



وزارت صحت عامه

اطلاعیه وزارت صحت عامه ج.ا.ا!

هموطنان عزیز!

در صورتیکه در دو هفته گذشته از ایران و یا چین برگشته اید و یا با مریض مصاب به مرض ویروسی کرونا در تماس شده باشید، و اعراض و علایمی مانند تب، سرفه، ریزش و نفس تنگی ندارید؛ برای جلوگیری از سرایت مرض ویروسی کرونا توصیه های ذیل را جدا در نظر بگیرید:

- حد اقل حدود دو هفته در خانه بمانید!
- دست های خود را روزانه مکرراً با آب و صابون بشویید و یا با استفاده از مایع ضد میکروب دست هایتانرا پاک نمایید!
- به مجالس و محلات بیروبرار نروید!
- از دست دادن، رو بوسی و بغل کشی با اعضای خانواده و سایر مردم مخصوصاً افراد آسیب پذیر مانند خانم های حامله، کهن سالان، اطفال زیر سن دو سال، و افراد مصاب به امراض قلبی، تنفسی، شکر و سرطان ها جداً خودداری نمایید!
- از شریک نمودن وسایل شخصی مانند برس دندان، روی پاک، جان پاک، گیلان، بشقاب، قاشق، پنجه و غیره با دیگران خودداری نمایید!
- سبزیجات و میوهجات مانند لیمو، نارنج، کینو، مالته، و کیوی بیشتر بخورید!

توجه جدی!

اگر اعراض و علایمی مانند تب، سرفه و نفس تنگی دارید؛ و از کشور های ایران و یا چین به کشور برگشته اید بخاطر تشخیص به موقع و جلوگیری از سرایت مرض ویروسی کرونا به شماره های رایگان ۱۶۶ و ۱۲۰ مرکز معلومات صحت وزارت صحت عامه در تماس شوید و مطابق رهنمایی آن عمل نمایید!



د عامې روغتیا وزارت

د افغانستان د اسلامي جمهوریت د عامې روغتیا وزارت خبرتیا

گرانو هیوادوالو!

که په تیرو دوو اونیو کې د چین یا ایران هیواد څخه را گرځیدلي یاست او یا په کرونا ویروسی ناروغۍ اخته ناروغ سره په نژدی اړیکې کې راغلی یاست، او د تبې، توخې، ریزش او ساه لنډې په څیر نښې نه لرئ، لاندې سپارښتنې په پام کې ونیسئ:

- لږ تر لږه دوه اونۍ په کور کې پاتې شی!
- خپل لاسونه مو په ورځ کې بار بار په اوبو او صابون و وینځئ او یا د میکروب ضد مایع وکاروئ!
- غونډو او د گڼې گونې څخه ډکو ځایونو ته مه ځئ!
- د کورنۍ د غړو او نورو وگړو، په ځانگړي توگه تر خطر لاندې وگړو سره لکه زاره، تر دوو کلونو کوچنیو ماشومانو او امیدوارو میرمنو او د شکرې، زړه، تنفسي او سرطانونو په ناروغیو اخته کسانو سره په لاس او غاړې وتلو له روغبر څخه کلکه ډډه وکړئ!
- د غاښونو برس، روی پاک، ځان پاک، گیلان، بشقاب، کاجوغي او پنجې په څیر شخصي وسایلو له شریکوولو ډډه وکړئ!

جدی پاملرنه!

کچیری تبه، توخې او سالنډي لری، او د ایران او یا چین هیوادونو څخه راگرځیدلي یاست نو د کرونا ویروسی ناروغۍ د خپریدو څخه د پر وخت مخنیوی او تشخیص لپاره د عامې روغتیا وزارت د روغتیايي معلوماتو مرکز وړیا شمیرو ۱۶۶ او ۱۲۰ سره په اړیکه کي شی.