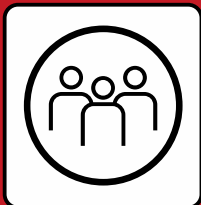


ÍGY VÉDEKEZZÜNK.

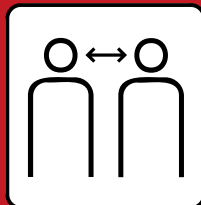


Frissítés dátuma: 2020.12.03.

ÁLLÍTSUK MEG A KORONAVÍRUST!



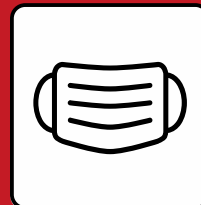
Találkozzon kevesebb emberrel!



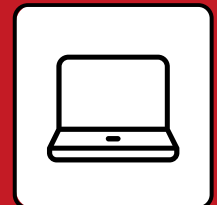
Tartson távolságot!



Kötelező a maszkviselés, ha nincs lehetőség a távolságtartásra!



Kötelező a maszkviselés a közintézményekben és beltéri helyiségekben és a tömegközlekedési eszközökön!



Ha van rá lehetősége, dolgozzon otthonról.



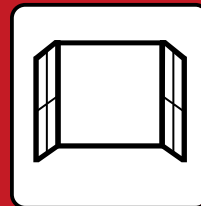
Mosson alaposan kezet!



Zsebkendőbe vagy a könyökhajlatába köhögjön és tüsszentsen!



Kerülje a kézfogást!



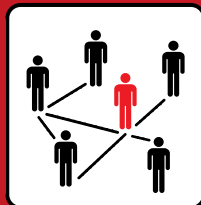
Szellőztessen naponta többször!



Tilos közterületen 15 fő feletti spontán összejöveteleket tartani.



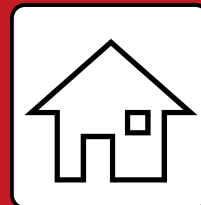
Ha tüneteket észleli magán, azonnal végeztesse tesztet, és maradjon otthon!



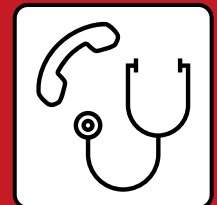
A nyomkövethetőség érdekében mindig hiánytalanul adja meg kapcsolattartási adatait.



A fertőzési láncok megszakítása érdekében töltsse le és aktiválja a SwissCovid alkalmazást!



Ha a teszthez pozitív lett, el kell szigetelődnie. Ha egy kontaktszemély teszthez lett pozitív, karanténba kell vonulnia.














A háziorvosnál vagy a sürgősségi osztályon csak telefonon jelentkezzen be!

www.foph-coronavirus.ch

Egyes kantonokban szigorúbb szabályok vannak érvényben

Tartalomjegyzék

 Új információ

Az új koronavírussal kapcsolatos leggyakoribb kérdések	4
1. Fertőzés és kockázatok	5
1.1 Miért olyan fontosak a higiéniai és viselkedési szabályok?	5
1.2 Ki számít különösen veszélyeztetettnek? 	5
1.3 Ha Ön a különösen veszélyeztetett személyek közé tartozik, így védekezhet. 	5
1.4 Mire kell ügyelnie, ha várandós, és ezáltal valószínűleg különösen veszélyeztetett a Covid-19-ben való megbetegedés tekintetében? 	6
1.5 Hogyan lehet elkapni a koronavírust?	6
1.6 Mennyi idő telik el a megfertőződés és a megbetegedés között? Mikortól fertőző valaki? 	7
2. Tünetek, diagnózis és kezelés	7
2.1 Mely tünetek jelentkeznek az új koronavírussal fertőzött embernél?	7
2.2 Mit tegyek a Covid-19 tüneteinek jelentkezésekor? 	8
2.3 Mi az a koronavírus-ellenőrzés?	8
2.4 A 12 év alatti gyermekem tüneteket mutat. Mit kell tennünk? Mehet iskolába vagy napközi otthonos intézménybe?	9
2.5 Hogyan történik az új koronavírusos megbetegedés gyógyítása?	10
2.6 Olyan panaszokat, betegségérzetet vagy tüneteket tapasztal, amelyek nem hozhatók összefüggésbe az új koronavírussal?	10
3. Tesztelések	10
3.1 Mikor kell elvégeztetnem a koronavírustesztet? 	10
3.2 Hol tudom a tesztet elvégeztetni? 	10
3.3 Mikor vállalja át az állam a PCR vagy antigén gyorseszteszt költségeit? 	10
4. Kontaktkövetés, elszigetelődés és karantén	11
4.1 Mit jelent az elszigetelődés és a karantén? Miért fontos mindkét intézkedés? 	11
4.2 Mi az a kontaktkövetés? 	11
4.3 Mit kell tennie, ha koronavírussal fertőzött személlyel került kapcsolatba? 	12
4.4 A karantén ideje alatt időnként elhagyhatom a lakást, kimehetek sétálni, friss levegőt szívni vagy vásárolni? 	13

5. SwissCovid alkalmazás ^N	13
5.1 Hogyan működik a SwissCovid alkalmazás esetében a más felhasználókkal történő találkozás felismerése? ^N	13
5.2 Mit kell tennem, ha értesítést kaptam a SwissCovid alkalmazástól, hogy fennáll annak veszélye, hogy megfertőződtem. ^N	14
6. Maszkok	14
6.1 Hol kötelező maszkot viselni?	14
6.2 Kisgyermek és más személyek kivételt képezhetnek a kötelező maszkviselés alól?	15
6.3 Ha nincs nálam maszk, eltakarhatom az arcom és az orrom sállal vagy kendővel?	15
7. Gyülekezés, rendezvények és szabadidős tevékenységek	16
7.1 Mely rendezvények megtartása tilos?	16
7.2 Milyen szabályok vonatkoznak a nyilvános és zártkörű rendezvényekre?	16
7.3 Milyen szabályok vonatkoznak a sport- és kulturális rendezvényekre?	16
7.4 Milyen szabályok vonatkoznak a bárókra és étteremre?	16
7.5 Milyen szabályok vonatkoznak a diszkókra és táncos szórakozóhelyekre?	16
8. Otthoni munkavégzés	17
9. Utazás/Svájcbba történő beutazás	17
9.1 Mire kell ügyelnek, ha külföldről utazom Svájcbba? Mely szabályok vonatkoznak a Svájcbba történő beutazásra?	17
10. Van segítség	18
10.1 Hol található további információkat az anyanyelvemen?	18
10.2 Mit tehetek, ha a kórházban nem beszélnek és nem értenek a nyelvemen?	18
10.3 Otthon kell maradnia, és élelmiszerre vagy orvosságokra van szüksége? Vagy szeretne valakinek segítségére lenni?	18
10.4 Aggódik vagy szüksége van valakire, akivel beszélhet?	18
10.5 Veszélyeztetve érzi otthon magát? Segítségre vagy védelemre van szüksége?	18
11. További információk	19

Az új koronavírussal kapcsolatos leggyakoribb kérdések

2019 végén új fertőző betegség ütötte fel a fejét: ez az úgynevezett „Covid-19”. A betegség okozója az új koronavírus, amely rövid időn belül világszerte elterjedt. A svájci Egészségügyi Hivatal (BAG) jelen tájékoztatójában választ adunk az új koronavírussal kapcsolatos leggyakoribb kérdésekre.

Az új koronavírussal való megfertőződés súlyos következményekkel járhat. Vannak, akiknél a megbetegedés halálos kimenetelű. Ezért fontos, hogy mindannyian védekezzünk a koronavírussal szemben.

Az egyéni felelősség fontos szerepet játszik: a megfertőződéssel szemben a legjobb védekezés, ha betartja a jelen dokumentum címlapján és a svájci Egészségügyi Hivatal plakátjain bemutatott higiéniai- és viselkedési szabályokat, amelynek része a szappannal történő, rendszeres kézmosás és a távolságtartás.

Érvényes köteleességek és tilalmak:

- Kiterjesztett kötelező maszkviselés:
 - Kötelező a maszkviselés a zsúfolt belvárosokban és faluközpontokban, intézmények és vállalatok kül- és beltéri nyilvános területein.
 - Kötelező a maszkviselés a tömegközlekedés teljes területén: a tömegközlekedési eszközökön, repülőkön, pályaudvarokon, megállóknak és reptereken.
 - Kötelező a maszkviselés minden közép- és szakképző iskolában (pl. gimnáziumokban, szakképző- és szakiskolákban).
 - Kötelező a maszkviselés a beltéri munkahelyeken, kivéve a saját munkaállomást, amennyiben be lehet tartani az ajánlott távolságtartást.
- Korlátozások a rendezvények és összejövetelek vonatkozásában (figyelem: a résztvevők számára a gyerekek is beleszámítanak):
 - Tilos 10 fő feletti zárkörű rendezvényt tartani.
 - Tilos 50 fő feletti nyilvános rendezvényt tartani.
 - Tilos közterületen 15 fő feletti spontán összejöveteleket tartani.
- Az éttermekre és bárókra vonatkozó szabályok:
 - Az éttermekben és bárókban kötelező ülve tartózkodni: ételt és italt csak ülve szabad fogyasztani.
 - Az éttermekben legfeljebb négy személy ülhet egy asztalnál (kivételet képeznek a gyermekes családok).
 - A klubok, diszkók és táncos szórakozóhelyek nem nyithatnak ki.
 - Az éttermek és bárók 23:00 és 06:00 óra között kötelesek zárva tartani.
- A sportra és kultúrára vonatkozó szabályok:
 - Szabadidősport: 15 fő felett tilos közös sporttevékenységet folytatni, tilos a kontaktsport, zárt térben kötelező a maszkviselés és a távolságtartás, nem zárt térben kötelező a maszkviselés vagy a távolságtartás; gyermekek a kötelező iskolai foglalkozásokon továbbra is korlátozások nélkül sportolhatnak.
 - Kultúra (zene, színház, tánc és hasonló): Amatőrök számára legfeljebb 15 fő esetén a kötelező maszkviselés és távolságtartási szabályok betartásával megengedett. Professzionális művészek számára a próbák és fellépések megengedettek.
 - Kórusok fellépése tilos, próbákat csak professzionális kórusok tarthatnak.
- A főiskolákon és egyetemeken távoktatás folyik.
- Lehetőség szerint otthonról kell dolgozni.
- A beutazókra kötelező karantén van érvényben.

Figyelem: egyes kantonokban szigorúbb szabályok vannak érvényben.

1. Fertőzés és kockázatok

1.1 Miért olyan fontosak a higiéniai és viselkedési szabályok?

Az új koronavírus egy újfajta vírus, amellyel szemben még nem alakult ki az emberek **immunvédekezése (védekező képessége)**. **Nagyon megnövekedhet a fertőzések és megbetegedések száma**, ezért az új koronavírus terjedését a lehető legjobban le kell lassítani.

Különösen vigyáznunk kell azokra, akiknél fokozottan fennáll a megbetegedés kockázata (lásd a → [Ki számít különösen veszélyeztetettnek?](#) kérdést **N**).

1.2 Ki számít különösen veszélyeztetettnek? **N**

Különösen veszélyeztetett személyek:

- **Idős emberek** (a kor előrehaladtával a koronavírussal való megfertőződés esetén növekszik a betegség súlyos lefolyásának kockázata. 50 év felett ezenkívül növekszik a kórházi ellátások igénybevételének gyakorisága. A krónikus betegségek szintén növelik a kockázatot.)
- **Várandós nők**
- **Az alábbi betegségek valamelyikében szenvedő felnőttek:**
 - magas vérnyomás
 - szív- és érrendszeri megbetegedések
 - cukorbetegség
 - krónikus légzőszervi megbetegedések
 - rák
 - az immunrendszer gyengülésével járó megbetegedések és terápiák
 - súlyos elhízás (BMI testtömegindex ≥ 40)

Ha Ön bizonytalan abban, hogy a különösen veszélyeztetett személyek közé tartozik-e, kérjük, forduljon orvosához.

Ha mindannyian betartjuk a viselkedési és higiéniai szabályokat, jobban tudunk vigyázni rájuk is. Ezzel hozzájárulhatunk ahhoz is, hogy a súlyos betegségben szenvedők továbbra is megfelelő kezelésben részesüljenek az egészségügyi intézményekben. Az intenzív osztályokon rendelkezésre álló helyek és lélegeztető gépek száma ugyanis korlátozott.

1.3 Ha Ön a különösen veszélyeztetett személyek közé tartozik, így védekezhet. **N**

A megfertőződéssel szemben úgy védekezhet a legjobban, ha következetesen betartja a higiéniai és viselkedési szabályokat. Az alábbiakat ajánljuk:

- Mosson rendszeresen és alaposan, szappannal kezét.
- Tartson távolságot a többi embertől (legalább 1,5 méter).
- Tartsa be a maszkviselésre vonatkozó szabályokat. Viseljen maszkot, ha nem tudja tartani a 1,5 méteres távolságot.
- Kövesse a higiéniai és viselkedési szabályokat akkor is, ha barátokkal vagy családtagokkal találkozik. Például az étel kiszedéséhez ne érintsék meg többen ugyanazt az evőeszközt, és ne igyanak ugyanabból a pohárból stb.
- Kerülje a tömeget. Csúcsidőszakokban kerülje az olyan helyeket, ahol sok ember fordul elő (például ingázók a tömegközlekedési eszközökön vagy a pályaudvaron, szombati nagybevásárlás).

Ha a betegség egy vagy több tünetét tapasztalja magán (lásd a → [Mely tünetek jelentkeznek az új koronavírusral fertőzött embernél?](#) kérdést), **azonnal hívja fel orvosát vagy egy kórházat, és végeztesen tesztet. Hétfvégén is.** Írja le tüneteit, és mondja el, hogy a különösen veszélyeztetett személyek közé tartozik.

1.4 Mire kell ügyelnie, ha várandós, és ezáltal valószínűleg különösen veszélyeztetett a Covid-19-ben való megbetegedés tekintetében? N

Ha Ön várandós, a lehető legjobban védekeznie kell a koronavírusral való megfertőződéssel szemben. Ezért az ajánljuk, hogy kövesse a különösen veszélyeztetett személyeknek szóló ajánlásainkat (lásd az előző → [Ha Ön a különösen veszélyeztetett személyek közé tartozik](#) pontot. [így védekezhet.](#) N)

Munkáltatója az anyavédelemre vonatkozó rendelet alapján köteles Ön mint várandós nő számára a lehető legjobb védelmet biztosítani az új koronavírusral való megfertőződéssel szemben. Amennyiben erre nincs lehetőség, munkáltatója köteles megfelelő alternatívát kínálni. Amennyiben nincs rá mód, hogy tovább dolgozzon, nőgyógyásza kiállíthatja Ön számára a munkavégzési tilalomról szóló dokumentumot.

Ha Ön várandós, az új koronavírusral való megfertőződés – a legújabb ismereteink alapján – a betegség súlyos lefolyásához vezethet, különösen akkor, ha Ön túlsúlyos, idősebb és bizonyos betegségekben is szenved. Jelenleg még számos megválaszolatlan kérdés áll fenn a várandósság és COVID-19 összefüggésében. Az anyákat és gyermekeket ugyanakkor elővigyázatosságból különösen óvni kell.

Amennyiben a betegség tüneteit érzékeli magán, hívja azonnal nőgyógyászát, hogy megbeszélje vele a további lépéseket, és végeztesen tesztet.

1.5 Hogyan lehet elkapni a koronavírus?

A vírus legjobban a szoros és hosszabb ideig tartó kontaktusok során terjed: amikor egy fertőzött emberrel kevesebb mint 1,5 méteres távolságban tartózkodunk védelem nélkül (védelmet jelent pl., ha mindkét személy maszkot visel). Minél hosszabb ideig tart és minél szorosabb a kontaktus, annál nagyobb a megfertőződés valószínűsége.

Az új koronavírus az alábbi módokon lehet elkapni:

- **Cseppfertőzés és aeroszolok** útján: Ha a megfertőződött személy lélegzik, beszél, tüsszent vagy köhög, a vírust tartalmazó cseppek közvetlenül más, a közvetlen közelében (<1,5 m) tartózkodó személyek orr-, száj- vagy szemnyálkahártyájára kerülhetnek.
- Az apró cseppek (aeroszolok) által történő megfertőződés nagyobb távolságok esetén nem lehetségesek, nem gyakran fordulnak elő. A megfertőződésnek ez a módja elsősorban olyan tevékenységeknél játszhat szerepet, ahol intenzív lélegzésre kerül sor, mint például fizikai munka, sport, hangos beszéd vagy éneklés esetén. Ugyanez érvényes a rossz levegőjű vagy szellőztetés nélküli helyiségekben történő, hosszabb idejű tartózkodásra, különösen kisebb helyiségek esetén.
- **Felületek és kéz érintésén keresztül:** amikor a megfertőződött személy köhög és tüsszent, a fertőző cseppek a kezére vagy a körülötte található felületekre kerülnek. A másik személy úgy fertőződhet meg, ha ezek a cseppek a kezére kerülnek, és azt követően a kezével megérinti a száját, orrát vagy a szemét.

1.6 Mennyi idő telik el a megfertőződés és a megbetegedés között? Mikortól fertőző valaki? N

Az új koronavírus „lappangási ideje”, tehát az az idő, amely a megfertőződés és az első tünetek között eltelik, általában 5 nap, de lehet 14 nap is.

A koronavírussal megfertőződött személy hosszú ideig fertőző:

- **A fertőző időszak kezdete:** 2 nappal a tünetek jelentkezése előtt. Ez azt jelenti, hogy a fertőzött személy már akkor megfertőzhet másokat, amikor még nem tudja magáról, hogy beteg.
- **A fertőzött személy a tünetek fennállása alatt a leginkább fertőző.**
- **A fertőző időszak vége:** ha a betegség enyhe lefolyású, a „fertőzőképesség” a tünetek megjelenése után 10 nappal jelentősen lecsökken. Ezért a legfontosabb szabály: a fertőző időszak a tünetek megjelenését követő 10 napig tart. Vannak azonban arra utaló jelek, hogy ha a betegség nehezebb lefolyású, a beteg hosszabb ideig fertőző lehet.

Fontos, hogy egész idő alatt tartson a többi embertől 1,5 méteres távolságot, és tartsa be a higiéniai és viselkedési szabályokat.

2. Tünetek, diagnózis és kezelés

2.1 Mely tünetek jelentkeznek az új koronavírussal fertőzött embernél?

A Covid-19 tünetei:

A leggyakoribb tünetek:

- torokfájás
- köhögés (általában száraz)
- nehéz légzés
- mellkasi fájdalom
- láz
- szag- és/vagy ízérzékelés hirtelen elvesztése

Emellett felléphetnek az alábbi tünetek is:

- fejfájás
- általános gyengeség, rosszullét
- izomfájdalom
- tüsszögés
- gyomor- és emésztőrendszeri tünetek (rosszullét, hányás, hasmenés, hasfájás)
- bőrkiütések

A Covid-19 tünetei különbözőek erősségűek, és lehetnek enyhék is. Felléphetnek szövődmények is, például tüdőgyulladás.

Ha a Covid-19 tüneteinek bármelyikét vagy többet is észlel magán, lehetséges, hogy megfertőződött az új koronavírussal. Ebben az esetben azonnal végeztesse tesztet, és következetesen tartsa be a következő kérdéshez tartozó utasításokat (→ Mit tegyek a Covid-19 tüneteinek jelentkezésekor? **N**)

2.2 Mit tegyek a Covid-19 tüneteinek jelentkezésekor? **N**

Ha a Covid-19 gyakori tüneteinek bármelyikét vagy többet is észlel magán, lehetséges, hogy megfertőződött az új koronavírussal. Ebben az esetben tartsa be következetesen a következő utasításokat:

- **Kapcsolatok csökkentése:** maradjon otthon, és kerüljön minden kapcsolatot másokkal.
- **Tesztelés:** azonnal végeztesse tesztet. (lásd a → [Hol tudom a tesztet elvégeztetni?](#) kérdést **N**).
- **A teszt eredményének megérkezéséig:** maradjon otthon, és tartsa be az elszigetelésre vonatkozó utasításokat (www.bag.admin.ch/migration-covid-en). A teszt eredményének megérkezéséig kerüljön minden kapcsolatot másokkal.

Ha bizonytalan abban, mit kell tennie:

- **Javasolt ellenőrzés:** hajtsa végre a koronavírus-ellenőrzést (check.bag-coronavirus.ch), vagy hívja fel orvosát. A lehető legpontosabban válaszolja meg az online kérdőív kérdéseit vagy a telefonon feltett kérdéseket. Ezt követően cselekvési ajánlásokat kap és esetlegesen utasítást a teszt elvégeztetésére. Ha a koronavírus-ellenőrzés eredménye vagy orvosa azt ajánlja, azonnal végeztesse tesztet, és azt követően, a teszt eredményének megérkezéséig maradjon otthon.
- Ha nem ajánlják Önnek a teszt elvégeztetését, akkor is vegye komolyan a panaszait és tüneteit, ha azok feltehetőleg nem függenek össze az új koronavírussal. Szükség esetén hívja fel orvosát. A tünetek lecsengése után még 24 órán át maradjon otthon. Ez az ajánlás minden légúti megbetegedés, pl. az influenza esetén is érvényes.

Ha Ön a különösen veszélyeztetett személyek közé tartozik, és a Covid-19 tüneteinek bármelyikét vagy többet is észlel magán, azonnal hívja fel orvosát vagy egy kórházat (hétvégén is), és végeztesse tesztet.

2.3 Mi az a koronavírus-ellenőrzés?

A www.check.bag-coronavirus.ch/screening oldalon található **koronavírus-ellenőrző** kérdőív néhány kérdésének megválaszolása után elolvashatja a svájci Egészségügyi Hivatal cselekvési ajánlásait (német, francia, olasz és angol nyelven).

Vaud kanton weboldalán (www.coronavirus.unisante.ch/evaluation) kitölthető a **koronavírus-ellenőrző** kérdőív.

A koronavírus-ellenőrző kérdőív nem helyettesíti az orvosi szaktanácsadást, diagnosztizálást vagy kezelést. A kérdőívben leírt tünetek más betegségek kapcsán is jelentkezhetnek, amelyek más kezelést igényelnek.

Erős, súlyosbodó vagy aggasztó tünetek esetén mindig forduljon orvoshoz. Hétvégén is.

2.4 A 12 év alatti gyermekem tüneteket mutat. Mit kell tennünk? Mehet iskolába vagy napközi otthonos intézménybe?

Legújabb ismereteink alapján a gyermekek is megfertőződhetnek az új koronavírussal. A 12 év alatti gyermekek a fiatakorúakkal és felnőttekkel összehasonlítva azonban ritkábban mutatnak tüneteket, és ritkábban fertőznek meg másokat a vírussal.

1. szituáció: A gyermek és a közeli kontaktszemély mutat tüneteket

Ha gyermeke a Covid-19 tüneteit mutatja, és közeli kapcsolatban volt olyan személlyel, aki a Covid-19 tüneteit mutatja (12 év feletti személy), ebben az esetben a további teendőket a közeli kontaktszemély teszteredménye határozza meg:

- **Ha a közeli kontaktszemély teszteredménye pozitív:** a gyermeknek otthon kell maradnia, és a gyermekorvossal történő egyeztetés alapján elvégzik a tesztjét. A további teendőkről a gyermekorvos ad Önnek tájékoztatást.
- **Ha a közeli kontaktszemély teszteredménye negatív:** a gyermek csak akkor mehet újra iskolába vagy napközi otthonos intézménybe, ha már 24 órája nem volt láza, és a köhögés jelentős mértékben javult.

2. szituáció: A gyermek tüneteket mutat, de nem volt kapcsolatban megbetegedett személlyel

Ha gyermeke a Covid-19 tüneteit mutatja, de nem volt közeli kapcsolatban olyan személlyel, aki a Covid-19 tüneteit mutatja (12 év feletti személy), ebben az esetben a további teendőket a tünetek és a gyermek egészségi állapota határozza meg:

- **Ha a gyermeke enyhe megfázásos tüneteket mutat** (tüsszögés és/vagy torokfájás és/vagy enyhe köhögés), **és jó az általános közérzete:** továbbra is járhat iskolába vagy napközi otthonos intézménybe.
- **Ha a gyermeke lázas, és jó az általános közérzete:** otthon kell maradnia. Csak akkor mehet újra iskolába vagy napközi otthonos intézménybe, ha már 24 órája nem volt láza. Ha a gyermek már három vagy több napja lázas, vegye fel a kapcsolatot a gyerekorvossal.
Ha a gyermek további tüneteket (emésztőrendszeri panaszok, fejfájás, végtagfájdalom, a szag- és ízérzékelés elvesztése) is mutat, a további teendőt beszélje meg a gyerekorvossal.
- **Ha a gyermeke erősen köhög, és jó az általános közérzete:** otthon kell maradnia. Csak akkor mehet újra iskolába vagy napközi otthonos intézménybe, ha a köhögés három nap elteltével jelentős mértékben javult. Ha a gyermek már több mint három napja erősen köhög, vegye fel a kapcsolatot a gyerekorvossal.
Ha a gyermek további tüneteket (emésztőrendszeri panaszok, fejfájás, végtagfájdalom, a szag- és ízérzékelés elvesztése) is mutat, a további teendőt beszélje meg a gyerekorvossal.
- **Ha a gyermekének láza van vagy erősen köhög és/vagy rossz az általános közérzete:** a teendők megbeszélése érdekében vegye fel a kapcsolatot közvetlenül a gyerekorvossal.

A Németsvájci Általános Iskolák Hivatali Konferenciája (DVK) szülőknek szóló tájékoztatója áttekintést nyújt a szükséges teendőkről arra az esetre, ha óvodás és általános iskolás gyermekeknél a betegség és megfázás tünetei jelentkeznek:

www.migesplus.ch/publikationen/vorgehen-bei-krankheits-und-erkaeltungssymptomen-bei-kindern-in-kindergarten (angol, német, francia, olasz, angol, bosnyák/horvát/szerb, portugál, spanyol, albán, arab, tamil, tigrinya és török nyelven).

2.5 Hogyan történik az új koronavírusos megbetegedés gyógyítása?

A koronavírusos megbetegedésnek még nincs speciális kezelésmódja. A kezelés csak a tünetek enyhítésére korlátozódik. A betegeket a többiek védelme érdekében elkülönítik. A súlyos megbetegedéseket többnyire kórházi intenzív osztályon kell kezelni. Adott esetben mesterséges légzésre is szükség lehet.

2.6 Olyan panaszokat, betegségérzetet vagy tüneteket tapasztal, amelyek nem hozhatók összefüggésbe az új koronavírussal?

Az új koronavírussal nem összefüggő egészségügyi panaszokat, betegségeket és tüneteket továbbra is komolyan kell venni és kezelteni kell. Ne várjon sokáig, kérjen segítséget: hívjon orvost!

3. Tesztelések

3.1 Mikor kell elvégeztetnem a koronavírustesztet? N

Ha a Covid-19 tüneteinek bármelyikét vagy többet is észlel magán, azonnal végeztessen tesztet.

Jelenleg érvényes szabály: a Covid-19 tüneteit mutató minden személy köteles azonnal tesztet végeztetni. A stratégia célja, hogy a lehető legtöbb megfertőződést feltárjuk. A fertőzési láncokat ugyanis csak így lehet megszakítani, ami központi jelentőséggel bír a járvány legyőzése szempontjából.

Ha bizonytalan abban, mit kell tennie: akkor maradjon otthon, válaszolja meg a koronavírus-ellenőrző kérdőív ([check.bag-coronavirus.ch](https://www.check.bag-coronavirus.ch)) kérdéseit, vagy hívja fel orvosát. A lehető legpontosabban válaszolja meg az online kérdőív kérdéseit vagy a telefonon feltett kérdéseket. Ezt követően cselekvési ajánlásokat kap és esetlegesen utasítást a teszt elvégeztetésére. Ha a koronavírus-ellenőrzés eredménye vagy orvosa azt ajánlja, azonnal végeztessen tesztet, és azt követően, a teszt eredményének megérkezéséig maradjon otthon.

3.2 Hol tudom a tesztet elvégeztetni? N

A tesztelést orvosok, kórházak vagy speciálisan erre kijelölt tesztközpontok vagy gyógyszertárak (csak antigén gyorsesztesztet) végzik.

A BAG „Koronavírus: tesztelés” oldalán megtalálható a kantonok tesztelőhelyeinek listája: www.bag.admin.ch/testing

3.3 Mikor vállalja át az állam a PCR vagy antigén gyorseszteszt költségeit? N

Az állam átvállalja PCR tesztek (molekulárbiológiai PCR teszt) és az antigén gyorseszteszt költségét is, ha teljesülnek az alábbi kritériumok:

- A Covid-19-re jellemző tüneteinek vannak.
- A SwissCovid alkalmazástól értesítést kap, hogy kapcsolatban volt fertőzött személlyel. Erre vonatkozó részletes tájékoztatást a SwissCovid alkalmazás és a kontaktkövetés oldalán talál: www.bag.admin.ch/swisscovid-app-en

- A kantonális szerv vagy orvosa elrendeli a tesztelését, mert egy fertőzött személlyel kialakult szoros kapcsolat alapján Önnek karanténba kellett vonulnia.

Az állam nem vállalja át a teszt költségeit, ha:

- utazáshoz van szüksége negatív igazolásra.
- a teszt a munkáltató kérésére történik.
- a tesztet külföldön végzik el.

Ha teszt költségeit nem az állam viseli, ajánlott előre megérdeklődni a vonatkozó költségeket, amelyek eltérők lehetnek.

4. Kontaktkövetés, elszigetelődés és karantén

4.1 Mit jelent az elszigetelődés és a karantén? Miért fontos mindkét intézkedés? N

Az elszigetelődés és a karantén fontos eszközei a fertőzési láncok megszakításának, amely által megakadályozható az új koronavírus továbbterjedése. Az igazoltan vagy feltételezetten fertőzött személy köteles otthon maradni és minden személyes kapcsolatot kerülni. Ezáltal sok új fertőzést kerülhető el. Ebből a következő szabályok erednek:

Azoknak a személyeknek, akiknél pozitív eredményt hoz a koronavírusteszt, el kell szigetelődniük.

Azoknak a személyeknek, akiknél fennáll koronavírus-fertőzés lehetősége, 10 napra karanténba kell vonulniuk. A megfertőződés fokozott valószínűsége áll fenn az alábbi esetekben:

- Közeli kapcsolatba kerültünk valakivel, akinek pozitív lett az koronavírustesztje – a **közeli kapcsolatot követő karantén** (röviden: kontaktuskarantén).
- A nagy fertőzési kockázatot jelentő államokban vagy területeken történt tartózkodás után – a **beutazók karanténja** (röviden: utazási karantén).

Film: Az elszigetelődésre vonatkozó, tájékoztató videóra mutató hivatkozás (német, francia, olasz, angol nyelven): foph-coronavirus.ch/downloads/#isolation

A karanténra és elszigetelődésre vonatkozó további információk a elszigetelődésre vonatkozó utasításokban, illetve az karanténra vonatkozó utasításokban olvashatók:

www.bag.admin.ch/migration-covid-en

4.2 Mi az a kontaktkövetés? N

A kontaktkövetés a kontaktszemélyek lekövetését jelenti: a kontaktkövetés feladata a koronavírusal megfertőződött személyek szoros kapcsolatainak felkutatása.

A kontaktkövetés mindenkinél, akinél laborvizsgálat igazolta a koronavírusfertőzést, illetve kórházban kezelt, valószínűleg koronavírusfertőződött személyeknél ajánlott. Az illetékes kantonális szervek azonosítják a szoros kontaktszemélyeket, és felveszik velük a kapcsolatot.

Film: A kontaktkövetésre vonatkozó, tájékoztató videóra mutató hivatkozás (német, francia, olasz, rétóromán, angol, albán, szerb, portugál, spanyol nyelven): www.foph-coronavirus.ch/downloads/#tracing

Ha a koronavírusteszt pozitív volt, megkezdődik a fertőzöttekkel való érintkezés nyomon követése.

- A kantonális hatóságok a fertőzött személlyel közösen felderítik, kivel az illető volt szoros kapcsolatban.
- A hatóságok tájékoztatják a kontaktszemélyeket a lehetséges megfertőződésről és a további teendőkről.
- Az érintetteknek akkor is karanténba kell vonulniuk, ha nem észlelnek magukon tüneteket. A karantén a megfertőződött személlyel történt utolsó találkozástól számított tíz napig tart.
- Ha ez idő alatt nem állapítják meg, hogy megfertőződött, a hatóságok megszüntetik a karantént.

A SwissCovid alkalmazás támogatja a kontaktkövetést: megállapítja, hogy kapcsolatban voltunk-e egy fertőzött személlyel. Ezáltal megszakíthatók a fertőzési láncok. Lásd a → [SwissCovid App](#) fejezetet N

Tájékoztatás a jelenlegi helyzetről: a kontaktkövetés a kantonok felelősségi körébe tartozik. A kantonok döntenek arról, hogyan tudják erőforrásaikat magas számú esetek esetén a legjobban kihasználni. Jelenleg ezért tehát előfordulhat, hogy az illetékes kantonális szerv nem tud rövid időn belül Önnél jelentkezni és az elszigetelődést vagy karantént elrendelni. **Ezért fontos, hogy Ön adott esetben önállóan elszigetelődjön vagy karanténba vonuljon**, és ha a koronavírustesztje pozitív, önállóan értesítse saját kontaktszemélyeit.

4.3 Mit kell tennie, ha koronavírussal fertőzött személlyel került kapcsolatba? N

Ha kapcsolatba került valakivel, akinek pozitív lett a koronavírustesztje, az azt követő napokban fertőzővé válhat anélkül, hogy tudna erről. Az ekkor szükséges teendők attól függenek, hogy a pozitív teszttel rendelkező személy a kapcsolat során fertőző volt-e, és a kapcsolat szoros volt-e. Erre vonatkozóan válaszolja meg az alábbi kérdéseket:

Első kérdés: fertőző volt az illető az adott időben?

Meghatározó időtartam: a fertőzött személy a tünetek jelentkezése előtt 2 nappal már fertőző, és a tünetek jelentkezése után 10 napig fertőző. Ha a betegség nehezebb lefolyású, a beteg hosszabb ideig is fertőző lehet.

- Ha az érintett személlyel ez időszak előtt volt kapcsolatban, nem valószínű, hogy megfertőződött, és nem kell karanténba vonulnia.
- Ha a pozitív teszttel rendelkező személlyel a fertőző időszakban volt kapcsolatban, akkor válaszolja meg a második kérdést:

Második kérdés: „szoros” volt a kapcsolat?

„Szorosnak” nevezzük azt a személyes kapcsolatot, amely során Ön megfertőződhetett. Minél hosszabb ideig volt kapcsolatban a pozitív teszttel rendelkező személlyel, annál inkább valószínű, hogy megfertőződött. Ha volt Önök között védelem, például válaszfal, vagy mindketten maszkot viseltek, az nem számít szoros kapcsolatnak.

Az alábbi alapszabály van érvényben: A kapcsolat szoros volt, ha a másik személy és Ön között hosszabb ideig nem volt megfelelő távolság és védelem. „Hosszabb idő” alatt napi összesen 15 percet értünk (összeszámolva). „Nem megfelelő távolság” alatt a kevesebb, mint 1,5 méteres távolságot értjük.

Felhívjuk a figyelmét, hogy a vírus természetesen nem használ stopperórát. A 15 perc ennek megfelelően csak irányérték. Szűk térben (pl. autóban) a kapcsolat „szoros” lehet akkor is, ha rövidebb ideig tartott.

4.4 A karantén ideje alatt időnként elhagyhatom a lakást, kimehetek sétálni, friss levegőt szíjni vagy vásárolni? N

Nem. A karantén célja, hogy megszakítsuk az új koronavírus fertőzési láncát. Ezért a karantén során kerülnie kell embertársaival a fizikai kapcsolatot. Ez azonban nem jelenti azt, hogy nem ápolhatja társas kapcsolatait telefonon vagy videohívásokon keresztül. A gyermekekre a következő kivétel vonatkozik: a gyermekek a karantén idején rövid időre kimehetnek a szabadba. Ez idő alatt azonban nem kerülhetnek kapcsolatba a családtagokon kívül más személyekkel.

5. SwissCovid alkalmazás N



A mobiltelefonra (Android/iPhone) kifejlesztett SwissCovid alkalmazás a hivatalos állami kontaktkövető alkalmazás az új koronavírusal megfertőződött személyek kapcsolatainak felkutatására.

Az alkalmazás hozzájárul az új koronavírus terjedésének visszaszorításához. Kiegészíti a fertőzöttel való érintkezés – azaz az újabb megfertőzések – kantonális hatóságok által folytatott nyomon követését, és ezáltal segít megszakítani a fertőzési láncokat.

A SwissCovid alkalmazás elérhető az Apple Store-ban és a Google Play Store-ban:

- [Google Play Store Androidhoz](#)
- [Apple Store iOS-hez](#)

Film: A SwissCovid alkalmazás telepítését és aktiválását bemutató videóra mutató hivatkozás (német, francia, olasz, rétóromán, angol, albán, szerb, portugál, spanyol nyelven): www.foph-coronavirus.ch/swisscovid-app/#activate

5.1 Hogyan működik a SwissCovid alkalmazás esetében a más felhasználókkal történő találkozás felismerése? N

Ha az alkalmazást aktiválták, a mobiltelefon Bluetooth-on keresztül véletlenszerű azonosítókódokat (ID-kat) bocsát ki. Ezek olyan hosszú, véletlenszerű számsorok, amelyekből nem lehet következtetni sem a személyre, sem a készülékre.

Ha az aktivált SwissCovid alkalmazással vagy a kompatibilis ProximityTracing alkalmazással rendelkező mobiltelefonok egymás közelében találhatók, kicserélik egymással a véletlenszerű azonosítókódjaikat.

További információk a SwissCovid alkalmazásról szóló tájékoztatóban olvashatók: www.bag.admin.ch/migration-covid-en

Film: A SwissCovid alkalmazás tájékoztató videójára mutató hivatkozás (német, francia, olasz, rétóromán, angol, albán, szerb, portugál, spanyol nyelven): www.foph-coronavirus.ch/downloads/#swisscovid

5.2 Mit kell tennem, ha értesítést kaptam a SwissCovid alkalmazástól, hogy fennáll annak veszélye, hogy megfertőződtem.

Kérjük, kövesse az alkalmazás ajánlásait:

- Óvja környezetét úgy, hogy a lehetséges megfertőződést követő 10 napon belül kerüli a személyes kapcsolatokat. A SwissCovid alkalmazás tájékoztatja Önt arról, hány napig kell még ehhez tartania magát.
- Hívja fel a SwissCovid információs vonalat, és kérjen tanácsot az ingyenes tesztelés lehetőségére vonatkozóan, illetve tegye fel kérdéseit a kapcsolatok kerülésével kapcsolatosan. A telefonszámot az alkalmazástól kapott üzenet tartalmazza.

Ha a Covid-19 tüneteit tapasztalja magán, azonnal végeztesse tesztet (lásd a → [Mely tünetek jelentkeznek az új koronavírussal fertőzött embernél?](#) kérdést).

6. Maszkok

Svájcban sok helyen kötelező a maszkviselés (lásd a következő → [Hol kötelező maszkot viselni?](#) kérdést).

Általános szabály: viseljen maszkot, ha nincs otthon és nem tudja folyamatosan tartani a távolságot a többi emberrel szemben. A maszknak mindig el kell takarnia az orrot és a száját.

A közterületen történő maszkviselés elsősorban a többi ember védelmét szolgálja. A megfertőződött személy – tudtán kívül – már a tünetek jelentkezése előtt két nappal is fertőző lehet. Ha tehát szűk helyen mindenki maszkot visel, mindenki véd mindenkit. A maszk viselése nem jelent 100%-os védelmet, de az új koronavírus terjedése ezáltal lelassítható.

6.1 Hol kötelező maszkot viselni?

- **Kötelező maszkot viselni a tömegközlekedési eszközökön és repülőgépeken:** az alábbi közlekedési eszközökön és azok területén kötelező maszkot viselni:
 - vonat, villamos, busz
 - hegyi és drótkötélpályás felvonók
 - hajó
 - repülő (minden Svájcból induló és Svájcba érkező menetrend szerinti és charterjárat)
 - peronon, villamos- és buszmegállóban, akkor is ha ezek nem zárt térben találhatók
 - pályaudvarokon, reptereken és a tömegközlekedési eszközök egyéb megközelítési lehetőségein, akkor is ha ezek nem zárt térben találhatók

- **Svájcban kötelező maszkot viselni minden nyilvános területen:** kötelező a maszkviselés az intézmények és vállalatok nyilvános területein, zárt és külterületen egyaránt. Ide tartoznak például:
 - üzletek, bevásárlóközpontok, bankok és posták
 - múzeumok, könyvtárak, mozik, színházak és hangversenytermek
 - állatkertek és botanikus kertek
 - éttermek, bárok, játékszalonok és szállodák (a szállodai szoba kivételével)
 - uszodák, sporttelepek és fitnesztermek recepciója és öltözőhelyiségei
 - egészségügyi intézmények, orvosi rendelők és kórházak és intézmények nyilvános helyiségei
 - templomok és vallási intézmények
 - szociális intézmények, tanácsadóhelyek és szálláshelyek
 - közigazgatási intézmények – például szociális szolgáltatók, bíróságok – a nagyközönség számára hozzáférhető helyiségei, illetve az országgyűlés és önkormányzati ülések nagyközönség számára hozzáférhető beltéri helyiségei
 - piacok, beleértve a karácsonyi vásárokat is

- **Kötelező maszkot viselni minden közterületen:** minden közterületen – ide értve az utcákat, járdákat, parkokat és játszótereket is – kötelező maszkot viselni az alábbiak szerint:
 - város- és faluközpontok zsúfolt sétálóutcáiban,
 - mindenhol, ahol annyi ember tartózkodik, hogy nem tudja tartani a 1,5 méteres távolságot. Ez vonatkozik arra az esetre is, ha útközben barátokkal vagy ismerősökkel találkozik, és nem tudják tartani a szükséges távolságot.

- Kötelező maszkot viselni **zárt térben végzett munka során:** munkahelyén minden zárt térben kötelező maszkot viselni, kivéve, ha külön helyiségben dolgozik, vagy tudja tartani a 1,5 méteres távolságot munkatársaival, illetve ha biztonsági okokból nem viselhet maszkot.

- **Kötelező maszkot viselni a középiskolákban:** a középiskolákban, például gimnáziumokban, szakmunkás vagy szakközépiskolákban kötelező a maszkviselés. A tanulók, oktatók és az egyéb iskolai dolgozók kötelesek maszkot viselni. A kötelező maszkviselés a tanítás során, illetve az iskola egész területére, udvarára is érvényes.

6.2 Kisgyermek és más személyek kivétel képezhetnek a kötelező maszkviselés alól?

12 év alatti gyermekek, illetve azok a személyek, akik – különleges, főként egészségügyi okokból – nem tudnak maszkot viselni, nem kötelesek maszkot viselni.

6.3 Ha nincs nálam maszk, eltakarhatom az arcom és az orrom sállal vagy kendővel?

Nem, sállal vagy kendővel nem helyettesíthető a maszkviselési kötelezettség. A sál nem véd megfelelően a megfertőződéssel szemben, és embertársai számára sem nyújt megfelelő védelmet. Kötelező higiéniai maszkot vagy gyári textilmaszkot viselni.

7. Gyülekezés, rendezvények és szabadidős tevékenységek

Az alábbi kötelezettségek és tilalmak egész Svájc területére érvényesek. Egyes kantonokban szigorúbb szabályok vannak érvényben.

7.1 Mely rendezvények megtartása tilos?

Közterületen tilos 15 fő feletti spontán összejöveteleket tartani. Közterületnek számít többek között minden közös használatú tér, gyalogút és parkolóhely.

7.2 Milyen szabályok vonatkoznak a nyilvános és zártkörű rendezvényekre?

10 fő feletti, baráti és családi körben (nem közterületen, pl. otthon) szervezett, zártkörű rendezvények megtartása tilos. A zártkörű rendezvényeket lehetőség szerint kerülni kell.

Tilos **több mint 50 fős** rendezvényeket tartani. Ez vonatkozik a sport-, kulturális és egyéb rendezvényekre egyaránt, kivételt képeznek a parlamenti és önkormányzati ülések. A politikai demonstrációk és népszavazási vagy más kezdeményezésre vonatkozó aláírásgyűjtések továbbiakban is megengedettek, akárcsak eddig, a szükséges biztonsági intézkedések betartása mellett.

7.3 Milyen szabályok vonatkoznak a sport- és kulturális rendezvényekre?

A sport- és kulturális szabadidős rendezvények zárt térben 15 főig engedélyezettek, ha be lehet tartani a megfelelő távolságot és a résztvevők maszkot viselnek. A maszkviseléstől el lehet tekinteni, ha elég nagy légterű a helyiség, pl. teniszcsarnokok vagy más nagyobb csarnokok esetében. A szabadban csak a távolságtartás betartására kell ügyelni. Kontaktsportokat úzni tilos. A szabályok nem vonatkoznak a 16 év alatti gyermekekre.

A professzionális sportolók és művészek esetében edzések és versenyek, valamint próbák és fellépések megtartása engedélyezett. Miután éneklés során különösen sok csepp kerül a levegőbe, amatőr kórusok összejövetelei tilosak, a professzionális kórusok próbákat tarthatnak.

7.4 Milyen szabályok vonatkoznak a bárokra és éttermekre?

- Egy asztalnál legfeljebb 4 vendég foglalhat helyet. Kivételt képeznek ez alól a gyermekes családok.
- Az éttermek és bárók 23:00 és 06:00 óra között kötelesek zárva tartani.
- Az éttermekben és bárókban kötelező ülve tartózkodni: ételt és italt csak ülve szabad fogyasztani.

7.5 Milyen szabályok vonatkoznak a diszkókra és táncos szórakozóhelyekre?

A diszkók és táncos szórakozóhelyek nem nyithatnak ki, a táncos rendezvények megtartása tilos.

8. Otthoni munkavégzés

Ha van rá lehetőség, dolgozzon otthonról. Ezzel csökkenti a kontaktusok számát és ezáltal a vírus továbbterjedését.

Azokra a munkavállalókra, akiknek nincs lehetőségük otthonról dolgozni, a munka törvénykönyve az irányadó: a munkáltató köteles megfelelő intézkedésekkel óvni a dolgozók egészségét.

9. Utazás/Svájcba történő beutazás

9.1 Mire kell ügyelnek, ha külföldről utazom Svájcba? Mely szabályok vonatkoznak a Svájcba történő beutazásra?

2020. július 6. óta a bizonyos területekről Svájcba történő beutazást követően köteles mindenki 10 napra karanténba vonulni.

Azon országok és térségek listája, ahol a koronavírussal való megfertőződés fokozott kockázata áll fenn, a kantonális szervek elérhetőségei és a karantén alóli mentességre vonatkozó információk az alábbi oldalon olvashatók: www.bag.admin.ch/einreise

A lista a járványügyi helyzet alapján rendszeresen frissítésre kerül. A negatív teszteredmény nem mentesít a karanténba vonulás alól.

A beutazást követő két napon belül jelentkezzen az [illetékes kantonális hatóságnál](http://www.bag.admin.ch/einreise), majd kövesse a hatóság utasításait: www.bag.admin.ch/einreise#1759131064

Aki nem vonul karanténba és nem tesz eleget a jelentkezési kötelezettségnek, a járványügyi törvény értelmében vett törvénysértést követ el, amelyre 10 000 svájci frankig terjedő büntetés szabható ki.

A karanténra vonatkozó kérdések esetén hívja a BAG beutazókra vonatkozó információs vonalát: +41 58 464 44 88 (naponta 6 és 23 óra között).



Ha mobiltelefonjával beolvassa a QR-kódot, közvetlenül eljuthat a www.bag.admin.ch/einreise weboldalra is.

10. Van segítség

10.1 Hol található további információkat az anyanyelvemen?

A migesplus.ch internetes platformon a Covid-19 megbetegedéssel és egyéb egészségügyi kérdésekkel kapcsolatos számos további, megbízható információ található:

www.migesplus.ch/themen/neues-coronavirus-covid-19

10.2 Mit tehetek, ha a kórházban nem beszélnek és nem értenek a nyelvemen?

Rögtön az elején kérjen tolmácsot. Létezik telefonos tolmácsszolgálat is. Professzionális tolmács bevonása esetén nem szükséges, hogy hozzátartozói tolmácsként elkísérjék Önt, így megóvják őket a megfertőződéstől. Egészségügyi beavatkozások esetén jogosult arra, hogy értsen, amit mondanak Önnek, és értsék, amit Ön mond.

10.3 Otthon kell maradnia, és élelmiszerre vagy orvosságokra van szüksége? Vagy szeretne valakinek segítségére lenni?

Nézzon körül saját környezetében:

- Van kitől segítséget kérnie?
- Tud valakinek segíteni?

További lehetőségek:

- Forduljon a lakhelye szerinti önkormányzathoz.
- Használja a „Five up” alkalmazást.
- Tájékozódjon a következő oldalakon: www.hilf-jetzt.ch / www.aide-maintenant.ch

E tekintetben is fontos: kövesse továbbra is a higiéniai és viselkedési szabályokat.

10.4 Aggódik vagy szüksége van valakire, akivel beszélhet?

Itt talál információkat:

- Az interneten www.dureschnufe.ch (német) / www.santepsy.ch (francia) / www.salutepsi.ch (olasz)
- Telefonos tanácsadás a 143 hívószámon („Die Dargebotene Hand” svájci segélyszervezet)

10.5 Veszélyeztetve érzi otthon magát? Segítségre vagy védelemre van szüksége?

- A következő oldalakon telefonszámokat és email-címeket talál, amelyek alatt anonim tanácsadásban és védelemben részesülhet egész Svájc területén: www.opferhilfe-schweiz.ch (német) / www.aide-aux-victimes.ch (francia) / www.aiuto-alle-vittime.ch (olasz)
- **Vészhelyzet** esetén hívja a rendőrséget a **117-es** hívószámon.

További lényeges telefonszámok:

- A **mentők** (ambulancia) hívószáma **144**, amely Svájc teljes területén éjjel-nappal hívható egészségügyi vészhelyzet esetén.
- A koronavírussal kapcsolatos **információs vonal**: a **058 463 00 00** hívószámon minden kérdésre választ kap az új koronavírussal kapcsolatban.
- Ha **nincs háziorvosa**, a **Medgate** a **0844 844 911** hívószámon az év minden napján, éjjel-nappal rendelkezésre áll.

11.További információk

www.bag-coronavirus.ch

www.bag.admin.ch/neues-coronavirus (német, francia, olasz, angol)