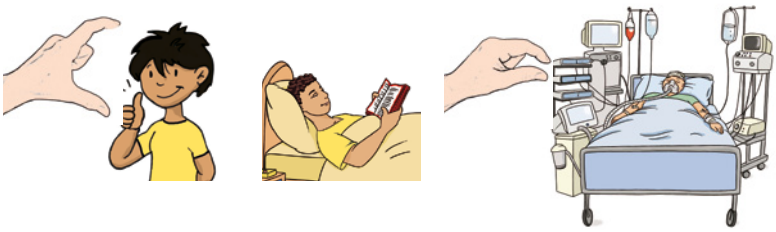
tıp doc

Kornavayrosa nû

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

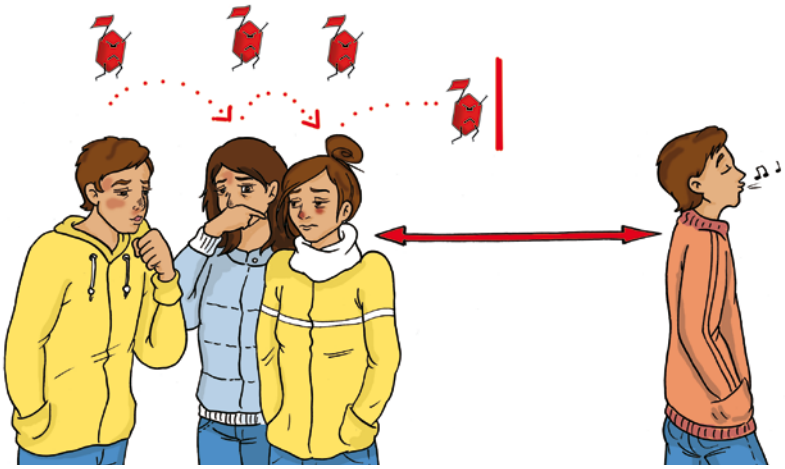
Berjengên: Berjengên bi awayeke asayî di 14 roj piştî vegirtin xwe nîşan dide. Berjengên giştî ta-germ, hişkîya qirrik e, lê herosa hinavçûn, serêş, û êşa leş,ji dest dana çêj, betilîn e.

Giranî: Gelek ji wan kesê tûşbû tenê bi awayekê kêm 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 nexweşîyên ciddî hebûn, û kesên bi sîstema parastina lawaz in.



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

Armanc: Armanc qutkirina wî zincîreya enfeksyon û kêmkirina belavbûna wî vayrûs e.



© Bild und Sprache e.V., www.medi-bild.de, keine Gewähr

Pîvanên Parastin

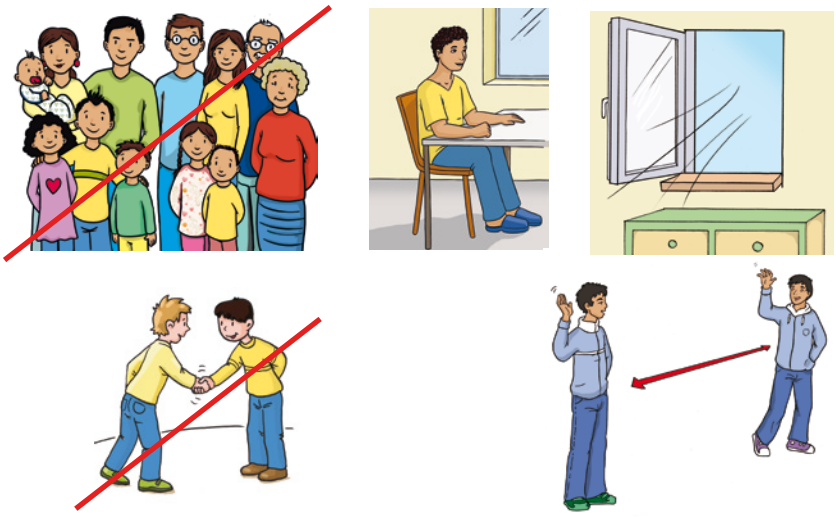
Bi awayeke ciddî tête pêşnîyazkirin ku pîvanên jêrî bicih dikî.

Têkilîkirin bi kesên din bi awayek ciddî kêm bike

Li xanîyê bimîne

Ode bi rewşeke pir baş paqij bike

digel kes dest nede (tewqe neke)



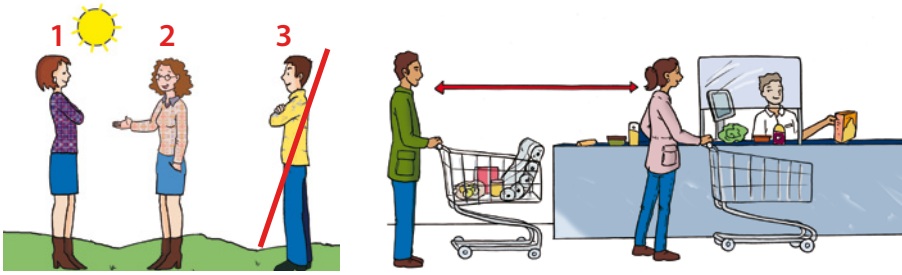
Dema kûx û pişikîn anîşka xwe bigire bizirive

Bi berdewamî desta xwe bişo (pevgirêdayî bibîne)

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

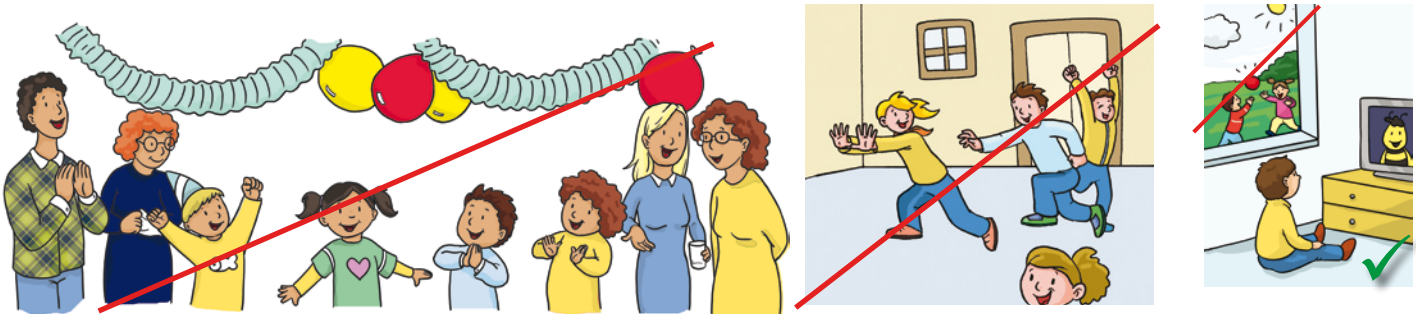
Qedexeya kombûna zêdetir ji 2 kesî

Sînordarîkirina sereke ya derketin



Têkîya civakîya xwe biguhere weke mînak her dem ku bibe bi rêya telefon an Sykpe têkilî bike

Neçe civata taybet û çalakîyên weke mînak, B. yaneya spor, kombûna civakî, ahengên taybetî yên mezin

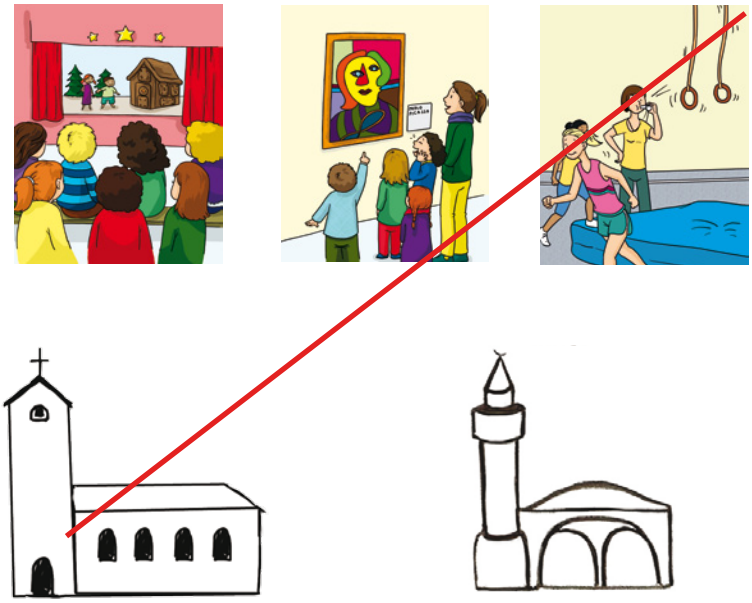


© Bild und Sprache e.V., www.medi-bild.de, keine Gewähr

Pîvanên Parastin

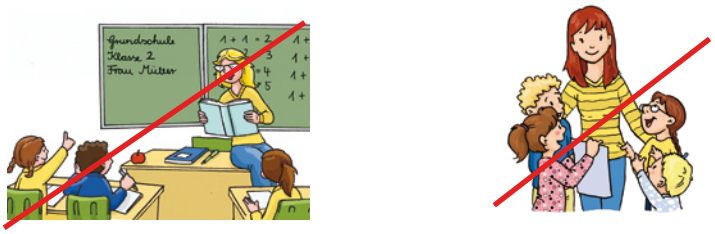
Dêûbavên pîr bi nenardina zarokan ji bo serdana wan re biparêzin. Ji kerema xwe bi kesên pîr re têkilî neke.

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



Piranîya xwedîyên karî heta cihê mumkîn kara xwe guhertin ji bo hom ofîs.

Piranîya Zanîngeh, Xwendingeh û Baxçeya Zarokan hatîye daxistin.



Piranîya Nexweşxaneyên tenê rêya sardan di haleta awarte qebûl dike.

Bifikre derbarî ev ku tû pasa giştî an trên bikar dînî an na.

sefera nepêwîst neke

© Bild und Sprache e.V., www.medi-bild.de, keine Gewähr

Enfeksyon û Kerentîne

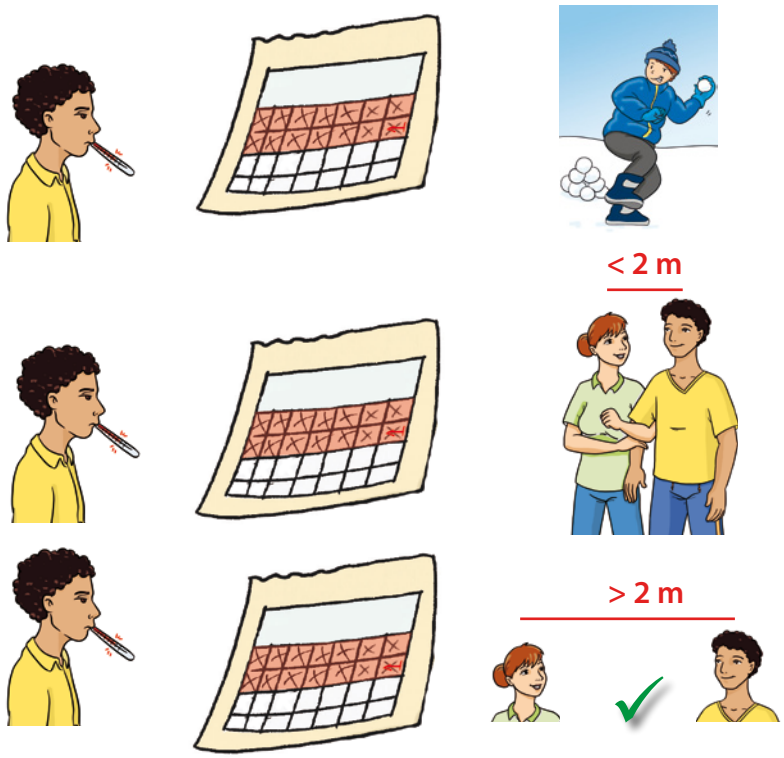
Tu Guman hebe ku tu KoronaVayrûs girtî ye.

Wan berjênên guncaw di nexweşîyê nîşan didin.

Tû ji bo 14 rojan di navçeya metirsîya 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 nêzîk 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 davîya hefte. Tenê di haleta bilez têkilî bike bi hejmara 112.

Tenê neçe ji bo nivîsingeha bijîşk an Kilînîkê.

Rênivînîya bijêşka malbatî û dezgeha saxlemî bicih bike.

Reftar

herosa pîvanên parastin bibîne

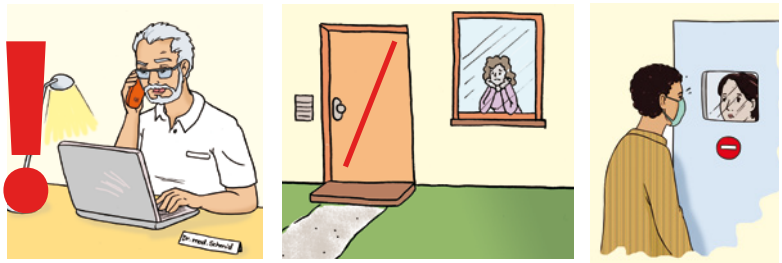
Dezgeha Saxlemî bi te re têkilî dike.

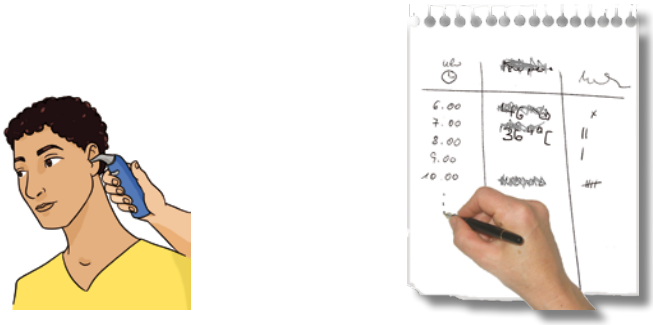
Heke ku pêdivî be ku Kerentîne bibî, Dezgeha Saxlemî bi te re dibêje.

Dibe ku keretîna daxwazkiri bihête bicihkirin.

tagerm rojana bihête pîvandin

mêtoda xwarina Dezgeha Saxlemî bicih bike



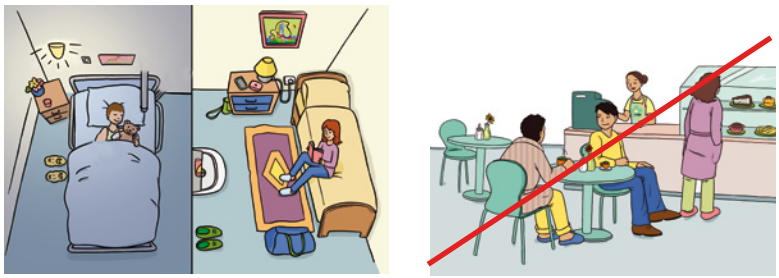


© Bild und Sprache e.V., www.medi-bild.de, keine Gewähr

Enfeksyon û Kerentîne

Rê nedaye tu ku li xanîyê derbiketî.

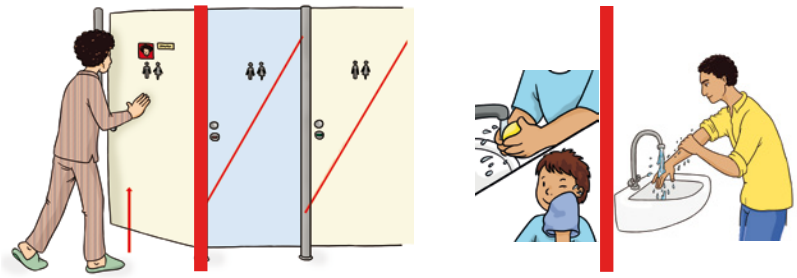
di cihên giştî û havperkirî de kesên nexweş ji kesên tendirust cudah bikin, weke mînak B. bi cudahî (razanxane)



cudaharîya demkî ya bikaranîna cihên giştî weke metbex

avdestên cudah

odeya şuştina cudah



Cih û Pêşnîyazên dikare bi awayeke bilez bihête guhartin.

Berdewam wan peyda bike.

Tû li vir dikarî Zanyarîyên Nû berdest bikî:
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

Bild und Sprache e.V.

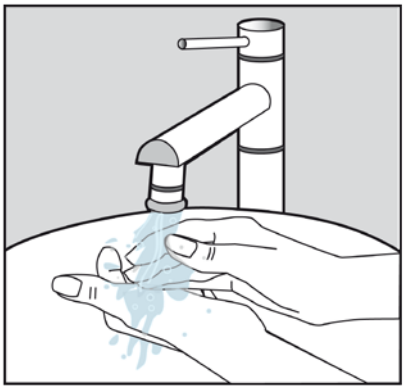
© Bild und Sprache e.V., www.medi-bild.de, keine Gewähr

tıp doc

Destên şuştin û pagijkirine

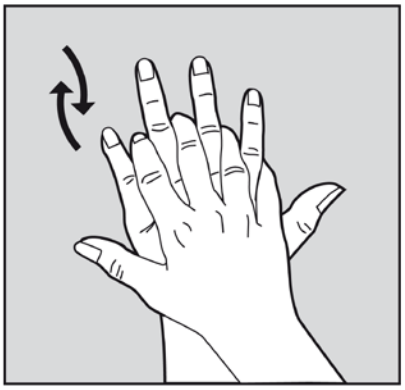
Çawa?

Şuştına destan

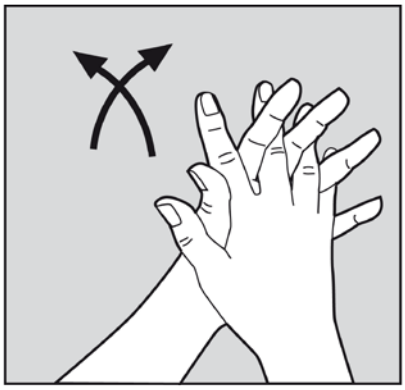


1.
Destên xwe bi avê şılkın

2.
Destên xwe bi sabune rın bışon



3.
Destên xwe bi sabune rın bışon



4.
Destên xwe bi sabune rın bışon

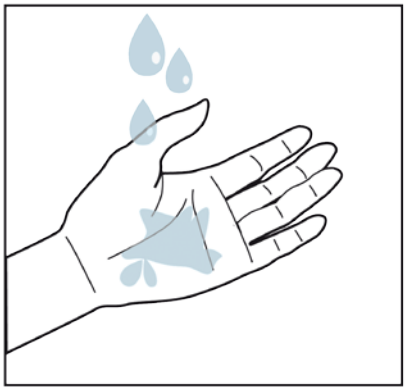
5.
Desten xwe bı avê zelalkın

6.
Destên xwe zahakın

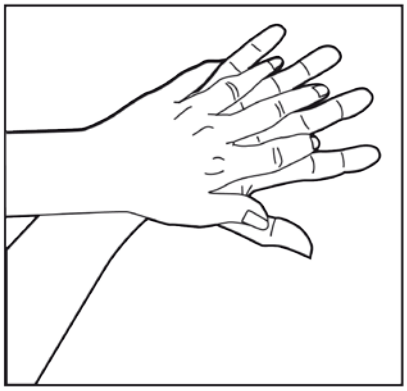
Deste hate bebandorkirin

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

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



8.
Di deste we de têra şekilgirtinê pir texın



9.
Ara tilyaxo ihmal nekın

© Bild und Sprache e.V., www.medi-bild.de, keine Gewähr