**Helsingissäkin todettu muuntunutta koronavirusta
- ohjeita täsmennetty**

*Tiedote on alla suomeksi, ruotsiksi, englanniksi, somaliksi, venäjäksi ja arabiaksi.*

Hyvät lasten ja nuorten huoltajat,

Helsingissäkin on todettu Britanniasta peräisin olevaa, helpommin tarttuvaa virusmuunnosta. Heti, kun tieto virusmuunnoksesta saatiin, se on otettu huomioon Helsingin tartunnanjäljityksessä.

Kaikki koronavirukselle altistuneet asetetaan karanteeniin 14 päiväksi. Jos epäillään, että kyseessä voi olla koronavirusmuunnos, altistuneet myös testataan kaksi kertaa, vaikka heillä ei olisi koronavirustartuntaan viittaavia oireita.

Altistuneet testataan heti karanteenin alussa ja toisen kerran kaksi päivää ennen kuin karanteeni päättyy. Testit tehdään kaupungin koronatestauspisteissä ja testi on maksuton.

Kaikissa tartunnan saaneiden haastatteluissa (tartunnanjäljityksessä) otetaan tällä
hetkellä huomioon, että kyseessä voi olla muuntunut virus. Tämän vuoksi jäjityksessä selvitetään tarkoin, onko tapauksella yhteyttä ulkomaanmatkaan.

Virusmuunnos pystytään tunnistamaan hyvin koronatestissä. Oireettomillekin altistuneille tehdään testi kaksi kertaa. Jos karanteenin aikana tulee oireita, tulee testiin hakeutua viiveettä.

Altistuneisiin tai heidän huoltajiinsa ollaan erikseen yhteydessä ja he saavat tarkemmat toimintaohjeet. Päiväkoteihin, kouluihin ja oppilaitoksiin toimitetaan myös kaikille huoltajille tieto mahdollisesta virusmuunnoksesta kuten edelleen myös perusmuotoisesta koronaviruksesta. Koska virusmuunnoksen varmistamiseen menee tutkimuksissa aikaa, vahvistus siitä, onko kysymyksessä muunnos vai ei, kestää useamman päivän. Muuntuneen viruskannan aiheuttama tauti ei ole nykyisen tiedon mukaan aiempaa vaikeampi.

**Tartuntoja edelleen liian paljon**

Viimeisten viikkojen aikana tartuntatautitilanne on uusien tapausten määrän suhteen vakiintunut. Tartuntoja on kuitenkin edelleen paljon.

Testeissä käydään tällä hetkellä liian vähän. Testiin pitää mennä herkästi.

Koronaviruksen oireet muistuttavat flunssaa ja vatsatautia. Tartunnan oireita ovat esimerkiksi kuume, yskä, päänsärky, pahoinvointi, ripuli, lihaskipu, kurkkukipu, nuha, hengenahdistus tai haju- tai makuaistin menetys. Koronavirustestiin ohjataan iästä riippumatta kaikki, joilla on koronavirustartunnan oireita.

Helsingissä testiin pääsee saman päivän aikana [Omaolo-palvelun](http://www.omaolo.fi/) tai kaupungin koronaneuvonnan kautta (p. 09 310 10024, joka päivä klo 8-18) ja näytteenottoverkosto on kattava. Testitulokset valmistuvat tällä hetkellä alle vuorokaudessa eli nopeasti.

**Edelleen noudatettava varotoimia**

Virusmuunnosta ehkäistään samoin keinoin kuin koronavirusta muutenkin. Jos saa oireita, täytyy mennä koronatestiin ja pysyä kotona. Turvälit täytyy muistaa ja lisäksi huolehtia hyvästä käsi- ja yskimishygieniasta. 6. luokkalaisten ja sitä vanhempien suositellaan käyttävän kasvomaskia. Päiväkotien, koulujen ja oppilaitosen koko henkilöstöllä on maskisuositus.

Koronavirustartuntoja on tapahtunut kouluissa varsin vähän. Virusmuunnosten vuoksi tällä hetkellä seurataan hyvin tarkasti, mitä toimenpiteitä tarvitaan, jotta tilanne pysyy hyvänä jatkossakin. Koulujen toimintatapoja on ennaltaehkäisevästi muutettu siten, että lähikontaktit minimoidaan, esimerkiksi kontaktiurheilua tai laulua ei ole. Myös perhepiirissä tulee noudattaa varotoimia ja esimerkiksi välttää mahdollisuuksien mukaan vierailuja tai yökyläilyä. Tämä koskee myös saman luokan lapsia, koska tartuntariski on sitä suurempi, mitä läheisempi ja pitkäaikaisempi lasten välinen kontakti on.

Ystävällisesti,

Epidemiologinen toiminta
Helsingin kaupunki

\*\*\*

**Muterat coronavirus har konstaterats även i Helsingfors**
**– preciserade anvisningar**

Bästa föräldrar,

I Helsingfors har man konstaterat en virusmutation som ursprungligen kommer från Storbritannien och som smittar lättare. När informationen om virusmutationen kom, beaktades den direkt vid Helsingfors smittspårning.

Alla som har exponerats för coronaviruset sätts i karantän i 14 dygn. Om det misstänks att det handlar om ett muterat coronavirus testas också de exponerade två gånger, även om de inte uppvisar symtom på coronavirussmitta.

Exponerade personer testas genast i början av karantänen och en gång till två dagar innan den tar slut. Testet utförs vid stadens coronavirustestenheter och är avgiftsfritt.

Vid alla intervjuer av smittade personer (smittspårning) tar man för närvarande
i beaktande att det kan vara fråga om ett muterat virus. Vid smittspårningen undersöker man därför noggrant om fallet i fråga anknyter till en utlandsresa.

Virusmutationen kan identifieras med ett coronavirustest. Även symtomfria personer som exponerats för viruset testas två gånger. Om man får symtom under karantänen, ska man omedelbart söka sig till testning.

De som exponerats eller deras vårdnadshavare kontaktas enskilt och de får noggrannare instruktioner. Även alla vårdnadshavare för elever på daghem, i skolor och vid läroanstalter får information om en eventuell virusmutation på samma sätt som gäller för grundvarianten av coronaviruset. Eftersom det tar tid att fastställa virusmutationen, tar det flera dagar att få en bekräftelse om det är fråga om en mutation eller inte. Sjukdomen som orsakas av den muterade virusstammen är enligt aktuella rön inte svårare än den tidigare varianten.

**Det finns fortfarande för mycket smittor**

Under de senaste veckorna har situationen av smittsamma sjukdomar stabiliserats i relationen till antalet nya fall. Det finns emellertid fortfarande mycket smittor.

För närvarande söker folk sig till testning för sällan. Man ska inte tveka att gå och testa sig.

Symtomen på coronaviruset påminner om förkylning och magsjuka. Symtom på coronavirussmitta är exempelvis feber, hosta, huvudvärk, illamående, diarré, muskelvärk, halsont, snuva, andnöd samt förlust av lukt- och smaksinnet. Alla med symtom på coronavirussmitta hänvisas till coronavirustest oberoende av åldern.

I Helsingfors kan man via [Omaolo-tjänsten](http://www.omaolo.fi/) eller stadens coronavirusrådgivning få testa sig redan samma dag (tfn 09 310 10024, varje dag kl. 8–18) och provtagningsnätverket är omfattande. I nuläget blir testresultaten färdiga inom ett dygn, alltså snabbt.

**Försiktighetsåtgärder ska fortfarande följas**

Virusmutationen förebyggs på samma sätt som coronaviruset i övrigt. Om man får symtom ska man göra ett coronavirustest och stanna hemma. Man ska komma ihåg att hålla avstånd och dessutom iaktta god hand- och hosthygien. Elever i årskurs 6 och uppåt rekommenderas bära munskydd. Rekommendation gäller för all personal på daghem, i skolor och vid läroanstalter.

Det har förekommit ganska lite coronavirussmitta i skolorna. På grund av virusmutationerna följer man för närvarande mycket noggrant vilka åtgärder som behövs för att situationen ska förbli bra även i fortsättningen. Skolornas verksamhet har i förebyggande syfte förändrats så att närkontakter minimeras, till exempel utövar man inte kontaktsporter eller sång. Även inom familjen ska man följa försiktighetsåtgärder och till exempel i mån av möjlighet undvika besök och övernattningar. Det här gäller även barn som går på samma klass, eftersom smittorisken är större ju närmare och långvarigare kontakten mellan barnen är.

Vänligen,

Epidemiologiska verksamheten
Helsingfors stad

\*\*\*

**New variant of coronavirus detected in Helsinki**
**– instructions specified**

Dear guardians of children and young people,

Cases of the coronavirus variant originating from the UK and with a higher infectivity rate have been detected in Helsinki. As soon as we received information on the new virus variant, we started taking it into consideration in contact tracing in Helsinki.

All those who have been exposed to the virus in close contact with an infected individual will be placed in 14-day quarantine. If the new variant is being suspected, all those who have been exposed to the virus will also be tested twice, even if they do not show symptoms of a coronavirus infection.

Those exposed to the virus will be tested immediately at the start of the quarantine and two days after the end of the quarantine. The tests will be taken at the coronavirus testing points of the City. They are free of charge.

All interviews with infected individuals (contact tracing) will consider the possibility of the new virus variant.
 Because of this, the contact tracers will carefully review whether the case is connected to travel abroad.

The virus variant can be identified effectively with the coronavirus test. Even those who have been exposed to the virus but do not have symptoms will be tested twice. If anyone develops symptoms during quarantine, they must get tested without delay.

Persons who have been in close contact with those who are infected, or the guardians of these persons, will be contacted individually. They will also receive more detailed instructions on what to do. The guardians of children in daycare centres, schools or other educational institutions will be informed of both the potential new virus variant and the basic form of the coronavirus. Since verifying the virus variant by tests will take some time, confirmation on the nature of the virus will take several days. According to current knowledge, the infection caused by the new virus variant is no more severe than that caused by the earlier version.

**Still too many infections**

During the last few weeks, the coronavirus infection situation has become stable in terms of new infections. However, the number of new infections remains high.

At the moment, people are not getting tested as much as they should. You should get tested even if your symptoms are mild.

The symptoms of a coronavirus infection are similar to those of a cold, flu or stomach flu. Typical symptoms include fever, cough, headache, nausea, diarrhoea, muscle pain, sore throat, stuffy or runny nose, shortness of breath, and loss of the sense of smell or taste. Anyone with symptoms indicative of a coronavirus infection will be directed to have a test, regardless of age.

In Helsinki, you can get a testing appointment during the same day via [the Omaolo service](http://www.omaolo.fi/) or the City’s coronavirus helpline (tel. 09 310 10024, every day at 8–18). We also have an extensive testing network. At the moment, test results are being provided very quickly, in less than a day.

**Safety measures need to be followed**

The new virus variant can be prevented with the same measures as the coronavirus in general. If you develop any symptoms, you must get tested and stay home. Pay attention to maintaining safe distances and take care of your hand and coughing hygiene. It is recommended that pupils in the 6th grade and older wear a face mask. Masks are also recommended for the entire staff of daycare centres, schools and other educational institutions.

There have been very few coronavirus infections in schools. Due to the new virus variants, the measures needed are being evaluated very carefully to keep the situation under control. The schools’ operating methods have been changed pre-emptively so that close contacts are minimised. Activities like contact sports and singing are on hold. Families also need to follow the safety measures and practise social distancing: this means avoiding contacts like visits and overnight stays when possible. This also applies to meetings between children in the same class, since the risk of infection is higher the closer and longer the contacts between the children are.

Kind regards,

Epidemiologic Operations
City of Helsinki

\*\*\*

**Waxaa Helsinki laga helay fayruska Koronaha ee isbeddelay**
**- tilmaanbixinnada waa la faahfaahiyay**

Waalidiinta carruurta iyo dhallinyarada ee sharafta lahow,

Waxaa Helsinki laga helay fayruska isbeddelay ee sida fudud loo kala qaado ee Ingiriiska ka soo jeeda. Islamarki la helay warka ku saabsna isbeddelka fayruska, waxaa fiiro loogu yeeshay raadraaca cudurka ee Helsinki.

Dhammaan dadka u dagmay fayruska Korona waxaa la gelinayaa karaantiil 14 maalmood ah. Haddii laga shakiyo, in arrintu ay noqon karto fayruska isbeddelay, waxaa sidoo kale dadka u dagmay la baarayaa labo jeer, xittaa haddii aanay lahayn calaamadaha lagu garto cudurka fayruska Korona

Dadka u dagmay waxaa la baarayaa billowga karaantiilka marka labaad ee la baarayana waa labo maalin kahor inta aanu karaantiilku dhammaan. Baaritaannada waxaa lagu samaynayaa goobaha baaritaanka Koronaha ee magaalada baaritaankuna waa lacag la’aan.

Dhammaan wareysiyada (raadraaca cudurka) lala yeelanayo dadka uu cudurku ku dhacay waxaa hadda fiiro
loogu yeelanayaa, in arrintu ay noqon karto fayruska isbeddelay. Taas darteed ayaa si rasmi ah raadraaca loogula baarnaadegayaa, in dhacdadu ay la xiriirto safar dibadd ah.

Isbeddelka fayruska waxaa si fudud loogu ogaan karaa baaritaanka Koronaha. Dadka u dagmay cudurka ee aan calaamadaha lahayn xittaa labo jeer ayaa baarayaa. Haddii inti karaantiilka lagu jiro ay calaamadaha cudurku soo baxaan, waa in si degdeg ah baaritaanka loo aado.

Dadka cudurka u dagmay ama waalidiintooda si gaar ah ayaa loo xiriirayaa waxaana la siinayaa tilmaanbixinnada waxqabadka ee rasmiga ah. Xannaano-maalmeedyada, dugsiyada iyo machadyada waxbarashada iyo waalidiintaba waxaa loo gudbinayaa macluumaadka ku saabsan suurragalnimada fayruska isbeddelay, sidi horayba loogu gudbin jiray macluumaadka fayruska Koronaha ee caadiga ah. Maadaama ay wakhti qaadanayso in baaritaanka lagu xaqiijiyo fayruska isbeddelay, xaqiijinta ah in arrintu tahay nooca isbeddelay iyo in kale, waxay qaadanaysaa maalmod badan. Sida ku cad macluumaadka hadda la hayo, cudurka uu sababo nooca fayruskan isbeddelay ma ahan mid ka daran kii hore

**Qaadista cudurku waa mid weli aad u badan**

Xaaladda cudurka faafa ee waxay todobaadyadi la soo dhaafay ahayd mid deggan marka loo eego tirada kiisaska cusub. Si kastaba ha ahaatee, qaadista cudurku waa mid weli badan.

Tegista baaritaanku waa mid hadda aad u yar. Baaritaanka waa in si fudud loo aadaa.

Calaamadaha fayruska Korona waxay u egyihiin hargan ama calool-xanuun. Calaamadaha waa tusaale ahaan xummad, qufac, madax xanuun, lablabbo, shuban, murqa xanuun, dhuun xanuun, hargab, neef qabatoon iyo urta ama dhadhanka oo luma. Baaritaanka Koronaha waxaa iyadoo aan da’da ku xirnay lagu hagaa dadka dhammaan dadka qaba calaamadaha cudurka fayruska Koronaha.

Baaritaanka waxaa Helsinki laga helayaa isla maalinta iyadoo la isticmaalayo [adeegga Omaolo](http://www.omaolo.fi/) ama talabixinta Koronaha ee magaalada (tel. 09 310 10024, maalin kasta saacadda u dhexeysa 8-18) shabakadda qaadista saamiguna waa mid ballaaran. Natiijooyinka baaritaanku waxay wakhtigan la joogo ku soo baxayaan wax kayar afar iyo labaatan saac, yacni si degdeg ah.

**Weli waa in hawlaha taxaddarka ah la raaco**

Fayruska isbeddelay waxaa looga hortagayaa habab lamid ah kuwa fayruska Koronaha. Haddii ay calaamado kaa soo baxaan, waa in la aado baaritaanka Koronaha gurigana la joogo. Masaafada ammaanka waa in la xusuusto nadaafadda wanaagsan ee gacmaha iyo qufacana lagu dadaalo. Ardayda fasalka 6aad iyo wixi ka weynba waxaa loo soojeedinayaa in ay af-shareer isticmaalaan. Dhammaan shaqaalaha xannaano-maaleedyada, dugsiyada iyo machadyada waxbarashada waxaa loo soojeediyay isticmaalka af-shareerka.

Qaadista fayruska Koronaha ee dugsiyada ka dhacday waa yartahay. Fayruska isbeddelay dartiis ayaa waxaa haatan si dhow loola socdaa, waxqabayada loo baahanyahay, si xaaladdu ay mustaqbalkana u sii ahaato mid fiican. Hababka waxqabadka dugsiyada waxaa kahortag ahaan loo beddelay qaab ah, in la yareeyo xiriirka istaabashada ee dhow, tusaale ahaan lama qabanayo isboortiga la istaabto ama heeso. Reerkuna waa in uu raacayaa hawlaha taxaddarka waana in ay tusaale ahaan sida ugu macquulsan isaga ilaaliyaan u martinta ama u habeen u hoyashada. Waxaa kale oo ay tani quseysaa carruurta isku fasal ku jirta, sababtoo ah halista qaadista cudurku waa mid weyn, marka uu xiriirka istaabasho ee carruurta u dhexeeya uu yahay ay isu-dhowyihiin oo wakhti dheer qaadanaya.

Salaan saaxiibtinimo,

Waxqabadka cudurada faafa
Magaalada Helsinki

\*\*\*

**Уточненная инструкция в связи с выявлением в Хельсинки нового штамма коронавируса**

Уважаемые родители/законные представители детей и подростков!

Теперь и в Хельсинки выявлен новый штамм коронавируса, который завезен из Британии и отличается повышенной контагиозностью. Сразу, как только появилась информация о мутировавшей форме вируса, этот штамм стали отслеживать в цепочках передачи инфекции в Хельсинки.

Все лица, контактировавшие с заболевшим, помещаются на карантин продолжительностью 14 дней. Если имеется подозрение, что контакт был с новым штаммом вируса, лица, находившие в контакте, также дважды проходят тестирование даже в случае, если у них нет симптомов, указывающих на коронавирусную инфекцию.

Тестирование этих лиц проводится сразу в начале карантина, а во второй раз – за два дня до его завершения. Тестирование проводится бесплатно в городских центрах тестирования на коронавирусную инфекцию.

При опросе всех заразившихся в рамках выявления цепи заражения в настоящее время учитывается
риск того, что заболевание может быть вызвано новым штаммом вируса. Поэтому при выявлении цепи заражения тщательно выясняют, не связано ли заболевание с лицами, прибывшими из-за рубежа.

Мутировавший вирус точно идентифицируется при проведении теста. В отношении лиц, контактировавших с заболевшими, также проводится двукратное тестирование даже при отсутствии у них симптомов. Если симптомы появляются во время карантина, следует незамедлительно пройти тест.

С лицами, контактировавшими с заболевшими, или с их родителями/законными представителями свяжутся отдельно и они получат более подробные инструкции. Всех родителей/законных представителей детей в детских садах, школах и учебных заведениях в дальнейшем также будут информировать о возможных новых мутациях коронавируса. Для выявления мутировавшего вируса при проведении исследования требуется время, поэтому ответ о том, стал ли причиной заражения новый штамм, будет готов через несколько дней. По имеющейся на данный момент информации, заболевание, вызванное новым штаммом вируса, протекает не тяжелее, чем вызванное ранее выявленным коронавирусом.

**Число заражений по-прежнему велико**

На протяжении последних недель эпидемиологическая ситуация, если судить по числу новых заражений, стабилизировалась. Тем не менее, по-прежнему заболевает много людей.

В настоящее время недостаточное число потенциально больных обращаются за анализом. Тестирование следует проходить при малейшем подозрении на заражение.

Симптомы коронавирусного заболевания напоминают симптомы гриппа или желудочного расстройства. К ним относятся, например, повышение температуры, кашель, головная боль, тошнота, диарея, мышечная боль, боль в горле, насморк, одышка, потеря вкуса и обоняния. На тестирование на наличие коронавирусной инфекции направляются независимо от возраста все лица с описанной симптоматикой.

В Хельсинки на тестирование можно попасть в день обращения через сервис [Omaolo](http://www.omaolo.fi/) или через городскую справочную по коронавирусу (тел. 09 310 10024, ежедневно с 8 до 18 ч). Развернута широкая сеть пунктов сдачи анализов. В настоящее время срок обработки анализов составляет менее суток, то есть результат можно получить быстро.

**Меры профилактики, которые по-прежнему следует соблюдать**

Меры профилактики нового штамма коронавируса такие же, как и для основного штамма. При появлении симптомов заболевания следует сдать тест и оставаться дома. Необходимо соблюдать безопасные дистанции, а также тщательно мыть руки и при кашле прикрывать рот рукавом. Учащимся 6-го класса и старше рекомендуется носить маски. Всем работникам детских садов, школ и других учебных заведений рекомендуется носить маски.

Заражений коронавирусной инфекцией в школах довольно мало. Из-за мутации вируса в настоящее время ведется тщательный мониторинг с целью выработки необходимых мер защиты для того, чтобы ситуация сохранялась стабильной. Порядок работы школ в профилактических целях изменен с тем, чтобы минимизировать близкие физические контакты, например исключены контактный спорт и пение. В семейном кругу также следует соблюдать меры предосторожности, например, по возможности, избегать походов в гости и приема гостей, тем более с ночевкой. Это относится и к одноклассникам, поскольку риск заражения тем больше, чем в более близком и продолжительном контакте находятся дети.

С уважением,

Служба санитарно-эпидемиологического надзора
Муниципалитет города Хельсинки

\*\*\*

**تم إثبات وجود فيروس كورونا المتحول في هلسنكي أيضًا**
**- تم تدقيق الإرشادات**

أعزاءنا أولياء أمور الأطفال والشباب

تم في هلسنكي أيضًا إثبات وجود الفيروس المتحول الذي أصله من بريطانيا والذي يتسبب بالعدوى بسهولة. بمجرد تلقي المعلومة عن تحول الفيروس، تم أخذ ذلك بعين الاعتبار في تتبع الإصابة بالعدوى في هلسنكي.

جميع الذين تعرضوا للإصابة بالعدوى بفيروس كورونا سوف يتم فرض حجر صحي عليهم لمدة 14 يومًا. إذا كان هناك شك بأن المسألة من الممكن أن تكون عبارة عن فيروس كورونا المتحول، فيتم حينئذ اختبار الذين تعرضوا للإصابة بالعدوى مرتين، حتى لو لم تكن لديهم أعراض تُشير إلى الإصابة بالعدوى بفيروس كورونا.

يتم اختبار الذي تعرضوا للإصابة بالعدوى حالاً في بداية الحجر الصحي، والمرة الثانية يومين قبل انتهاء الحجر الصحي. يتم إجراء الاختبارات في مراكز اختبار كورونا التابعة للبلدية، والاختبار مجاني.

نأخذ بعين الاعتبار أثناء مقابلة جميع المصابين بالعدوى (أثناء تتبع العدوى) في الوقت الحاضر،
أن المسألة من الممكن أن تكون عبارة عن فيروس متحول. لهذا السبب نستوضح أثناء التتبع بدقة، ما إذا كانت الحالة لها علاقة برحلة إلى الخارج.

من الممكن التعرف على الفيروس المتحول بشكل جيد من خلال اختبار كورونا. يتم إجراء الاختبار مرتين أيضا للأشخاص الذين تعرضوا للإصابة بالعدى ولا تظهر عليهم أعراض. إذا ظهرت أعراض أثناء فترة الحجر الصحي، فيتوجب الذهاب إلى الاختبار بدون تأخير.

سوف نتواصل مع الذين تعرضوا للإصابة بالعدوى أو مع أولياء أمورهم بشكل منفصل، وسوف يحصلون على إرشادات أكثر دقة بخصوص ما يتوجب عليهم فعله. سوف نُبلغ أيضًا حضانات الأطفال والمدارس والمؤسسات التعليمية بمعلومات عن الفيروس المتحول المحتمل، وكذلك أيضًا بخصوص فيروس كورونا ذو الصيغة الأساسية. لأن التأكد من الفيروس المتحول يستغرق وقتًا أثناء إجراء الفحوصات، فالتأكيد على ما إذا كان الفيروس متحولا أم لا يستغرق عدة أيام. وفقًا للمعلومات المتوفرة حاليًا فإن الفيروس المتحول لا يُسبب مرضًا أصعب من السابق.

**ما زالت الإصابات بالعدوى كثيرة جداً**

استقر الوضع بخصوص قدر الإصابات الجديدة بالعدوى خلال الأسابيع الأخيرة. لكن ما زالت الإصابات بالعدوى كثيرة.

عدد الأشخاص الذين يذهبون لإجراء الاختبار قليل جداً في الوقت الحاضر. يتوجب الذهاب للاختبار حتى ولو كانت الأسباب بسيطة.

أعراض فيروس كورونا تُشبه أعراض الزكام ووعكة البطن. أعراض الإصابة بالعدوى هي على سبيل المثال ارتفاع درجة حرارة الجسم أو السعال أو ألم الرأس أو الغثيان أو الإسهال أو ألم العضلات أو ألم الحلق أو انسداد الأنف أو ضيق التنفس أو فقدان حاسة الشم أو التذوق. يتم توجيه كل شخص لديه أعراض الإصابة بفيروس كورونا بغض النظر عن السن لإجراء اختبار كورونا.

من الممكن في هلسنكي إجراء الاختبار في نفس اليوم من خلال خدمة [Omaolo](http://www.omaolo.fi/) أو من خلال استشارات كورونا التابعة للبلدية (هاتف: 09 310 10024، يوميًا فيما بين الساعة 8 - 18) وشبكة أخذ العينات واسعة. نتائج الاختبار تكون جاهزة بسرعة خلال أقل من يوم واحد.

**يتوجب مواصلة اتخاذ الإجراءات الاحترازية**

تتم الوقاية من الفيروس المتحول بنفس الطريقة المستخدمة لفيروس كورونا بخلاف ذلك. إذا ظهرت الأعراض، فيتوجب الذهاب لاختبار كورونا والبقاء في البيت. يتوجب تذكر بُعد المسافة الآمنة وبالإضافة لذلك الحرص على نظافة اليدين والنظافة الخاصة بالسعال بشكل جيد. نُوصي بأن يستخدم طلاب الصف 6 والطلاب الأكبر منهم سنًا كمامات الوجه. يُوصى بأن يستخدم الكمامات جميع العاملين في حضانات الأطفال والمدارس والمؤسسات التعليمية.

حدثت الإصابات بالعدوى بفيروس كورونا في المدارس بقدر قليل جداً. بسبب التحولات التي طرأت على الفيروس نُتابع في الوقت الحاضر بدقة فائقة الإجراءات المتوجب اتخاذها كي يبقى الوضع جيداً فيما بعد أيضًا. تم تغيير أطباع التعامل في المدارس بشكل واقٍ، من خلال جعل التواصل عن قُرب في حدوده الدنيا، على سبيل المثال لا يوجد غناء أو رياضة يحدث أثناءها الاقتراب من الأشخاص. كما أنه يتوجب الالتزام بالإجراءات الاحترازية داخل نطاق العائلة، وتجنب على سبيل المثال حسب الامكانيات الزيارات أو المبيت ليلاً عند الآخرين. هذا يمس أيضًا أطفال نفس الصف الدراسي، لأن خطر الإصابة بالعدوى يزداد كلما كان التواصل بين الأطفال أكثر قربًا أو لمدة أطول.

مع أطيب التحيات،

الفعالية الخاصة بالأمراض الوبائية
مدينة هلسنكي