Landratsamt Konstanz
Amt für Migration und Integration
Referat Integration

Landkreis
Konstanz

د نوو مهاجرینو لپاره د کورونا په هکله په څو ژبو کی معلومات

زه ځان ښه نه احساسوم نه پوهیږم څه وکړم؟

1. کچرته تاسی

- تبه ولری (د حرارت درجه یی 38°C وی)
- نوی ټوخی درته پیدا شو
- د عضلاتو او بدن درد
- ستړیا
- د سر درد او نه پوهیږی چی علت یی څه دی

نو د خپل کورنی ډاکتر (Hausarzt) سره تماس ونیسی نو کورنی ډاکتر به دا مسله د صحت اداری سره د نورو بعدی مراحلو لپاره وڅیړی.

2. کچرته تاسی خپل کورنی ډاکتر سره تماس نه شی نیولی نو بیا د عاجلو طبی خدمتونو بخش سره په دی شماره تماس ونیسی 116 117

3. د ډاکترهدایاتو ته پاملرنه وکړی او عملی یی کړی

تر بعدی توضیحاتو پوری په کور کی کینی او نورو خلکو سره تماس او ارتباط کم کړی.

مهم:

د ډاکتر دفتر یا معاینه خانې ته پرته د معلوماتو او خبر ورکولو مه ورځی، په هغه صورت کی ورشی چی ډاکتر درته هدایت وکړی.

له روغتون سره د خپل شکمن وضعیت په هکله اړیکه مه نیسي ځکه روغتونونه د جدي ناروغانو لپاره د ځارنې دنده لري او له همدې امله تاسو ردوي.

4. کچرته تاسی په شریک استوګنځی کی اوسیږی نو سمدلاسه د هماغه استوګنځی کارکونکی خبر(ه) کړی