

**SO SCHÜTZEN
WIR UNS.**



Data actualizării: 24.02.2022

STOP CORONAVIRUS

Noul coronavirus: cele mai importante informații

Infectarea cu noul coronavirus poate avea consecințe grave și poate cauza deces. Prin respectarea regulilor contribuim la protejarea noastră și a persoanelor deosebit de vulnerabile.

Acordați atenție următoarelor: Informațiile de pe această fișă de date cuprind regulile naționale. În anumite cantoane sunt impuse reguli mai stricte.

1. Transmiterea noului coronavirus

Transmiterea virusului are loc cel mai frecvent prin contact strâns și lung. În cazul în care, față de o persoană infectată este păstrată o distanță mai mică de 1,5 metri, fără implementarea măsurilor de protecție. Aceasta se întâmplă în felul următor:

- **Prin stropi:** respirația, vorbitul, strănutul și tusele persoanei infectate pot cauza depunerea stropilor cu conținut de virusa direct pe membranele mucoase (în nas, gură sau ochi) ale celorlalte persoane din apropiere. Transmiterea poate avea loc și prin stropii fini (aerosoli). Transmiterea prin aerosoli este posibilă atât pe distanțe scurte, cât și pe distanțe mai lungi. Transmiterea de acest tip are loc în special în încăperile închise înguste și insuficient aerisite. În care acumularea de aerosoli într-o perioadă mai lungă este posibilă.
- **Prin suprafețe și mâini:** În cazul în care stropii cu conținut de coronavirus ajung pe diferite suprafețe, o altă persoană se poate infecta, dacă acești stropi ajung pe mâini, care ulterior, prin atingere, intră în contact cu gura, nasul sau ochi

Important: Puteți infecta alte persoane, fără ca dvs. să prezentați simptome. O persoană constituie sursă de infecție cu 2 zile înainte de apariția simptomelor și timp de 10 zile după apariția primelor simptome. În cazul manifestării bolii în formă gravă, persoana afectată poate constitui sursă de infecție pentru o perioadă mai lungă de timp.

2. Simptomele Covid-19

Simptomele frecvente:
<ul style="list-style-type: none">– Dureri de gât– Tuse (de obicei, uscate)– Dificultăți respiratorii– Dureri la nivelul pieptului

Covid-19: Informații în limbile populației migrante

- Febră
- Pierderea bruscă a simțului olfactiv și/sau a simțului gustativ
- Dureri de cap
- Stare generală de oboseală și stare de rău
- Dureri musculare
- Strănuturi
- Simptome la nivelul gastrointestinal (stare de rău, senzație de vomă, diaree, dureri abdominale)
- Iritații la nivelul pielii

Simptomele Covid-19 pot diferi în intensitate și pot varia în funcție de tipul de virus. Simptom de infectare poate constitui și un simplu strănut. Simptomele pot fi și ușoare. De asemenea, pot apărea și diferite complicații, de ex. pneumonia.

3. Regulile de igienă și de comportament



Vaccinarea împotriva coronavirus este recomandată. Vaccinurile constituie cea mai eficientă măsură de protecție împotriva infectării cu Covid-19, împotriva transmiterii acestei boli și împotriva efectelor de lungă durată cauzate de infectarea cu coronavirus. Consultați secțiunea 8..



În Elveția folosirea măștii de protecție este obligatorie în mijloacele de transport în comun, în clinici și în unitățile de asistență și de îngrijire a persoanelor în vârstă.



Aerisiți toate încăperile în mod regulat și frecvent. Cu cât sunt mai multe persoane într-o încăpere și cu cât este încăperea mai mică, aerisiți cu atât mai des. Generați curent de aer pe durata aerisirii.



Spălați-vă mâinile în mod regulat și temeinic, cu săpun. Săpunul distruge virusul. Dacă spălarea mâinilor nu este posibilă, utilizarea dezinfectanților de mâini constituie o alternativă fiabilă pentru eliminarea virușilor



Strănutați sau tușiți într-o batistă sau în pliul cotului. Folosiți șervețele, pe care le utilizați o singură dată.

Riscul infectării cu coronavirus persistă și în cazul în care sunteți expus(ă) contactului strâns cu o persoană posibil infectată Reducerea contactului strâns cu alte persoane constituie o altă măsură de protecție atât în cazul dvs., cât și în cazul altor persoane.

4. Testarea



În cazul în care prezentați un simptom frecvent sau mai multe simptome frecvente de Covid-19 (vezi capitolul 2) este posibil să fiți infectat(ă) cu coronavirus. Respectați în mod consecvent următoarele instrucțiuni:

- Solicitați imediat testarea. Testele pot fi efectuate în cabinetele medicale, în spitale sau în centrele speciale de testare. Pentru lista completă a centrelor de testare accesați www.bag.admin.ch/testing#197439718. Testarea este gratuită.
- Rămâneți acasă înainte și după testare. Evitați contactele cu alte persoane, până la sosirea rezultatelor testului.
 - **Dacă rezultatele testului sunt pozitive:** Rămâneți acasă și acționați conform instrucțiunilor privind izolarea. Pentru vizualizarea instrucțiunilor accesați pagina web www.bag.admin.ch/migration-covid-en.

Covid-19: Informații în limbile populației migrante

- **Dacă rezultatele testului sunt negative:** Rămâneți acasă până nu prezentați simptome timp de 24 de ore.

În scopul detectării oricăror forme de infectare cu coronavirus, vor fi testate și persoanele, care nu prezintă simptome. Astfel de teste pot fi efectuate în mod regulat atât în cadrul diferitelor instituții, cât și la locurile de muncă. Participarea la testările de acest fel este voluntară și gratuită. Dacă beneficiați de posibilitatea de testare în mod regulat, recomandăm să profitați de această oportunitate, pentru a proteja și celelalte persoane.

La locul de testare aveți posibilitatea de a vă informa despre modul în care trebuie să acționați după primirea rezultatului testului sau consultați pagina web www.bag.admin.ch/testing#242157159.

Nu sunteți sigur(ă) dacă și cum ar trebui să vă testați pentru coronavirus? Pentru identificarea măsurilor corespunzătoare consultați „[Procedura de testare](#)”. Un test poate fi util atât în cazul apariției simptomelor, cât și în lipsa acestora.

5. Izolarea



Izolarea previne răspândirea noului coronavirus. Persoanele confirmate pozitiv au obligația de a rămâne acasă și de a evita contactul cu alte persoane. Astfel pot fi evitate noi infectări.

Izolarea: Izolarea poate înceta, dacă au trecut 5 zile de la primele simptome ale bolii **și** dacă persoana în cauză nu mai prezintă simptome ale bolii de 48 de ore. După încetarea perioadei de izolare este recomandată continuarea utilizării măștii de protecție timp de câteva zile, în cazul contactului cu alte persoane, fiind recomandată și evitarea spațiilor publice.

Pentru mai multe informații despre izolare vă rugăm consultați instrucțiunile referitoare la izolare: www.bag.admin.ch/migration-covid-en

Videoclipul explicativ referitor la izolare este disponibil în limbile germană, franceză, italiană și engleză și poate fi vizualizat pe pagina web www.foph-coronavirus.ch/downloads/#isolation. Videoclipul sincronizat de Diaspora TV în 16 limbi poate fi vizualizat pe pagina web www.migesplus.ch/en/publications/are-you-sick-at-home-with-coronavirus.

6. Contact Tracing



În cazul în care o persoană este testată pozitiv pentru coronavirus, începe procesul de Contact Tracing implementat de autoritățile cantonului.

- În colaborare cu persoana infectată, autoritățile cantonului vor identifica persoanele cu care aceasta a intrat în contact strâns – în ultimele două zile înainte de apariția simptomelor, respectiv până la începutul perioadei de carantină.
- Autoritățile vor informa persoanele de contact despre posibilitatea infectării și despre procedurile de urmat.

Covid-19: Informații în limbile populației migrante

Este posibil să nu fiți contactat(ă) imediat de către autoritatea cantonală competentă. **Astfel, dacă este cazul, este important să intrați de bună voie în autoizolare.** În cazul în care rezultatele testului dumneavoastră Covid-19 sunt pozitive, aveți obligația de a informa persoanele cu care ați intrat în contact strâns.

7. Persoanele cu grad înalt de expunere la riscuri

Pentru anumite persoane, riscul de infectare cu coronavirus este deosebit de mare. În cazul acestor persoane persistă riscul îmbolnăvirii grave sau chiar riscul decesului. Astfel de persoane cu risc înalt sunt:

- **Persoanele în vârstă:** În cazul persoanelor în vârstă riscul infectării cu noul coronavirus crește semnificativ, odată cu înaintarea în vârstă. În cazul persoanelor care au împlinit vârsta de 50 de ani este recomandată spitalizarea. Existența altor boli crește riscul.
- **Femeile însărcinate**
- **Persoanele adulte cu Trisomie 21**
- **Persoanele adulte cu anumite forme ale următoarelor boli cronice:**
 - Hipertensiune
 - Afecțiuni cardio-vasculare
 - Diabet
 - Bol la nivelul plămânilor și al căilor respiratorii
 - Afecțiunile și terapiile care implică slăbirea sistemului imunitar
 - Cancer
 - Persoanele puternic supraponderale (obezitate, indice de masă corporală de 35 sau mai mare)
 - Insuficiență renală
 - Ciroză hepatică

În cazul în care faceți parte din oricare dintre categoriile menționate și suferiți și de Covid-19 (consultați capitolul 2), și **contactați-vă imediat medicul sau spitalul și solicitați testarea. Acționați astfel chiar și la sfârșit de săptămână.** Descrieți simptomele și menționați că faceți parte din categoria persoanelor cu grad înalt de expunere la riscuri.

8. Vaccinurile

În Elveția beneficiați de posibilitatea vaccinării împotriva Covid-19. Vaccinarea este recomandată în cazul persoanelor care au împlinit vârsta de 12 ani (și femeilor gravide). Posibilitatea vaccinării există și în cazul copiilor care au împlinit vârsta de 5 ani. Agenția Pentru Produse Terapeutice, Swissmedic din Elveția [Schweizerische Heilmittelinstitut Swissmed] a testat cu meticulozitate și a aprobat vaccinurile împotriva Covid-19. Vaccinurile sunt sigure și eficiente.

Posibilitatea apariției efectelor secundare persistă în cazul fiecărui vaccin. Riscul apariției de reacții adverse grave după vaccinare este mult mai mic, decât riscul îmbolnăvirii grave după infectarea cu coronavirus.

Au trecut mai mult de patru luni de la ultima vaccinare? Înregistrați-vă pentru doza de rapel. Doza de rapel crește din nou protecția împotriva îmbolnăvirii severe.

Derularea campaniilor de vaccinare constituie răspunderea cantoanelor. Pentru mai multe informații privind data și locul vaccinării și despre posibilitățile de înregistrare adresați-vă autorităților competente din cantonul dvs. (www.foph-coronavirus.ch/cantons). Linia națională de informații privind vaccinarea Covid-19 (+41 58 377 88 92, zilnic între orele 06:00 și 23:00) oferă, de asemenea, informații despre autoritatea competentă din cantonul dumneavoastră.

Covid-19: Informații în limbile populației migrante

De asemenea, puteți solicita unui medic sau unei persoane de încredere să vă înregistreze pentru vaccinare.

Vaccinarea Covid 19 este voluntară și gratuită pentru toate persoanele care locuiesc în Elveția.

Pentru mai multe informații privind vaccinurile vă rugăm consultați fișele de date de pe pagina web www.bag.admin.ch/migration-covid-en.

În legătură cu vaccinurile Covid-19 circulă multe mituri și legende urbane (fake news). Vizualizați [aceste videoclipuri](#) pentru a vă informa despre miturile frecvente legate de coronavirus și despre explicațiile, care le demontează.

9. Găsirea de ajutor

Platforma web migesplus.ch: Accesați această platformă pentru a afla mai multe informații despre Covid-19. Informațiile comunicate sunt disponibile în numeroase limbi: www.migesplus.ch/en/topics/coronavirus-covid-19

Serviciile de interpretare: Solicitați un interpret chiar de la început, în cazul în care întâmpinați dificultăți de comunicare în spital. Serviciile de interpretare sunt disponibile și prin telefon. În cazul contractării serviciilor unui interpret profesionist, prezența rudelor în scop de interpretare nu este necesară, și astfel protejați aceste persoane împotriva expunerii. În cazul intervențiilor medicale aveți dreptul de a fi înțeles, și de a înțelege ce vi se întâmplă.

Numere de telefon și adrese de e-mail importante

- În cazul în care vă simțiți periclitat(ă) acasă, puteți beneficia de servicii de consiliere anonimă și de protecție, prin paginile web www.opferhilfe-schweiz.ch (germană) / www.aide-aux-victimes.ch/fr (franceză) / www.aiuto-alle-vittime.ch/it (Italiană). În situații de urgență apelați poliția la numărul de telefon 117.
- Pentru servicii medicale de urgență (ambulanță) folosiți numărul de telefon 144. Acest număr este disponibil pe întregul teritoriu al Elveției și poate fi apelat oricând, dacă survin situații medicale de urgență.
- Numărul de telefon pentru informații despre noul coronavirus: Apelați numărul de telefon (+41) 058 463 00 00 pentru a afla informații despre noul coronavirus.
- Dacă nu aveți medic de familie: Medgate poate fi contactat la numărul de telefon 0844 844 911 în fiecare zi și chiar și pe timp de noapte.

10. Alte informații

[Languages - Protect yourself and others \(foph-coronavirus.ch\)](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus)
www.bag.admin.ch/neues-coronavirus (germană, franceză, italiană, engleză)