

# اقدامات راجع به کنترل عفونت به روز شنبه ۱۲ فبروری لغو می گردد

حکومت تمام اقدامات وقایوی کووید-۱۹، منجمله استفاده از ماسک، رعایت فاصله ۱ متر و همچنان مکلفیت به انزوا رفتن را در صورت بیماری لغو می کند و برای سوالبرد برخی از مقررات حفظ می شود. این تغییرات از روز شنبه ۱۲ فبروری از ساعت ۱۰ قابل اجرا است.

نخست وزیر، یوناس گار ستوره، میگوید: پاندمی کرونا دیگر برای صحت اکثریت ما تهدید بزرگ نیست. اومیکرون باعث بیماری جدی نمیشود و واکسین از ما به خوبی محافظت می کند. بنا بر این، ما تقریباً تمام تدابیر و اقدامات وقایوی مانند رعایت فاصله ۱ متر، مکلفیت استفاده از ماسک و انزوا را لغو مینماییم و می توانیم به زنده گی روزمره عادی بر گردیم.

این تصمیم بر اساس توصیه های انستیتوت صحت عامه و ریاست صحت عامه اتخاذ شده است. ادارات متذکره معتقد اند که می توانند در تدابیر و اقدامات قایوی تسهیلات بیاورند و انستیتوت صحت عامه تأکید میکند که این اقدام از نظر کنترل عفونت قابل توجیه است. انتظار می رود که در نتیجه این تسهیلات، عفونت افزایش یابد، بسیاری از افراد به کرونا مبتلا شوند و به علت بیماری غیابت بیشتر شود. احتمالاً تعداد بستر شدن افراد در شفاخانه ها افزایش خواهد یافت اما مریضان برای مدت کوتاه بستر خواهند شد و به مراقبت عاجل نیاز کمتر خواهند داشت. انستیتوت صحت عامه تخمین می کند که تعداد بستر شدن همزمان اشخاص در شفاخانه ها از ۱۰۰۰ نفر تجاوز نخواهد کرد و شفاخانه ها ظرفیت معالجه آنها را دارد.

وزیر صحت عامه و خدمات مراقبتی، انگویل شیرکول، میگوید: در هفته های آینده بسیاری از افراد به کرونا مبتلا خواهند شد که ما باید برای این کار آماده گی داشته باشیم و قادر به مدیریت افزایش عفونت باشیم. با وجود لغو اقدامات، هنوز هم مهم است که توصیه های عمومی کنترل عفونت را دنبال کنیم. حالا ما در مورد رعایت تدابیر و اقدامات وقایوی تجارب گسترده داریم و این کار را باید ادامه دهیم. حکومت به تاریخ ۱ فبروری بسیاری از تدابیر و اقدامات وقایوی کرونا را لغو کرد. برخی از مهمترین تغییراتی که از روز شنبه ۱۲ فبروری ساعت ۱۰ قابل اجرا است، قرار ذیل می باشند:

- مکلفیت رعایت فاصله ۱ متر لغو می گردد
- مکلفیت استفاده از ماسک لغو می گردد
- تنها برای آنده بزرگسالانی که علائم داشته باشند توصیه می شود که خود را تست کنند.
- الزامات انزوا لغو می شود و توصیه ای جایگزین آن می شود که بزرگسالان مصاب باید برای مدت چهار روز در خانه بمانند. این توصیه به طور متداوم ارزیابی می شود و انتظار می رود که در ظرف چند هفته تغییر کند.

- به کودکان کودکان و متعلمین مکاتب توصیه می شود که در صورت مریضی در خانه بمانند. اگر در مدت ۲۴ ساعت تب نداشته باشند، می توانند به مکتب و کودکان و متعلمین مکاتب اگر علائم نیز داشته باشند مجبور نیستند که خود را تست کنند.
- مکلفیت ثبت نام و ارائه تست منفی قبل از ورود لغو می شود.

### حالت اضطراری و نظارت حفظ می شود

اگر چه اقدامات وقایوی لغو می گردد، ولی پاندمی هنوز ختم نشده است. موج زمستانی جریان دارد و ممکن است امواج جدید و ویروس جهش یافته بروز کند. بنا بر این، حکومت در حال تهیه ستراتیژی و پلان اضطراری طولی مدت برای مقابله با پاندمی است. تجدید نظر در ستراتیژی در بهار سال ۲۰۲۲ ارائه خواهد شد.

نخست وزیر میگوید: هدف اساسی ستراتیژی «در کرونا زنده گی کردن» این است که ما باید بتوانیم با کووید-۱۹ به طوری زنده گی کنیم که کمترین بار بر افراد و جامعه وارد شود.

وزیر صحت عامه و خدمات مراقبتی میگوید: ما باید در آینده برای مقابله با شیوع احتمالی و انواع جهش یافته ویروس آماده گی خوب داشته باشیم. از مجموعه اقدامات ما می توانیم با در نظر داشت شرایط برای وضع نمودن تسهیلات و یا محدودیت ها در آینده استفاده کنیم. ما باید برای به وقوع پیوستن واقعاتی که قابل تصور هم نباشد آماده گی کامل داشته باشیم.

وزیر صحت می افزاید: قبل از تکمیل شدن چهارچوب ، در زمینه نظریات سکتور ها و متخصصین مربوط گروه Holden IV گرفته می شود تا این مجموعه اقدامات تا حد امکان مؤثر و باعث کمترین فشار بر سکتور های مربوطه شود.

### ادامه آزمایش قبل و بعد از ورود به سواالبرد

خدمات صحتی در سواالبرد محدود است و حالت اضطراری نسبت به سرزمین اصلی در آنجا بیشتر آسیب پذیر است. به همین دلیل، تدابیر و اقدامات خاص وقایوی در آنجا وضع گردیده بود. حکومت حکم برگشت کشتی هایی که در آنها مسافری مصاب موجود باشند به سر زمین اصلی و یا کشور مربوطه را لغو می کند. شرط آزمایش قبل و بعد از عزیمت ادامه خواهد داشت. همچنان منع پرواز های چارتر بین المللی الی امر ثانی ادامه خواهد داشت زیرا در زمینه نیاز به ارزیابی های بیشتر است. بنا بر این، وزارت صحت عامه ریاست صحت عامه و انستیتوت صحت عامه را موظف نموده اند تا در زمینه ارزیابی های متداوم را انجام نمایند. انتظار میرود که در زمینه در طی دو هفته آینده تغییرات به عمل بیاید.

## پاندمی دیگر یک بیماری جدی ساری نیست

به اساس توصیه های مسلکی ریاست صحت عامه و انسنتیوت صحت عامه، حکومت تصمیم گرفته است که پاندمی کووید-۱۹ طبق قانون کنترول عفونت به حیث یک «مریضی ساری جدی خطرناک» محسوب نشود؛ یعنی تمام تدابیر و اقدامات وقایوی که به اساس ماده 1-4 §، جزء ۲ وضع گردیده بود لغو میگردد. هنوز هم کووید-۱۹ یک مریضی ساری جدی خطرناک محسوب می شود؛ یعنی شاروالی ها می توانند در صورت ضرورت، تدابیر و اقدامات وقایوی محلی را وضع کنند.

## توصیه های فعلی

### توصیه های عمومی برای مردم

- دستان خود را مکرراً بشویید و در زمان سرفه یا عطسه بینی خود را بپوشانید
- برنامه واکسین کرونا را دنبال کنید
- در صورت داشتن علایم خود را تست کنید. متعلمین مکاتب و کودکان ها از این امر مستثنی می باشند. اگر علایم نداشته باشید، لازم نیست که خود را تست کنید، حتی اگر با شخص مصاب از نزدیک تماس داشته باشید.
- در صورت بروز علایم مشکلات تنفسی و احساس بیماری در خانه بمانید. شما باید تا زمانی در خانه بمانید که حالت عمومی تان خوب شود و ۲۴ ساعت بدون تب باشید. علایم خفیف مانند آب بینی، نشستگی آواز و یک اندازه سرفه مشکل بزرگ نیست.
- در صورت نتیجه مثبت تست کرونا، از بروز علایم برای مدت چهار روز در خانه بمانید. همچنان آنده افرادی که علایم ندارند ولی نتیجه تست شان مثبت است نیز باید برای مدت چهار روز در خانه بمانند. اطفال کودکان ها و مکاتب از انجام دادن تست معاف می باشند اما برای شان توصیه می شود که در صورت بیماری در خانه بمانند. اگر آنها در ۲۴ ساعت تب نداشته باشند، در آن صورت می توانند به مکتب و کودکان بروند.
- اگر نگران صحت خود و یا فرزندان خویش هستید با داکتر معالج خود تماس بگیرید.

### توصیه ها برای افراد شامل گروپ های خطر و افراد واکسین نشده

- افرادی که در معرض خطر مریضی جدی قرار دارند و بزرگسالانی که واکسین نشده باشند باید خطر عفونت و مبتلا شدن به مریضی کووید-۱۹ را نسبت به نیاز به تماس با دیگران ارزیابی کنند.
- عدم اشتراک در تجمعات بزرگ و استفاده از ماسک را می توان در هنگام سطح شیوع بلند و ویروس ارزیابی نماییم. به هر حال باید خود را منزوی نسازیم و به برخی از تماس های اجتماعی خویش ادامه دهیم.

- اگر افراد شامل گروه های خطر توصیه های واکسیناسیون را دنبال کنند در برابر بیماری های جدی محافظت می شوند و آنها می توانند مانند دیگران زنده گی کنند و از توصیه های وضع شده وقایوی مانند سایر افراد پیروی کنند.
- با آنده اشخاصی که در معرض خطر بیماری جدی قرار دارند، توصیه می گردد که در هنگام سطح بلند عفونت ویروس با داکتر خود در مورد نیاز حفاظت و خطرات مشوره کنند. معلومات بیشتر در مورد گروه های خطر را در صفحه انترنتی انستیتوت صحت عامه مطالعه کنید.

## فاصله و تماس های اجتماعی

- اگر علایم جدید جهاز تنفسی داشته باشید با دیگران فاصله را رعایت کنید، خصوصاً با افرادی که در معرض خطر قرار دارند.
- شفاخانه ها و مراکز مراقبتی شاروالی ها در هنگام ولادت و یا عیادت مریضان باید برای اقارب و همراهان مصاب به کرونا تسهیلات را فراهم سازند.

## ماسک

- الزامات وضع شده برای استفاده از ماسک لغو می گردد.
- توصیه می گردد که در صورت داشتن علایم ریزش/مشکلات جهاز تنفسی در هنگام تماس با اشخاص شامل گروه های خطر از ماسک استفاده کنید.
- به افرادی شامل گروه های خطر و اشخاص واکسین نشده توصیه می گردد که در هنگام سطح بلند عفونت در صورت دشوار بودن رعایت فاصله با دیگران، از ماسک استفاده شود.

## آزمایش

- برای بزرگسالان توصیه می شود که در صورت داشتن علایم/مشکلات جهاز تنفسی تست کووید-۱۹ را انجام دهند. برای افراد بدون علایم آزمایش توصیه نمیشود. اطفال دارای علایم نیاز به تست ندارند.
- در صورتی که نتیجه تست خودی مثبت باشد، فرد باید این نتیجه را در سیستم ردیابی عفونت شاروالی ثبت کند. تست خودی مثبت در [helsenorge.no](http://helsenorge.no) رجستر نمیشود و همچنان در کارت واکسین کرونا نیز قابل مشاهده نیست.
- تست خودی مثبت افرادی که کاملاً واکسین نشده اند، یعنی افرادی که دوز تقویتی واکسین را دریافت نکرده باشند، باید نتیجه تست شان با آزمایش در مراکز آزمایش تأیید شود. برای افرادی که دوز تقویتی یا دو دوز

اساسی را دریافت کرده اند و بعد از آن در سه ماه آخر به کووید-۱۹ مبتلا شده باشند، لازم نیست که تست تائیدی را انجام دهند.

- در هنگام بروز علائم، نتیجه آزمایش اکثر افراد مثبت می باشد. ممکن است در برخی موارد بروز علائم در اشخاصی که نتیجه تست خودی شان مثبت باشد مدت طولانی را در بر گیرد. در صورت تداوم علائم و نتیجه منفی تست خودی، توصیه می شود که ۲ الی ۳ روز بعد تست جدید انجام شود.

## انزوا

- الزامات قانونی انزوا لغو می گردد و توصیه می شود که بزرگسالان مصاب به کووید-۱۹ بعد از بروز علائم برای مدت ۴ روز و الی نداشتن تب در ۲۴ ساعت در خانه بمانند.
- اگر بنا بر دلایل وظیفوی باید شخص مصاب به محل کار خویش برود، در زمینه توصیه های وقایوی موجود است. برای معلومات بیشتر به صفحه انترنتی FHI مراجعه گردد.
- توصیه های ماندن در خانه برای مدت ۴ روز برای اطفال کودکان ها و مکاتب قابل اعتبار نیست. برای آنها توصیه می شود که تنها در صورت مریضی در خانه بمانند.

## ردیابی عفونت

- بعد از این توصیه نمیشود که افراد مبتلا به ویروس کرونا به سایر تماس های نزدیک خود اطلاع دهد.
- شاروالی ها میتوانند در موارد خاص وظایف ردیابی عفونت را انجام دهند، به طور مثال در صورت شیوع ویروس در مراکز صحتی و مراقبتی شاروالی ها

## قرنطین

- به تاریخ ۱ فبروری لغو و آزمایش جاگرین قرنطین گردیده است.

## مکاتب، کودکانستان ها و SFO

- الزامات فعالیت به اساس مقررات کووید-۱۹ لغو می گردد و همچنان استفاده از مدل چراغ ترافیکی نیز لغو می شود.
- فعالیت های عادی مطابق با توصیه های وقایوی عامه

- در مکاتب و کودکانستان ها هنوز هم نیاز به کنترل عفونت موجود است. در زمینه به مقررات محیطی صحی در کودکانستان ها و مکاتب مراجعه گردد. به اساس مقررات متذکره، مراجع فوق باید طوری فعالیت نمایند که برای جلوگیری از شیوع امراض ساری پلان های مشخص داشته باشند که بتوانند به اساس این پلان ها فعالیت های خود را ادامه دهند و یا هم متوقف سازند. در رهنمود انستیتوت صحت عامه برای کودکانستان ها و مکاتب رهنمایی های لازم کووید-۱۹ موجود است.
- به کارفرمایان توصیه می گردد که در مؤسسات تعلیمی و تحصیلی برای اشخاص شامل گروپ های خطر تسهیلات را فراهم سازند تا آنها در زنده گی روزمره از آزادی معین برخوردار باشند.
- توصیه های انستیتوت صحت عامه در محلات کار برای کارمندان کافی است. در رهنمود کرونای انستیتوت صحت عامه معلومات و توصیه های مشخص برای کودکانستان ها و مکاتب تحت عنوان توصیه ها و کنترل عفونت در مکاتب و کودکانستان ها، موجود است.
- مدل چراغ ترافیکی به حیث یک رهنمود آماده گی در شرایط اضطراری ادامه میابد که مدل مذکور اقدامات کاهش تماس را توصیه می کند. زمانی که وضعیت عفونت در شاروالی ها نیاز به اقدامات وقایوی مناسب در مکاتب و کودکانستان ها داشته باشند، شاروالی می توانند در صورت رعایت شرایط موجوده در مقررات کنترل عفونت، در مورد استفاده از مدل چراغ ترافیکی تصمیم بگیرند.

### پوهنتون ها، مؤسسات تعلیمات عالی متوسطه و مکاتب حرفوی

- الزامات فعالیت به اساس مقررات کووید-۱۹ لغو می گردد.
- ادامه فعالیت در مطابقت با مقررات وقایوی صحی محیطی قابل اعتبار است. مقررات متذکره برای تمام مؤسسات قابل اعتبار است. به اساس این مقررات، مؤسسات باید فعالیت های خویش را طوری عیار سازند که بتوانند برای جلوگیری از امراض ساری فعالیت های خود را تعطیل و یا متوقف سازند.
- ادامه فعالیت های عادی مطابق با توصیه های عامه.
- به کارفرمایان توصیه میگرد که برای آنعده کارمندان خود که در گروپ های خطر هستند تسهیلات لازم را فراهم سازند.

### زندگی کاری

- توصیه ادامه فعالیت های عادی مطابق با توصیه های عامه
- کارفرمایان باید برای محدود کردن شیوع ویروس رهنمایی های لازم را ارزیابی کنند. مهم است که کارفرمایان در محلات کار برای اشخاص شامل گروپ های خطر تسهیلات لازم را فراهم سازند.

## محافل و گردهمایی ها

- الزامات برای ادامه فعالیت به اساس مقررات کووید-۱۹ لغو می گردد، یعنی هیچگونه محدودیت های خاص برای برگزارکننده گان گردهمایی و مراسم و یا هم فراهم نمودن تسهیلات رعایت فاصله موجود نیست.
- اکنون هم ادامه فعالیت ها در مطابقت با الزامات مراقبت محیطی صحی برای تمام دوایر و مؤسسات موجود می باشد که به اساس این مقررات دوایر و مؤسسات باید فعالیت های خویش را طوری ادامه دهند که بتوانند برای جلوگیری از امراض ساری فعالیت های خویش را متوقف و یا لغو نمایند.
- ادامه فعالیت ها در مطابقت با توصیه های عمومی کنترول عفونت

## رستورانها و سایر دوایر و مؤسسات

- الزامات تنظیم شده برای ادامه فعالیت به اساس مقررات کووید-۱۹ برای رستورانها، سایر دوایر و مؤسسات لغو می گردد.
- در مورد نوع فعالیت و فاصله هیچ نوع محدودیت وجود ندارد.
- ادامه فعالیت های عادی مطابق با توصیه های عامه
- اکنون هم ادامه فعالیت ها در مطابقت با الزامات مراقبت محیطی صحی برای تمام دوایر و مؤسسات موجود می باشد که به اساس این مقررات دوایر و مؤسسات باید فعالیت های خویش را طوری ادامه دهند که بتوانند برای جلوگیری از امراض ساری فعالیت های خویش را متوقف و یا لغو نمایند.

## ورود به ناروی

- مکلفیت ارائه تست منفی و ثبت نام قبل از ورود لغو می گردد.
- مکلفیت انجام دادن تست، قبل و بعد از عزیمت به سوآلبرد، برای فعلاً حفظ می شود. پرواز های چارتر بین المللی به سوآلبرد هنوز هم ممنوع می باشند.