆንም እንኳን በአፋጣኝ ለዶክተርዎ ይደውሉ፡፡

ዕድሜዎ ከ65 ዓመት በታች ከሆነና ነባር ሕመም ከሌለብዎ፣ የጤና ሁኔታዎ ከተባባሰ ለዶክተር ይደውሉ፡፡ በተለይም የመተንፈስ ችግር ካለብዎት፡፡

የኮሮና ቫይረስ ምልክቶች ካሉበት ሰው ጋር ንክኪ ከነበረኝ ምን ማድረግ አለብኝ?

እባክዎ የሚከተሉትን ሁኔታዎች ያጣሩ፡

1. አንድ ወይም ከዚያ በላይ የተለመዱ የኮሮና ቫይረስ ምልክቶች ካሉበት ሰው ጋር በአንድ ቤተሰብ ውስጥ ይኖራሉ?
2. ወይም በቀጣዩቹ 24 ሰዓታት ውስጥ አንድ ወይም ከዚያ በላይ የተለመዱ የኮሮና ቫይረስ ምልክቶች ካላየ ሰው ጋር የቅርብ ንክኪ (ለምሳሌ፡ መተቃቀፍ፣ መሳሳም) ነበረዎት?

ለተራ ቁጥር 1.) ወይም 2.) የሰጡት ምላሽ “አዎ” የሚል ነው? እንደሆነ ከሆነ፣ እርስዎም ተጠቅተው ሊሆን ይችላል፡፡ አሁን ደግሞ ሌላ ሰው አለመበከል ይገባዎታል፡፡

ወደ ቀጣዩ ድረ ገጽ በመግባት "ራስን ለይቶ ማቆየት" (በጀርመንኛ: "Selbst-Quarantäne") on [https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/cc/Kampagnen/covid-19/selbst-quarantaene/selbst-quarantaene-amharisch.pdf.download.pdf/BAG\\_Selbst-Quarantaene\\_Amharisch.pdf](https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/cc/Kampagnen/covid-19/selbst-quarantaene/selbst-quarantaene-amharisch.pdf.download.pdf/BAG_Selbst-Quarantaene_Amharisch.pdf) (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus / www.ofsp.admin.ch/nouveau-coronavirus / www.ufsp.admin.ch/nuouvo-coronavirus) የሚለውን መመሪያዎችን ያንብቡና እነዚህን መመሪያዎች ወጥነት ባለው መልኩ ይተግብሩ። መመሪያዎቹ የቀረቡባቸውን ቋንቋዎች የማይረዱ ከሆኑ፤ የሚያስረዳዎት ሰው ያነጋግሩ።

አሁን ላይ እርስዎ ማክበር ያለብዎት ወሳኝ እርምጃዎች የሚከተሉት ናቸው፡

- ለ10 ቀናት ቤት ውስጥ ይቆዩ።
- ከሌሎች ሰዎች ጋር ንክኪ አይኑርዎት። በዚህ ውስጥ የማይካተቱ ሰዎች ከእርስዎ ጋር በተመሳሳይ ቤት ውስጥ የሚኖሩና በለይቶ ማቆያ ውስጥ የሚኖሩ ናቸው።
- ቤተሰብዎ ወይም ጓደኞችዎ ለእርስዎ አስፈላጊ የሆኑ ነገሮችን እንዲያመጡልዎ ያድርጉ።
- የንጽህና መመሪያዎችን ወጥነት ባለው መልኩ ያከብሩ።

በዚህ ጊዜ ውስጥ የሕመም ምልክቶች ከታዩብዎ፤ "ምልክቶች ካሉብኝ ምን ማድረግ አለብኝ" የሚለው ክፍል ውስጥ ያሉትን መረጃዎች በመሉ ይከተሉ

**ከአዲሱ ኮሮና ቫይረስ ጋር ተያያዥነት የሌላቸው የሕመም ስሜቶች ወይም ምልክቶች አሉዎት?**

ከአዲሱ ኮሮና ቫይረስ ጋር ግንኙነት የሌላቸው የጤና ችግሮች፤ ሕመሞች እና ምልክቶች በትኩረት ከትትልና ሕክምና ሊደረግላቸው ይገባል። እርዳታ ያግኙ፤ ረዥም ጊዜም አይጠብቁ፤ ለዶክተር ይደውሉ።

## ተጨማሪ መረጃ

ቁጥራቸው ከ5 በላይ የሆኑ ሰዎች መሰባሰብ ከልክል ነው።

መጋቢት 2020 የፌዴራሉ ምክር ቤት (Bundesrat) ባሳለፈው ውሳኔ ከ5 ሰዎች በላይ ያሉበት ሕዝባዊ ስብሰባ ከልክል ሆኗል። ሕዝባዊ ስብሰባ ማለት ሕዝባዊ ቦታዎች፤ የእግረኞች መንገድ፤ ፓርኮችና የመሳሰሉት ናቸው። ከሌሎች ሰዎች ጋር ከተገናኙ፤ ምንጊዜም በመካከላችሁ የ2 መወትር ርቀት መጠበቃችሁን አረጋግጡ። ይህን ያህል ርቀት ካልጠበቁ፤ የገንዘብ ቅጣት ይቀጣሉ። ቀጣዩ መመሪያ በሁሉም ዕድሜ ላይ ያሉ ሁሉም ሰዎች ላይ ተፈጻሚ ይሆናል። የፌዴራል ምክር ቤት ያሳለፋቸውን ክልላዊዎችና እርምጃዎችና ሁሉንም ምክረ ሃሳቦች ያከብሩ። ራስዎን ይጠብቁ፤ ሌላ ሰውን አይበክሉ!

ከጓደኞቼ ጋር መገናኘት እችላለሁ?

**አጠቃላይ ደንብ፡ ቤት ውስጥ ይቆዩ።** በተለይ ሕመም ያለባቸው ወይም ከ65 ዓመት በላይ ዕድሜ ያላቸው ሰዎች ብቻ በልዩ ሁኔታዎች ብቻ ቤታቸውን ለቅቀው መውጣት ይችላሉ።

**ከአምስት በላይ ሆኖ በሕዝባዊ ቦታዎች መሰባሰብ ከልክል ነው። ይህ ደንብ ሰፊ በሆነ ቤተሰቦች ወይም የቤተሰብ ማህበረሰቦች ላይም ተፈጻሚ ይሆናል።** ይህን ደንብ ካላበሩ ፖሊስ ገንዘብ ሊቀጣዎት ይችላል። አምስት ወይም ከዚያ በታች የሆኑ ሰዎች ባሉበት ስብሰባ ቢያንስ የ2 ሜትር ርቀት መጠበቅ ያስፈልጋል። እርግጥ ነው፤ አንዲት እናት ልጇን በእጇይዛ መሄድ የሚፈቀድላት ሲሆን አባትም አካል ጉዳተኛ ሚስቱን ደግፎ በእግሩ መጓዝ ይችላል።

ማህበራዊ ትስስርዎን በተቻለ መጠን ይቀንሱ። ይህም ማለት፤ ለምሳሌ፡

- ከስራ በኋላ ከጓደኞች ጋር መጠጣት አይኖርም
- የግል ፓርቲ አይኖርም
- ከጓደኞች ጋር እግር ኳስ መጫወት አይኖርም
- ወደ ልጆች የልደት በዓላት ዝግጅቶች መጋበዝ አይኖርም

ከአምስት ሰዎች በላይ ባሉበት ቡድን ውስጥ አይሰባሰቡ፤ የ2 ሜትር ርቀት መጠበቅዎን ያረጋግጡ፤ የንጽህና እና የስነ ምግባር ደንቦችን ያከብሩ።

የምሄድበት ሆስፒታል እኔ የምናገረውን ቋንቋ የማይናገር ወይም የማይረዳ ከሆነ ምን ማድረግ እችላለሁ?

ገና ከመጀመሪያው አስተርጓሚ እንዲመድብልዎት ይጠይቁ። በስልክ አማካይነት የሚሰጡ የማስተርጓሚ አገልግሎቶችም አሉ። ፕሮጌሽናል አስተርጓሚዎች ከተጠሩ፣ እርስዎ ዘመዶችዎን ለአስተርጓሚነት ይዘው መሄድ አያስፈልግዎትም፤ ይህን በማድረግም እነርሱንም ከቫይረሱ ስርጭት መከላከል ይችላሉ። የሕክምና አገልግሎት በሚሰጥበት ጊዜ ምን እየተካሄደ እንደሆነ የመረዳትና ሌሎች እንዲረዱዎ የማድረግ መብት አለዎት። በኮሮና ቀውስ ምክንያት የአስተርጓሚ አገልግሎት ወጪ የሚሰፈነው በጤና ኢንሹራንስ መሆኑን የሆስፒታሉ ሰራተኞች ያሳውቁ።

ቤት ውስጥ መቆየትና ምግብ ወይም መድኃኒት መፈለግ አለብዎት?

ወይም ሌላን ሰው ማገዝ ይፈልጋሉ?

የአቅራቢያዎን መኖሪያ አካባቢ ይመልከቱ፡

- ከሌላ ሰው እርዳታ መጠየቅ ይችላሉ?
- ወይም እርዳታ ሊሰጡት የሚችሉት ሰው አለ?

ተጨማሪ አማራጮች፡

- በአቅራቢያዎ ያለ ባለስልጣን ያነጋግሩ
- App «Five up» የተባለውን መተግበሪያ ይጠቀሙ
- በቀጣዩ ድረ ገጽ ይመልከቱ፡ [www.hilf-jetzt.ch](http://www.hilf-jetzt.ch) / [www.aide-maintenant.ch](http://www.aide-maintenant.ch)

ቀጣዩ ሁኔታ በዚህ አውድ ላይም ተፈጻሚ ይሆናል፡ የስነ ምግባርና የንጽህና ደንቦች ምንጊዜም መረጋገጥና መከበር አለባቸው።

ልጆች አሉዎት?

ልጆች በአያቶቻቸው ወይም ሌሎች ተጋላጭ በሆኑ ሰዎች መጠበቅ አለባቸው። ልጆች ሲጫወቱ ቁጥራቸው ከአምስት አለመብለጡን ያረጋግጡ። የልጆች ስብስብ አንድ ላይ መሆን አለባቸው፤ ለምሳሌ፡ ተመሳሳይ ልጆች ምንጊዜም አንድ ላይ መጫወት አለባቸው። ልጆቹ በሚጫወቱበት ወቅት አዋቂዎች በቡድን መሰባሰብ የለባቸውም።

ጭንቀት ይሰማዎታል ወይም ሊያወሩት የሚፈልጉት ሰው አለ?

መረጃዎችን እዚህ ያገኛሉ፡

- ኢንተርኔት ላይ፡ [www.dureschnufe.ch](http://www.dureschnufe.ch) / [www.santepsy.ch](http://www.santepsy.ch) / [www.salutepsi.ch](http://www.salutepsi.ch)
- በስልክ ሐኪም ለማናገር 143 (Die Dargebotene Hand)

ቤት ውስጥ ስጋት አለብዎት? እርዳታ ወይም ጥበቃ ያስፈልግዎታል?

- ወደዚህ ድረ ገጽ ገብተው [www.opferhilfe-schweiz.ch](http://www.opferhilfe-schweiz.ch) / [www.aide-aux-victimes.ch](http://www.aide-aux-victimes.ch) / [www.aiuto-alle-vittime.ch](http://www.aiuto-alle-vittime.ch) በመላው ስዊዘርላንድ ውስጥ ማንነታቸው ሳይገለጹ የምክርና የጥበቃ አገልግሎት ሰጪዎች የስልክ ቁጥሮችና የኢሜይል አድራሻ ማግኘት ይችላሉ።
- **አጣዳፊ ሁኔታ ሲከሰት፣** ወደ ፖሊስ ይደውሉ፡ ስልክ ቁጥር **117**

ሌሎች ጠቃሚ የስልክ ቁጥሮች፡

- **የድንገተኛ ጊዜ አምቦላንስ ስልክ (Sanitätsnotruf) 144፡** ይህ አገልግሎት በመላው ስዊዘርላንድ ውስጥ ለድንገተኛ ሕክምና አገልግሎት ዘወትር ክፍት ነው።
- ስለ አዲሱ ኮሮና ቫይረስ **የአንላይን መረጃ፡** አዲሱን ኮሮና ቫይረስ የሚመለከቱ ጥያቄዎችን ወደ ስልክ ቁጥር **058 463 00 00** በመደወል ምላሽ ያገኛሉ።
- **የቤተሰብ ዶክተር ከሌለዎት፡ Medgate** በስልክ ቁጥር 0844 0844 911 በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀንና በዓመት 365 ቀን አገልግሎት ይሰጣል።

**በስራ ቦታ ላይ ራሳችንን የምንጠብቅበት መንገድ ይህ ነው።**

ስዊዘርላንድ ስራ መስራቷን መቀጠል አለባት። የሚችሉ ሰዎች ከቤታቸው ሆነው መስራት አለባቸው። የሚሰሩት በኮንስትራክሽን ሳይታዩ፣ በቸርቻሮ ንግድ ወይም በማምረቻ ድርጅት ከሆነ ግን፣ የ የስነ ምግባርና የንጽህና ደንቦችን ማክበር አለብዎት። አሰሪዎችም ንጽህና እና ርቀትን የተመለከቱ የፌዴራል ደንቦችን የማክበር ግዴታ አለባቸው። ለዚህም ሲባል፣ የሰራተኞችን ደህንነት ለማረጋገጥ የሚያስችሉ አግባብነት ያላቸው ድርጅታዊና ቴክኒካዊ እርምጃዎች መወሰድ አለባቸው። እነዚህን ደንቦች ለመተግበር ያልፈለጉ ወይም ያልቻሉ ድርጅቶች ሊዘጉ ይችላሉ።

**ሃገርዎ በስራዎ እንድትቀጥል በማድረግም እናመሰግናለን።**

## አዲሱ ኮሮና ቫይረስ ምንድን ነው? SARS-CoV-2 እና COVID-19 ምንድን ነው?

አዲሱ ኮሮና ቫይረስ ቻይና ውስጥ በ2019 መጨረሻ ላይ የተገኘ ሲሆን በማዕከላዊ ቻይና የምትገኘው ውሃን ከተማ ውስጥ ታይቶ በማይታወቅ መጠን የሳምባ ምች ወረርሽኝ ተቀስቅሶ ነበር። ቫይረሱ SARS-CoV-2 የሚል ስያሜ የተሰጠው ሲሆን ይህ ቫይረስ Middle-East Respiratory Syndrome» MERS እና Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) ከሚባሉት ቫይረሶች ጋር በተመሳሳይ ቤተሰብ ውስጥ የሚገኝ ነው።

በአዲሱ የኮሮና ቫይረስ ምክንያት የሚከሰተው በሽታ ፌብሩዋሪ 11/2020 በዓለም የጤና ድርጅት ስያሜ አግኝቷል፡ COVID-19፤ «የኮሮና ቫይረስ በሽታ 2019» ወይም በጀርመንኛ Coronavirus-Krankheit 2019 በአጭሩ ሲጻፍ ማለት ነው።

በአሁኑ ጊዜ ያለው መረጃ እንደሚጠቁመው፤ እንስሳት በሽታውን ወደ ሰዎች ያስተላለፉት ሲሆን አሁን ደግሞ ከሰው ወደ ሰው እየተሰራጨ ነው። በሽታው የተነሳው ከዓሳ ሆኖ በውሃን ከተማ ውስጥ ከሚገኝ የእንስሳት ገቢያ የተጀመረ ነው፤ ይህ ገቢያ በአሁኑ ጊዜ በቻይና ባለስልጣናት እንዲዘጋ ተደርጓል።

**ተጨማሪ መረጃ፡**

[www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch)

[www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus)

(ጀርመንኛ፣ ፈረንሳይኛ፣ ጣሊያንኛ፣ እንግሊዝኛ)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

**Bundesamt für Gesundheit BAG**  
**Office fédéral de la santé publique OFSP**  
**Ufficio federale della sanità pubblica UFSP**  
**Federal Office of Public Health FOPH**