



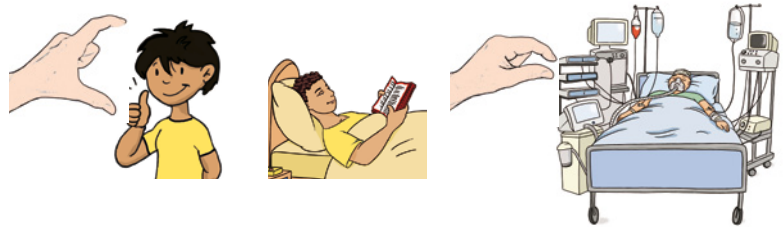
Kornavayrosa nû

Kornavayrosa SARS-CoV-2 dibe sedema newxweşîya COVID-19.

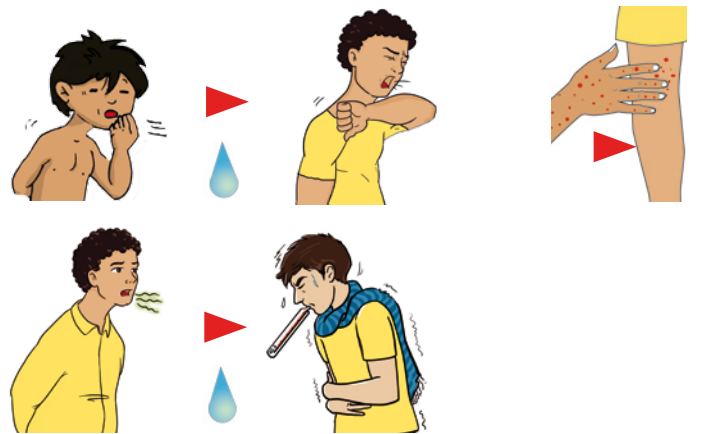
Berjengên: Berjengên bi awayeke asayî di 14 roj piştî vegirtin xwe nîşan dide. Berjengên giştî ta-germ, hişkîya qirrik e, lê herosa hinavçûn, serêş, û êşa leş,ji dest dana çêj, betilîn e.



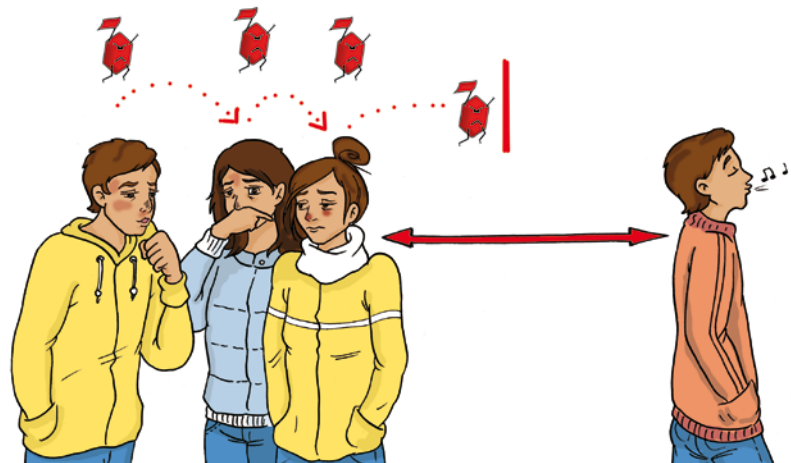
Giranî: Gelek ji wan kesê tûşbû tenê bi awayekê kêr nexweş dibin, lê hinek ji wan bi awayeke ciddî ne û metirsî ji bo jîyana wan e. Wan kesên ku metirsîya ciddî li ser wan e kesên pîr, kesên ku pêşî nexweşiyên ciddî hebûn, û kesên bi sîstema parastina lawaz in.



Veguhestin: Ev vayrus bi hêsanî tête veguhestin. Bi awayeke asayî bi rêya enfeksiyona dilop, carna bi rêya enfeksiyona smîr (zincîre ya enfeksiyon) di kesek ji bo kesekê din vediguheste. Tê wî wata yê ku, gelek caran bi rêya kux, pişkîn, bersivdana kesên di nêzî de û têkilîyên din weke mînak, têkilî bi destên lê îhtîmale ku bi rêya tiştan bihête veguhestin.



Armanç: Armanç qutkirina wî zincîreya enfeksiyon û kêmkirina belavbûna wî vayrûs e.



Pîvanên Parastin

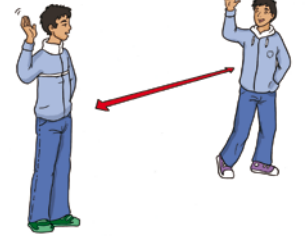
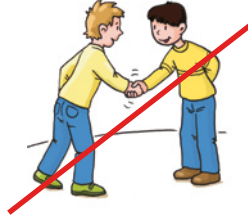
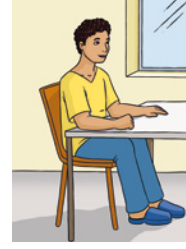
Bi awayeke ciddî tête pêşniyazkirin ku pîvanên jêrî bicih dikî.

Têkilîkirin bi kesên din bi awayek ciddî kêm bike

Li xaniyê bimîne

Ode bi rewşeke pir baş paqij bike

digel kes dest nede (tewqe neke)



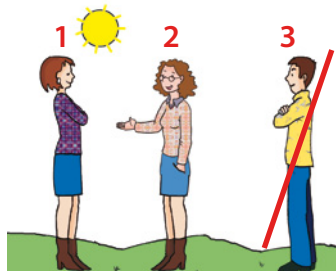
Dema kûx û pişikî anîşka xwe bigire bizirive

Bi berdewamî desta xwe bişo (pevgirêdayî bibîne)

Bi dûriya 1,5-2 metir ji kesên din dûr bikete weke mînak di cihê kirîne de

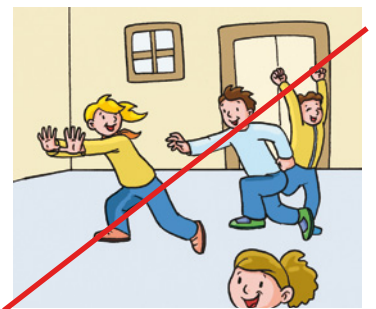
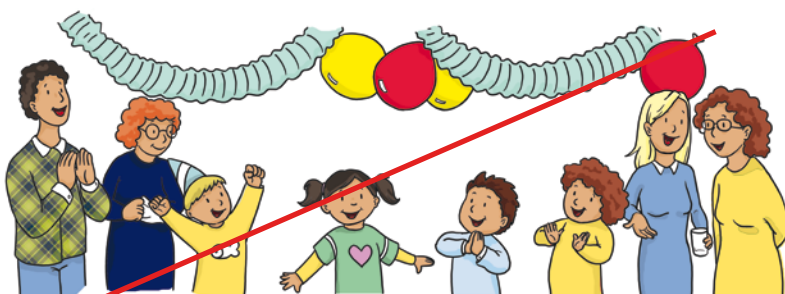
Qedexeya kombûna zêdetir ji 2 kesî

Sînordarîkirina sereke ya derketin



Têkiya civakiya xwe biguhere weke mînak her dem ku bibe bi rêya telefon an Sykpe têkilî bike

Neçe civata taybet û çalakîyên weke mînak, B. ya-neya spor, kombûna civakî, ahengên taybetî yê mezînan

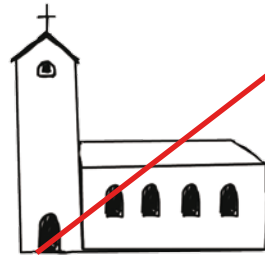


Pîvanên Parastin

Dêûbavên pîr bi nenardina zarokan ji bo serdana wan re biparêzin. Ji kerema xwe bi kesên pîr re têkilî neke.



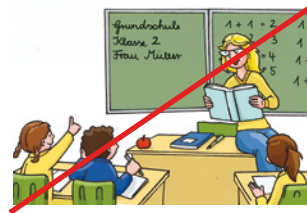
Piraniya bûyeran betal dibin, weke mînak. B. Sînema, Konsêrt, Bûyerên werzişî, şano, Mûze, Xizmetên Kilîsa.



Piraniya xwediyên karî heta cihê mumkîn kara xwe guhertin ji bo hom ofîs.



Piraniya Zanîngeh, Xwendîngeh û Baxçeya Zarokan hatîye daxistin.

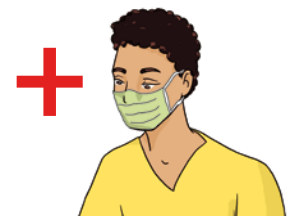
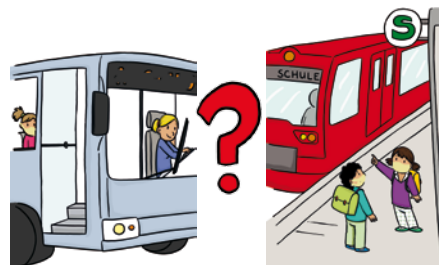


Piraniya Nexweşxaneyên tenê rêya sardan di haleta awarte qebûl dike.



sefera nepêwîst neke

Bifikre derbarî ev ku tû pasa giştî an trêna bikar dîni an na.



Enfeksiyon û Kerentîne

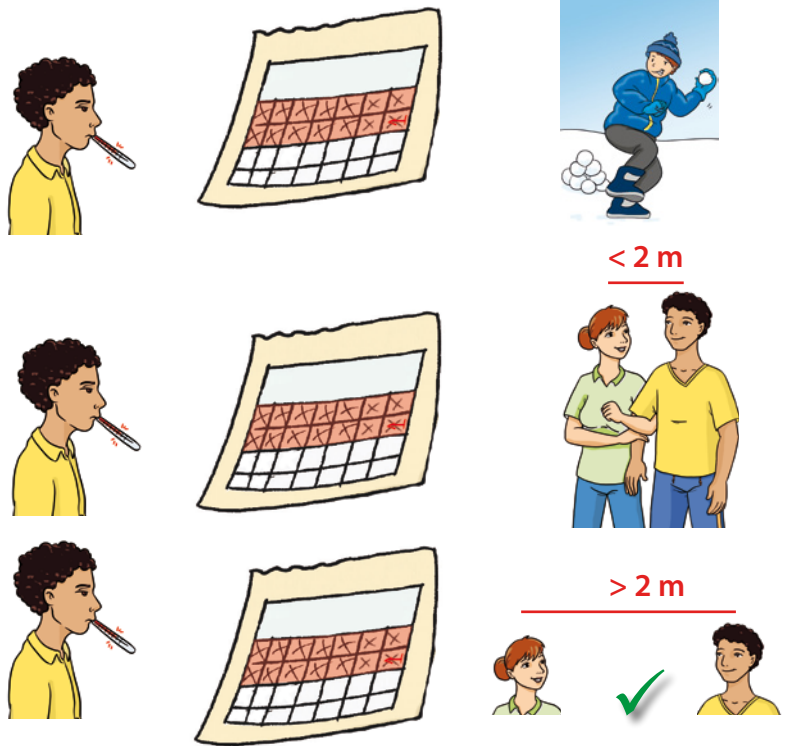
Tu Guman hebe ku tu KoronaVayrûs girtî ye.

Wan berjênên guncaw di nexweşiyê nîşan didin.

Tû ji bo 14 rojan di navçeya metirsiya ragihandî dimînî.

Wan di 14 roja berî de digel kesên vegirtî têkilî hebû ye (bi dûrîya kêmtir ji 1 metir, zêdetir ji 15 deqîqe, û rûbirû.)

(Wan di 14 roja berî de têkilî ya nêzik digel kesên vegirtî nebû ye û (bi dûrîya zîdetir ji 2 metir, û kêmtir ji 15 deqîqan de.))



Emîn bibe ku yekemcar têkilî bike bi bijîşka malbatîya xwe an bi hejmara 116 117 di êvar an rojên daviya hefte. Tenê di haleta bilez têkilî bike bi hejmara 112.



Tenê neçe ji bo nivîsingeha bijîşk an Kîlînikê.

Rênivîniya bijîşka malbatî û dezgeha saxlemî bicih bike.



Reftar

herosa pîvanên parastin bibîne

Dezgeha Saxlemî bi te re têkilî dike.

Heke ku pêdivî be ku Kerentîne bibî, Dezgeha Saxlemî bi te re dibêje.

Dibe ku keretîna daxwazkiri bihête bicihkirin.

tagerm rojana bihête pîvandin

mêtoda xwarina Dezgeha Saxlemî bicih bike

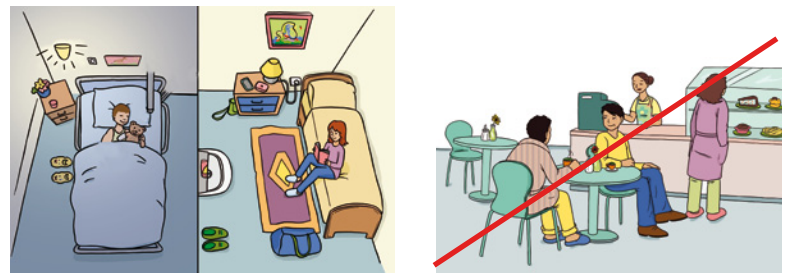


Enfeksiyon û Kerentîne

Rê nedaye tu ku li xaniyê derbiketî.



di cihên giştî û havperkirî de kesên nexweş ji kesên tendirust cudah bikin, weke mînak B. bi cudahî (razaxane)

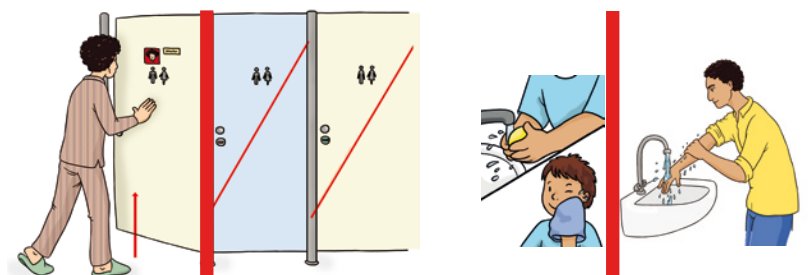


cudahîya demkî ya bikaranîna cihên giştî weke metbex



avdestên cudah

odeya şuştina cudah



Cih û Pêşniyazên dikare bi awayeke bilez bihête guhartin.

Berdewam wan peyda bike.



Tû li vir dikarî Zanyariyên Nû berdest biki:
https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Kontaktreduzierung.html
<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-sars-cov-2.html>

Dieses Informationsblatt wurde gefördert von Lingua World GmbH, Übersetzungen.

© Bild und Sprache e.V.
www.medi-bild.de
info@medi-bild.de



tıp doc

Destên şuştin û paqijkirine



Çawa?

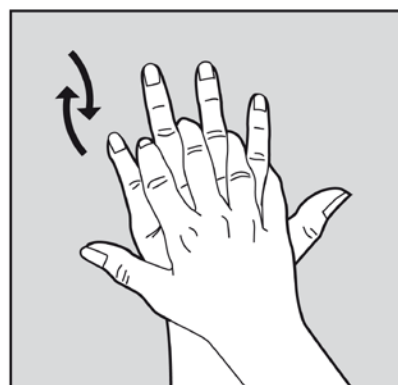
Şuştina destan



1.
Destên xwe bi avê şilkin



2.
Destên xwe bi sabune rîn bişon



3.
Destên xwe bi sabune rîn bişon



4.
Destên xwe bi sabune rîn bişon



5.
Desten xwe bi avê zelalkin



6.
Destên xwe zahakin

Deste hate bebandorkirin

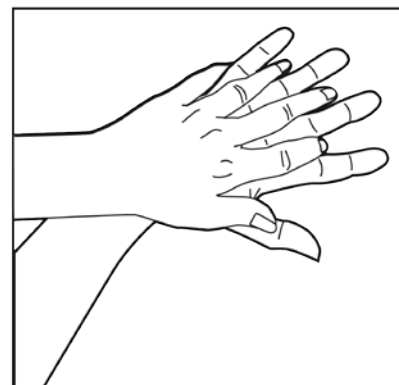


7.
Piştî şuştina destên xwe, wan ji bi krêm rûnî bike.

Heke ku te destên xwe bi awaye-ke berdewam bişû, bi awaye-ke asayî paqijkirina xanî nepêdivî e.



8.
Di deste we de têra şekilgirtinê pir texin



9.
Ara tilyaxo ihmal nekîn