Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

የፌዴራል የቤት ጉዳዮች መምሪያ ኢ.ኢ.አ. EDI
የፌዴራል የህዝብ ጤና ቢሮ BAG

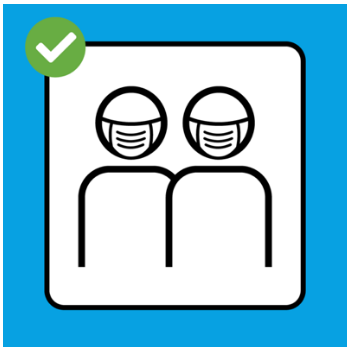
አዲሱ ኮሮና ቫይረስ በ 06.07.2020 ዘምኗል

ራሳችንን የምንጠብቅበት መንገድ ይህ ነው.

የመረጃ ቅጽ

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

በሕዝብ ትራንስፖርት ላይ የአፍና አፍንጫ መሸፈኛ (ማስክ) ማድረግ ግዴታ ነው



የንጽህና እና የባህርይ ደንቦችን መከተልዎን ይቀጥሉ። አዲሱ ኮሮና ቫይረስ ከዚህ በላይ እንዲሰራጭ አንፈልግም።

የበሽታው ምልክቶች ካሉ፣ ወዲያውኑ ይመርመሩና እቤትዎ ይቆዩ።

ንክኪ ያላቸውን ሰዎች ለመከታተል ሲባል፣ እባክዎ በተቻለ መጠን የመገኛ አድራሻዎችን ይስጡ።

የምርመራው ውጤት ፖዘቲቭ ከሆነ፡ ራስዎን ከሌሎች ሰዎች ይነጥሉ። ተመርምሮ ፖዘቲቭ ከሆነ ሰው ጋር ንክኪ ከነበረዎት፡ ወደ ለይቶ ማቆያ ይገባሉ።

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።

ሕዝቡን ከአዲሱ ኮሮና ቫይረስ ለመጠበቅ ሲባል የተወሰዱት እርምጃዎች እየላሉ በመሆኑ፣ ቁጥራቸው የበዛ ሰዎች በሕዝባዊ ቦታዎች መዘዋወር ጀምረዋል። Bundesrat በግለሰቦች ሃላፊነት ላይ ከፍተኛ እምነት ማሳደሩን ይቀጥላል። ርቀት መጠበቅ፣ የንጽህና ደንቦችና የጥበቃ ጽንሰ ሃሳቦች ወሳኝነታቸው የሚቀጥል ሲሆን አዳዲስ ኢንፌክሽኖች እንዳይከሰቱና የተጠቂዎች ቁጥርም እንዳያሻቅብ ለመከላከል ያግዛሉ።

በሰዎች መካከል የ 1.5 ሜትር ርቀት ለመጠበቅ ካልተቻለ ከፍተኛ የሆነ በኢንፌክሽን የመጠቃት ስጋት አለ። ይህ በማንኛውም ጊዜ ሊከሰት ይችላል፣ በተለይም በሕዝብ ትራንስፖርት ውስጥ። ከጁን ወር አጋማሽ ጀምሮ የታየውን የጉዞ ቁጥር መጨመርና የተጠቂዎች ቁጥር መጨመርን ከግምት ውስጥ በማስገባት፣ Bundesrat የመከላከያ እርምጃዎችን የጨመረ ሲሆን ከጁላይ 6/2020 ጀምሮ በሁሉም የሕዝብ ትራንስፖርት ላይ ማስክ ማድረግ አስገዳጅ እንዲሆን ወስኗል።

የግል ሃላፊነት ወሳኝ እንደሆነ ይቆያል፡ እራስዎን ከኢንፌክሽን ለመከላከል የተሻለው መንገድ እጆችዎን በተደጋጋሚ በሳሙና መታጠብና ርቀትዎን መጠበቅ ነው።

የንጽህና እና የባህርይ ደንቦችን መከተልዎን ይቀጥሉ። ምንም ቢሆን፣ አዲሱ ኮሮና ቫይረስ በድጋሚ በስፋት መሰራጨት የለበትም።

ተላላፊ እና ስጋቶች

<u>እነዚህ የንጽህና እና የስነ ምግባር ደንቦች በጣም አስፈላጊ የሆኑት ለምንድን ነው?</u>

ኖቭል ኮሮና ቫይረስ አዲስ የተከሰተ ቫይረስ ሲሆን የሰው ልጅ **እስካሁን ድረስ ተፈጥሯዊ በሽታ የመቋቋም አቅም (የመከላከያ ስርዓት) አልገነባም። 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፡

እነርሱም፡

- **ዕድሜያቸው 65 ዓመትና ከዚያ በላይ የሆናቸው ሰዎች**
- **የሚከተሉት ነባር የጤና ችግሮች ያሉባቸው አዋቂዎች፡**
- **ከፍተኛ የደም ግፊት፣**
- **የስኳር በሽታ፣**
- **የደም ዝውውር ስርዓት መታወክ፣**
- **ስር የሰደደ የመተንፈሻ አካል በሽታ፣**
- **ካንሰር እና**
- **የሰውነትን በሽታ የመከላከል ስርዓት የሚያዳክሙ በሽታዎችና ቴራፒዎች።**

ወይም፡

  - **ከመጠን ያለፈ የሰውነት ውፍረት መጨመር (የሰውነት ክብደት መጨመር፣ BMI 40 ወይም ከዚያ በላይ ሲሆን)**

በተለየ ሁኔታ ተጋላጭ ከሆኑ ሰዎች መካከል መሆን አለመሆንዎትን በተመለከተ እርግጠኛ ካልሆኑ፣ እባክዎ ዶክተርዎን ያነጋግሩ።

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 ኢጋዥ የመተንፈሻ መሳሪያዎች ቁጥራቸው ውስን በመሆኑ ነው።

<u>ዕድሜዎ ከ65 ዓመት በላይ ነው ወይም ከላይ ከተዘረዘሩት ነባር የጤና ችግሮች መካከል አንደኛው አለብዎት?</u>

እንደዚያ ከሆነ፣ የሚከተሉት እርምጃዎች ተፈጻሚ ይሆናሉ፡

- ንጽህና እና ባህርይን የሚመለከቱ ደንቦችን በጥብቅ እስካከበሩ ድረስ ከቤትዎ መውጣት ይችላሉ። ሰዎች ከሚበዙባቸው ቦታዎች (ለምሳሌ፡ የባቡር ጣቢያዎች፣ የሕዝብ ትራንስፖርት) እና የሰው እንቅስቃሴ የሚበዛባቸው ሰዓታት (ለምሳሌ፡ የቅዳሜ ሸመታ፣ መደበኛ የምልልስ ጉዞ ማድረግ)
- ከሰዎች ጋር አላስፈላጊ ንክኪን በማስወገድ ከሌሎች ሰዎች ቢያንስ ከ 1.5 ሜትር ርቀትን ይጠብቁ።
- ከተቻለ፣ ሸመታውን ጓደኛ ወይም ጎረቤት እንዲፈጽምልዎ ያድርጉ ወይም በኦንላይን ወይም በስልክ ይዘዙ። በአካባቢዎ ባለ ባለስልጣን ወይም በኢንተርኔት አማካይነት ከተለያዩ ድርጅቶች የድጋፍ አገልግሎቶችን ማግኘት ይችላሉ።
- ለቢዝነስና ለግል ስብሰባዎች፣ ስልክ፣ Skype ወይም ተመሳሳይ ዘዴን ቢጠቀሙ ይመረጣል።

በዶክተር መታየት ካለብዎት፣ የግል መኪናዎን ወይም ብስክሌት ይጠቀሙ ወይም በእግርዎ ይሂዱ። ይህ የማይቻል ከሆነ፣ ታክሲ ይጠቀሙ። ከሌሎች ሰዎች ቢያንስ የሁለት ሜትር ርቀት ይጠብቁ፣ የንጽህና ደንብንም ይከተሉ። ምክረ ሃሳብ፡ ርቀት መጠበቅ የማይቻል ከሆነ፣ ማስክ ያድርጉ።

ስራ ላይ ከሆኑና በነባር ሕመም ምክንያት ለስጋት ከተጋለጡ፣ አሰሪዎ ጥበቃ ሊያደርግልዎት ይገባል።

ጠቃሚ መረጃዎችን በ Unia Switzerland በኩል ማግኘት ይችላሉ፡ በስራ ላይ ያለዎት መብቶች
https://www.unia.ch/de/arbeitswelt/von-a-z/coronavirus

እንደ ሳል (አብዛኛውን ጊዜ ደረቅ ሳል)፣ የጉሮሮ መቁሰል፣ የትንፋሽ ማጠር፣ ትኩሳት፣ የትኩሳት ስሜት፣ የጡንቻ ሕመም ወይም ድንገተኛ የሆነ የማሽተት እና/ወይም የመቅመስ ችሎታዎን ማጣትን የመሳሰሉ የሕመም ምልክቶች መካከል አንዱ ወይም ከአንድ በላይ አለብዎት? **ካለብዎት፣ ወዲያውኑ ለዶክተር ወይም ለሆስፒታል ይደውሉ። ቅዳሜና እሁድን ጨምሮ።** የሚታዩብዎትን ምልክቶች ይግለጹና ለስጋት በጣም ተጋላጭ ከሆኑ ሰዎች መካከል መሆንዎትን ይናገሩ።

ኖቭል ኮሮና ቫይረስ የሚተላለፈው እንዴት ነው?

ኖቭል ኮሮና ቫይረስ በዋነኛነት የሚተላለፈው በቅርብና ረዘም ባለ ንክኪ አማካይነት ነው፡ ከታመመ ሰው ከ 1.5 ሜትር ባነሰ ርቀት ውስጥ ከተገኙ።

የመተላለፊያ መንገዶች

- **በጠብታዎች፡** ሕመምተኛው ሰው ካስነጠሰ ወይም ካሳለ፣ ቫይረሶቹ 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።

ማንኛውም ሰው በሕዝባዊ ቦታዎች ላይ ማስክ ማድረግ አለበት?

የለም፣ ጤናማ ሰዎች በሕዝባዊ ቦታዎች ላይ ማስክ እንዲያደርጉ አንመክርም። ማስክ ማድረጉ በኮሮና ቫይረስ ከመጠቃት አይከላከልላቸውም። ***ማስክ መደረግ ያለበት ርቀትን መጠበቅ ካልተቻለ ነው።***

ይሁን እንጂ፣ ቀደም ሲል በቫይረሱ የተያዘ ሰው ማስክ ካደረገ ቫይረሱን ወደ ሌሎች እንዳያስተላልፍ ሊከላከል ይችላል።

ከሌሎች ሰዎች ጋር የ 1.5 ሜትር ርቀት መጠበቅ የማይችሉ ከሆነ የአፍና አፍንጫ መሸፈኛ ማስክ እንዲያደርጉ እንመክራለን። የሕዝብ ትራንስፖርት የሚጠቀሙ ሰዎች ማስክ እንዲያደርጉ አጥብቀን እንመክራለን።

የንግድ ስራ ጽንሰ ሃሳብ ማስክ እንዲያደርጉ የሚያስገድድዎን አገልግሎት የሚጠቀሙ ከሆነ ማስክ ማድረግ አለብዎት።

ተጨማሪ፡ ርቀት የመጠበቅና የንጽህና ደንቦችን ይከተሉ።

አያቶች የልጅ ልጆቻቸውን ለመንከባከብ ይፈቀድላቸዋል?

ዕድሜያቸው ከ 65 ዓመት በላይ የሆነ ሰዎች የተለየ ስጋት አለባቸው። በተለይም ራሳቸውን መጠበቅ አለባቸው። ይህ ሁኔታ አብዛኛውን ጊዜ አያቶችንም ይመለከታል። በመጨረሻ፣ አያቶች የልጅ ልጆቻቸውን መንከባከብ ያለባቸው መሆን አለመሆኑን ራሳቸው መወሰን አለባቸው። በማንኛውም ሁኔታ፣ ለአያቶች የሚከተሉትን ምክረ ሃሳቦች እንሰጣለን፡

- የንጽህና እና የስነ ምግባር ደንቦችን ይከተሉ፤ ለምሳሌ እጆችዎን በተደጋጋሚ በመታጠብ፣ ከልጆች ጋር መጠጫ ብርጭቆ ባለመጋራትና ከወላጆች ርቀትን በመጠበቅ።
- ከፍተኛ የሰው መጨናነቅ ካለባቸው ቦታዎች መራቅ፤ ለምሳሌ፡ ሰው በሚበዛበት ሰዓት የባቡር ጣቢያዎች ወይም የሕዝብ ትራንስፖርት አለመጠቀም።

እርስዎ ወይም ልጁ ሕመም ካለባችሁ፣ የሕመም ምልክቶቹ ቀላል ቢሆኑም እንኳን ልጆችን አይንከባከቡ።

የሕመም ምልክቶች፣ የበሽታ ልየታ 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፣ ሙቀት መሰማት
- 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 የተለያየ የክብደት ደረጃ ያላቸው ሲሆን፣ መጠነኛም ሊሆኑ ይችላሉ። እንደ ሳምባ ምች ያሉ የጤና ችግሮችም ሊከሰቱ ይችላሉ።

ከእነዚህ የተለመዱ ምልክቶች መካከል አንድ ወይም ከዚያ በላይ ካለብዎት፣ በአዲሱ የኮሮና ቫይረስ ተጠቅተው ሊሆን ይችላል።

ይህ ሁኔታ ከተከሰተ:

- **ከቤትዎ አይውጡ።**
- **የኮሮና ቫይረስ ማጣሪያ ያድርጉ (የድረ ገጽ ማስፈንጠሪያ ከቀጣይ አንቀጽ ተመልከት) ወይም ለዶክተርዎ ይደውሉ። በኦንላይን ማጣሪያ ወይም በስልክ ለሚቀርቡልዎ ጥያቄዎች ሁሉ መልስ ይስጡ። ማጣሪያው ሲጠናቀቅ፣ መውሰድ ያለብዎትን እርምጃ በተመለከተ ምክረ ሃሳቦች እና አስፈላጊ ከሆነም ምርመራ እንዲያደርጉ መመሪያዎች ይደርሱዎታል።**
- **"ራስን አግልሎ መቆየት" መመሪያዎችን ያንብቡና (http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads) ወጥነት ባለው መልኩ ይተግብሯቸው።**

ዕድሜዎ ከ65 ዓመት በላይ ከሆነ ወይም ነባር ሕመም ካለብዎት፣ የሚከተለውን ይተግብሩ: ከተለመዱት ምልክቶች መካከል አንዱ ወይም ከዚያ በላይ ካለብዎት፣ ቅዳሜና እሁድ ቢሆንም እንኳን ወዲያውኑ ለዶክተር ወይም ለሆስፒታል ይደውሉ። ።

ምን ዓይነት ባህርይ ማሳየት እንዳለብዎት እርግጠኛ አይደሉም?

ስለ ኮሮና ቫይረስ ሁኔታዎ ለማወቅ ወደ https://check.bag-coronavirus.ch/screening, ይግቡ፣ ጥቂት ጥያቄዎችን ከመለሱ በኋላ ምን ዓይነት እርምጃ መወሰድ እንዳለበት ምክረ ሃሳብ ከፌዴራል የሕዝብ ጤና ጽ/ቤት ይደርስዎታል (በጀርመንኛ፣ ፈረንሳይኛ፣ ጣሊያንኛ እና እንግሊዝኛ)።

በቀጣዩ የቮድ ካንቶን ድረ ገጽ ሲገቡ https://coronavirus.unisante.ch/evaluation በሌሎች 8 ቋንቋዎች የተዘጋጀ የኮሮና ማጣሪያ ያገኛሉ።

የኮሮና ቫይረስ ማጣሪያው በባለሙያ የሚሰጥ የሕክምና ምክር፣ የበሽታ ልየታ ወይም ሕክምናን የሚተካ አይደለም። በማጣሪያው ውስጥ የተገለጹት የሕመም ምልክቶች ከሌሎች በሽታዎችም ጋር ሊያያዙ ስለሚችሉ የተለየ ሕክምና ያስፈልጋቸዋል።

እየተባባሰ የሚሄድ ወይም የሚያስጨንቅዎ ነባር የሕመም ምልክቶች ካሉብዎ፣ ምንጊዜም ከዶክተር ጋር ይመካከሩ።

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።

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

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

ተጨማሪ መረጃ

<u>የተፈቀዱት ዝግጅቶች የትኞቹ ናቸው ?</u>

እስከ 300 የሚደርሱ ሰዎች የሚሳተፉባቸው በግለሰብና በመንግስት የሚዘጋጁ ፕሮግራሞች የተፈቀዱ ናቸው። በዚህም ውስጥ የሚካተቱት የቤተሰብ ዝግጅቶች፣ የንግድ ትርኢቶች፣ ኮንሰርቶች፣ የቴአትር ዝግጅቶችና የፊልም ማሳያዎች፣ የፖለቲካና የሲቪል ማህበረሰብ ሰልፎች፣ የስፖርት ዝግጅቶችና የክለብ እንቅስቃሴዎች ናቸው።

የግል ዝግጅቶችና የቤተሰብ ፕሮግራሞች፡ እነዚህ ዝግጅቶች ከቤት ውጭ ሊካሄዱ ይችላሉ። ለዚህኛው የሚያስፈልግ የጥበቃ ጽንሰ ሃሳብ የለም። ይሁን እንጂ፣ አዘጋጁ የተሳታፊዎችን ስም ዝርዝር ከመገኛ አድራሻቸው ጋር (መጠሪያ ስም፣ የአያት ስም፣ ስልክ ቁጥር) መያዝ አለበት።

ሕዝባዊ ፕሮግራሞችና የስፖርት ዝግጅቶችና ውድድሮች፡ ለእነዚህ ዝግጅቶች የጥበቃ ሃሳቦች መኖር አለባቸው።

የቅርብ አካላዊ ንክኪ ያለባቸው ውድድሮች (ጁዶ፣ ነጻ ትግል፣ ወዘተ...) እስከ ጁላይ 6 ድረስ አልተፈቀዱም።

እባክዎ ያስተውሉ፡ በዝግጅቱ የታደሙ ሰዎችን ደህንነት ለመጠበቅ ሲባል፣ ርቀትን የመጠበቅና የንጽህና አጠባበቅ ደንቦች መከበር አለባቸው።

<u>የአዳዲስ ኢንፌክሽኖች ቁጥር ሳይቀንስ እንደገና ቢጨምርስ?</u>

ሁኔታው በሚቀየርበት መጠን ይለያያል። የአዳዲስ ኢንፌክሽኖች ቁጥር እንደገና ከጨመረ፣ የፌዴራል ምክር ቤት እርምጃዎችን ለማላላት የተያዘውን ዕቅድ ያራዝማል ወይም ቀደም ሲል ተግባራዊ የተደረጉ የማላላት እርምጃዎችን በከፊል ይቀለብሳል። በጥበቃ ጽንሰ ሃሳቦች ላይም ማስተካከያዎች መደረግ ይኖርባቸዋል።

እገዛ ማግኘት።

<u>የምሄድበት ሆስፒታል እኔ የምናገረውን ቋንቋ የማይናገር ወይም የማይረዳ ከሆነ ምን ማድረግ እችላለሁ?</u>

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

<u>ቤት ውስጥ መቆየትና ምግብ ወይም መድኃኒት መፈለግ አለብዎት?</u>
<u>ወይም ሌላን ሰው ማገዝ ይፈልጋሉ?</u>

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 / www.aide-maintenant.ch

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

<u>ልጆች አሉዎት?</u>

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።

<u>ጭንቀት ይሰማዎታል ወይም ሊያወሩት የሚፈልጉት ሰው አለ?</u>
መረጃዎችን እዚህ ያገኛሉ፡

- ኢንተርኔት ላይ፡ www.dureschnufe.ch / www.santepsy.ch / 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 / www.aide-aux-victimes.ch / www.aiuto-alle-vittime.ch በመላው ስዊዘርላንድ ውስጥ ማንነታቸው ሳይገለጽ 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 አምቡላንስ ስልክ** (Sanitätsnotruf) **144**፡ ይህ አገልግሎት በመላው ስዊዘርላንድ ውስጥ ለድንገተኛ ሕክምና አገልግሎት ዘወትር ክፍት ነው።
- ስለ አዲሱ ኮሮና ቫይረስ **የኦንላይን መረጃ**፡ አዲሱን ኮሮና ቫይረስ የሚመለከቱ ጥያቄዎችን ወደ ስልክ ቁጥር **058 463 00 00** በመደወል ምላሽ ያገኛሉ።
- **የቤተሰብ ዶክተር ከሌለዎት፡ Medgate** በስልክ ቁጥር **0844 844 911** በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀናትና በዓመት 365 ቀናት አገልግሎት ይሰጣል።

ወደ ስራ መመለስ

የፌዴራሉ ምክር ቤት በሕዝብ ትራንስፖርት ላይ የሚፈጠረውን የሰው መጨናነቅ ለማስቀረት ሲባል ሰዎች በተቻለ መጠን ከቤታቸው ሆነው ስራቸውን እንዲሰሩ ምክረ ሃሳብ መስጠቱን ይቀጥላል። ይሁን እንጂ፣ ወደ ስራ መመለስ ያለብዎት መሆን አለመሆኑንና መቼስ መመለስ እንዳለብዎት የሚወስነው አሰሪዎ ነው።

ስራ ላይ ከሆኑና በነባር ሕመምዎ ምክንያት ለስጋት ከተጋለጡ፣ አሰሪዎ ጥበቃ ሊያደርግልዎት ይገባል።

የኮሮና ቫይረስ ምርመራዎችና ንክኪ ያለባቸውን ሰዎች ተከታትሎ ማግኘት የኢንፌክሽኑን ሰንሰለት ያስቆመዋል።

እነዚህ ሁለት እርምጃዎች በጣም አስፈላጊ የሆኑበት ምክንያት።

ወደ "መደበኛ"ሕይወት ለመመለስ፣ የበሽታ ምልክት ያለባቸው ሁሉም ሰዎች፣ ምልክታቸው ቀላል ቢሆንም እንኳን ለአዲሱ የኮሮና ቫይረስ በቶሎ መመርመር አለባቸው። ከምርመራው በተጨማሪ፣ ሁሉም ሰዎች ለክትትል እንዲያመች ሲባል ለምሳሌ ሬስቶራንት ውስጥ የመገኛ አድራሻቸውን መስጠት አለባቸው። ምክንያቱም በቫይረሱ የተያዙ ሰዎች የጤናማነት ስሜት እየተሰማቸውም ቢሆን በሽታውን ማስተላለፍ ጀምረው ሊሆን ይችላል። ስለዚህ፣ ምርመራዎችና ንክኪዎችን መከታተል የኢንፌክሽኑን ሰንሰለት ለማስቆም ያስችላል።

የኮሮና ቫይረስ ምርመራ ውጤት ፖዘቲቭ ከሆነ፣ ቫይረሱ ካለበት ሰው ጋር ንክኪ ያላቸውን ሰዎች መከታተል ይጀመራል..

- የወረዳው ባለስልጣናት በቫይረሱ ከተጠቃ ሰው ጋር በመመካከር ከማን ጋር ንክኪ እንደነበረው/ራት ያረጋግጣሉ።
- ባለስልጣናት ንክኪ ለነበራቸው ሰዎች ተከስቶ ስለሚሆን ኢንፌክሽንና እንዴት መቀጠል እንደሚቻል ያሳውቃሉ።
- እነዚህ ሰዎች ምንም ዓይነት የሕመም ምልክት ባይኖራቸውም እንኳን፣ ለይቶ ማቆያ ውስጥ መግባት አለባቸው። ይህ ግዴታ በቫይረሱ ከተጠቃ ሰው ጋር የመጨረሻ ንክኪ ከተደረገበት ጊዜ አንስቶ ለአስር ቀናት ተፈጻሚ ይሆናል። እባክዎ “ለይቶ ማቆያ”ን የሚመለከቱ መመሪያዎችን አንብበው (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads) በሚገባ ይከተሏቸው።
- በዚህ ጊዜ ውስጥ ኢንፌክሽን ካልተገኘ፣ ባለስልጣናት አስገዳጅ ለይቶ ማቆያውን እንደገና ያስቀራሉ።

በሕዝብ ትራንስፖርት ላይ የአፍና አፍንጫ መሸፈኛ (ማስክ) ማድረግ ግዴታ ነው

ማስክ የማድረግ ግዴታ ተግባራዊ የሚሆነው የት ነው?

ማስክ የማድረግ ግዴታ በሁሉም የሕዝብ ትራንስፖርት ላይ ተግባራዊ ይደረጋል፤ ማለትም ባቡሮች፣ ትራሞችና አውቶብሶች እንደዚሁም የኬብል መኪናዎችና ጀልባዎችን ይጨምራል። የበረዶ ሊፍቶችና የወንበር ሊፍቶች በዚህ ውስጥ አይካተቱም።

ለጨቅላ ሕጻናትና ሌሎች ሰዎች የሚደረጉ ልዩ ሁኔታዎች አሉ?

ዕድሜያቸው ከአስራ ሁለት ዓመት በታች የሆኑ ልጆች ማስክ ከማድረግ ግዴታ ነጻ ናቸው። በተጨማሪም፣ በተለየ ምክንያት በተለይም በጤና ምክንያት ማስክ ማድረግ የማይችሉ ሰዎችም ከዚህ ግዴታ ነጻ ናቸው።

ባቡሩ ወይም አውቶቡሱ የመጫን አቅሙን ግማሽ ሰው በያዘበት ወቅትም ማስክ ማድረግ አለብኝ?

የሕዝብ ትራንስፖርት ላይ የተሳፈሩት ሰዎች ቁጥር ምንም ያህል ቢሆን ማስክ የማድረግ ግዴታ ተግባራዊ ይደረጋል። ምን ያህል ሰዎች እንደሚሳፈሩ አስቀድሞ ማወቅ አይቻልም።

የስራ መግቢያና መውጫ ሰዓታት፣ እንደዚሁም በበዓላት ቀናት የሚደረግ የመዝናኛ ጉዞን ከግምት ውስጥ በማስገባት፣ ከፍተኛ ቁጥር ያላቸው ተሳፋሪዎች እንደሚኖሩ ይጠበቃል።

ማስክ ከሌለኝ፡ ፊቴንና አፍንጫዬን በአንገት ስካርፍ ወይም በሌላ ልብስ መሸፈን እችላለሁ?

የለም፣ ማስክ የማድረግ ግዴታ በስካርፍ ወይም በልብስ መፈጸም አይቻልም። ሁለቱም ኢንፌክሽንን በበቂ ሁኔታ ለመከላከል የሚያስችሉ ሲሆን ከሌሎች የሚመጣ ኢንፌክሽንን የመከላከል አቅማቸው ግን ውስን ነው። የሃይጅን ማስክ ወይም በኢንዱስትሪ ደረጃ የተመረተ የጨርቃ ጨርቅ ማስክ መደረግ አለበት።

ተሳፋሪዎች ማስክ ማድረጋቸውን የሚቆጣጠረው ማነው?

የቁጥጥርና የማስፈጸም ስራዎችን የሚሰሩት የባቡር ሰራተኞች እና የባቡር ጣቢያ ፖሊስ ወይም የጸጥታ አገልግሎት ሰራተኞች ናቸው።

ማስክ ለማድረግ ፈቃደኛ ባልሆንስ?

ማስክ ለማድረግ ፈቃደኛ ያልሆኑ ሰዎች ቀጣዩ ፌርማታ ላይ ከተሽከርካሪው መውረድ አለባቸው።

አንድ ሰው የጥበቃ ሰራተኞችን ጥያቄ ለመፈጸም እምቢተኛ ከሆነና ከተሽከርካሪው ካልወረደ፣ ትእዛዝ ባለመፈጸሙ ምክንያት የገንዘብ ቅጣት ሊጣልበት ወይም ሊጣልባት ይችላል (በመደበኛው የቅጣት አሰራር፣ የፖሊስ ቅጣት የለም)።

በሁሉም ሕዝባዊ ቦታዎች ላይ ማስክ ማድረግ ግዴታ ያልሆነው ለምንድን ነው?

በሕዝብ ትራንስፖርት ላይ በርካታ ሰዎች ለረዥም ጊዜ ተቀራርበው ስለሚጓዙ የበሽታውን የመሰራጨት ስጋት ይጨምረዋል። በተጨማሪም፣ በቦታው ላይ ያሉት ሰዎች ዝርዝር መረጃ አይታወቅም። ይህ ደግሞ አንድ ሰው በ COVID-19 ሲጠቃ ከእርሱ ጋር ንክኪ ያላቸውን ሰዎች ለማወቅ አስቸጋሪ ያደርገዋል።

ለተወሰነ ጊዜ፣ BAG ማስኮች በሕዝባዊ ቦታዎች ላይ ለጤናማ ሰዎች ከለላ አይሰጡም የሚል አቋም ነበረው። አሁን ታዲያ አስገዳጅ የተደረገው በምን ምክንያት ነው?

ማስክ ያደረገ ሰው ሁሉ ሌሎችንም ከበሽታ ይከላከላል። በቫይረሱ የተያዘ ማንኛውም ሰው በሽታው እንዳለበት ሳያውቅና ምልክቶችም ማሳየት ከመጀመሩ በፊት ባሉት ሁለት ቀናት ውስጥ በሽታውን ለሌላ ሰው ሊያስተላልፍ ይችላል። ሁሉም ሰው የተፋፈገ ቦታ ውስጥ ሲሆን ማስክ ካደረገ፣ እያንዳንዱ ሰው በሌሎች ሰዎች ጥበቃ ይደረግለታል። ይህ 100% ለበሽታው መከላከያ ዋስትና ባይሰጥም፣ የቫይረሱን ስርጭት መጠን ግን ይቀንሰዋል።

SwissCovid መተግበሪያ

ለሞባይል ስልኮች በተዘጋጀው የ SwissCovid መተግበሪያ አማካይነት፣ የአዲሱ ኮሮና ቫይረስን ከቁጥጥር ውጭ የሆነ ስርጭት ለመቀነስ እንፈልጋለን። የ SwissCovid መተግበሪያ ተጣሚዎች ቁጥር በጨመረ ቁጥር፣ ተጽእኗቸውም በዚያው መጠን ይጨምራል። የአዲሱ ኮሮና ቫይረስ የምርመራ ውጤቱ ፖዘቲቭ ከሆነ ቢያንስ አንድ ሰው አቅራቢያ ረዘም ያለ ጊዜ የቆየ ማንኛውም ሰው በቫይረሱ ሊጠቃ ስለመቻሉና ስለተጨማሪ ሒደቶች በመተግበሪያው በኩል መረጃ ይደርሰዋል። ግላዊነትዎ የተጠበቀ ይሆናል። መተግበሪያውን የሚጠቀሙት በፈቃደኝነት ሲሆን ከክፍያም ነጻ ነው። መተግበሪያውን ከ Apple's App Store እና ከ Google Play Store ማውረድ ይቻላል።

SwissCovid መተግበሪያ የበሽታውን የስርጭት ሰንሰለት በፍጥነት ለማስቆም ያግዛል

ለሞባይል ስልኮች (Android/iPhone) የተዘጋጀው SwissCovid መተግበሪያ አዲሱነ የኮሮና ቫይረስ ባለበት ቦታ ይዞ ለማስቀረት ያግዛል። መተግበሪያው ዘመናዊውን "ንክኪ መከታተያ" በአጋዥነት ይረዳል፤ ማለትም ወረዳዎች አዳዲስ ኢንፌክሽኖችን እንዲከታተሉ ስለሚያስችል የስርጭት ሰንሰለቶችን ለማስቆም ያግዛል።

የ SwissCovid መተግበሪያ ከ Apple Store እና Google Play Store ማግኘት ይቻላል (በሚከተሉት ቋንቋዎች ይገኛል፡ ጀርመንኛ፣ ፈረንሳይኛ፣ ጣሊያንኛ፣ ሮማኒያ፣ አልባኒያ፣ ቦስኒያ፣ እንግሊዝኛ፣ ክሮኤሽያ፣ ፖርቹጊዝ፣ ሰርቢያ እና ስፓኒሽ)።

- Google Play Store for Android
- Apple Store for iOS

የ SwissCovid መተግበሪያን የሚጠቀሙት በፈቃደኝነት ላይ ተመስርቶ ሲሆን፣ ከክፍያም ነጻ ነው። መተግበሪያውን የሚጭኑና የሚጠቀሙ ሰዎች ቁጥር ሲበዛ፣ አዲሱን የኮሮና ቫይረስ ለመቆጣጠር ይበልጥ ውጤታማ በሆነ መንገድ ያግዛል።

SwissCovid መተግበሪያ የሚሰራው እንዴት ነው?

የ SwissCovid መተግበሪያን በ Apple ወይም Android ሞባይል ስልክዎ ላይ ይጫኑ። እርስዎ ማድረግ ያለብዎት የሞባይል ስልኩን ይዘው ብሉቱዝ ማብራት ብቻ ነው። ከዚያም የሞባይል ስልኩ checksums ተብለው የሚጠሩ የተመሰጠሩ መለያ ቁጥሮችን በብሉቱዝ አማካይነት ይልካል። እነዚህ ረዣዥም ቁምፊዎች ናቸው። ከሁለት ሳምንት በኋላ፣ ሁሉም checksums መሳሪያው በራሱ ጊዜ ያጠፋቸዋል።

መተግበሪያው ከሌሎች የሞባይል ስልኮች ጋር ያለን ቆይታና ርቀት ስም አልባ በሆነ መንገድ ይለካል። **የቅርብ ንክኪ** (ከ1.5 ሜትር በታች የሆነ ቅርበትና በአንድ ቀን ውስጥ ከ15 ደቂቃ በላይ ቆይታ) ሲኖር ይመዘገባል። ይህም ቫይረሱ ሊተላለፍ የሚችልበት ዕድል ሲፈጠር ማለት ነው።

የመልእክት ማሳወቂያው የሚሰራው በሚከተለው መንገድ ነው

የ SwissCovid መተግበሪያ ተጠቃሚው የኮሮና ቫይረስ የምርመራ ውጤቱ ፖዘቲቭ ከሆነ፣ ግለሰቡ ከወረዳ ባለስልጣናት ኮድ (ኮቪድ ኮድ) ይላክለታል። ግለሰቡም በመተግበሪያው ውስጥ ያለውን የማሳወቂያ ተግባር ማሰራት የሚችለው ይህን ኮድ በመጠቀም ብቻ ነው። በዚህ መንገድ፣ በኢንፌክሽኑ ምዕራፍ ወቅት (ምልክቶች ከመታየታቸው ሁለት ቀናት በፊት) የቅርብ ንክኪ የነበራቸውን ሌሎች የመተግበሪያ ተጠቃሚዎች ያስጠነቅቃሉ። ኮዱ ሲገባ፣ ወደ እነርሱ የሚላከው ማሳወቂያ በራስ ሰር መንገድና ስም አልባ ሆኖ ነው።

ማሳወቂያ የደረሳቸው ሰዎች በመተግበሪያው ላይ ወደሚገኝ የመረጃ መስጫ ስልክ መስመር በመደወል ተጨማሪ እርምጃዎችን በተመለከተ ማብራሪያ ማግኘት ይችላሉ። የግል መብትዎ ምንጊዜም የተጠበቀ ነው። ማሳወቂያ የደረሰው ሰው አስቀድሞ የሕመም ምልክቶች የሚታዩበት ከሆነ፣ እቤት ውስጥ መቆየት፣ ከሌሎች ሰዎች ጋር ንክኪ አለማድረግ፣ የኮሮና ቫይረስ ምርመራ ማድረግ ወይም ለዶክተራቸው ስልክ መደወል አለባቸው።

በጋራ ሆነን ከተንቀሳቀስን፣ ሁላችንም የኢንፌክሽኑን ሰንሰለቶች ለመስበር ማገዝ እንችላለን።

የግላዊ መብት ጥበቃ

በ SwissCovid መተግበሪያ የሚሰበሰብ መረጃ በእርስዎ ሞባይል ስልክ ላይ ይከማቻል። ወደ ማዕከላዊ የማከማቻ ቦታዎች ወይም ሰርቨሮች ማንኛውንም የግል ወይም የአድራሻ ነክ መረጃ አይልክም። ስለዚህ፣ እርስዎ ከየትኛው ሰው ጋር ንክኪ እምደነበረዎትና ንክኪው የት እንደተከሰተ ማንም ሰው መረጃውን ማደራጀት አይችልም። የኮሮና ቫይረስ ችግር ሲያበቃ፣ ወይም መተግበሪያው የማይሰራ ከሆነ፣ ሲስተሙ ይዘጋል።

ኢንፌክሽን ሊከሰት የሚችልበት ዕድል ስለመኖሩ ከ SwissCovid መተግበሪያ መልእክት ደርሶኛል። ምርመራ የማድረግ መብት አለኝ?

አዎ፣ ሊከሰት ስለሚችል ኢንፌክሽን መልእክት እንደደረሰዎ፣ ነጻ ምርመራ የማግኘት መብት አለዎት።

የዚህ ምርመራ ዓላማ ቀደም ሲል በቫይረሱ ቢያዙም እስካሁን ምልክት ማሳየት ያልጀመሩ ሰዎችን ለይቶ ለማወቅ ነው። በጣም ከፈጠነም ኢንፌክሽኑ ከተከሰተበት ቀን አንስቶ በኋላ ባሉት 5 ቀናት ውስጥ መደረግ አለበት።

የምርመራ ውጤቱ ፖዘቲቭ ከሆነ፣ የሚመለከተው የወረዳ ባለስልጣን ይደውልልዎትና መወሰድ ስላለባቸው ተጨማሪ ሒደቶች መረጃ ይሰጥዎታል። ይህም የቫይረሱን ስርጭት ባለበት ለመቆጣጠር ያግዛል።

ኢንፌክሽን መከሰቱን ሪፖርት ካደርግኩ በኋላ ቤት ውስጥ ለመቆየት ከወሰንኩ ክፍያዬን ማግኘቴን እቀጥላለሁ?

ኢንፌክሽን ስለመከሰቱ ሪፖርት ከደረሰዎት፣ እባክዎ ለ SwissCovid የመረጃ መስጫ ስልክ ይደውሉ (ሪፖርት ሲደረግ በመተግበሪያው ላይ የስልክ ቁጥር ይታያል)። በእነዚህ ጥያቄዎች ላይ ተገቢውን ምክር ሊሰጡዎት ይችላሉ።

በመርህ ደረጃ፣ በኢንፌክሽን ሪፖርት ምክንያት ቤትዎ ውስጥ የሚቆዩ ከሆነ፣ አሰሪዎ ደመወዝ መክፈሉን የመቀጠል ግዴታ የለበትም።

የደመወዝ ክፍያዎ ሊቀጥል የሚችለው ስልጣን ያላቸው የወረዳ ባለስልጣናት በሚሰጡት ትእዛዝ መሰረት ለይቶ ማቆያ ውስጥ ከገቡ ብቻ ነው።

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 ገበያ የተጀመረ ነው፣ ይህ ገበያ በአሁኑ ጊዜ በቻይና ባለስልጣናት እንዲዘጋ ተደርጓል።

ተጨማሪ መረጃ፡

www.bag-coronavirus.ch

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