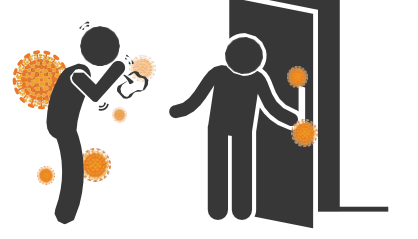


مرض الكورونا فيروس 2019 (COVID-19) ما الذي تحتاج إلى معرفته

يسببه فيروس جديد ؛ الوضع يتفاقم.

طريقة العدوى

- الأشخاص المصابون الذين يعانون من أعراض طفيفة أو معدومة قد ينشرون COVID-19.
- لمس الأشياء الملوثة يضع القطرات المصابة على يديك والتي يمكن أن تدخل أنفك / عينيك / فمك.
- قد يستنشق الناس القطرات المصابة.
- ينتشر بين الناس على اتصال وثيق.
- ينشر الأشخاص المصابون القطرات عندما يتحدثون أو يسعلون أو يغنون أو يعطسون أو يتنفسون بشدة. هذه القطرات قد تدخل عينيك / أنفك / فمك.



الأعراض

قد لا تظهر على بعض الأشخاص أي أعراض و مع ذلك يمكنهم نشر العدوى.



معظم الحالات تكون بسيطة ، ولكن بعضها خطير ويمكن أن يكون مميتاً.

إذا تعرضت أو ظهرت عليك أعراض ، فاتبع الإجراءات المحلية للحجر الصحي / العزلة الذاتية / طلب الرعاية الطبية.

الوقاية

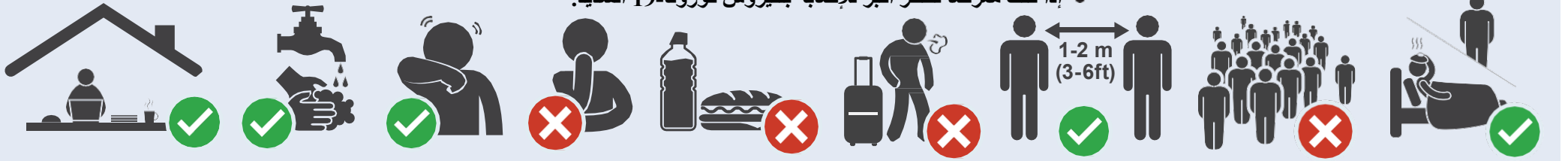
ارتداء قناع للوجه (أو قطعة قماش تغطي الأنف والفم) خاصة:

- عندما تكون على اتصال وجهًا لوجه مع الآخرين.
- عندما لا يمكن تحقيق التباعد الاجتماعي.
- إذا كنت في المجموعات المعرضة للخطر.
- عندما تكون في الأماكن المغلقة ، حتى لو تم الالتزام بالمسافة الاجتماعية.

ارتد كمامة طبية:

- إذا كنت مريضاً ، حتى لو كانت الأعراض خفيفة.
- إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية لفيروس كورونا-19 أو تنتظر نتائج الاختبار.
- عند رعاية شخص مريض.
- إذا كنت معرضاً لخطر أكبر للإصابة بفيروس كورونا-19 الشديد.

احصل على لقاح الأنفلونزا - سيققل هذا من خطر الإصابة بالإنفلونزا الموسمية واحتمال الخلط مع أعراض COVID-19.



التقليل من انتشار العدوى:

- إذا كانت لديك أي أعراض حتى لو كانت خفيفة ، فابق في المنزل واطلب المشورة الطبية. اتبع الإرشادات المحلية.
- اغسل يديك في كثير من الأحيان. استخدم معقم اليدين المحتوي على الكحول في حالة عدم توفر الماء والصابون.
- قم بالسعال والعطس في مرفقك وليس في يديك.
- تجنب لمس وجهك (عينيك وأنفك وفمك) - خاصة إذا كنت قد لمست أشياء مشتركة (مثل الدرابزين ومقابض الأبواب).
- لا تتشارك الطعام والمشروبات والأغراض الشخصية بما في ذلك الهواتف المحمولة.
- نظف و عقم الأسطح التي يتم لمسها بانتظام.
- لا تسافر إذا كنت مريضاً.

تجنب التعرض المحتمل:

- ابق في المنزل بقدر ما هو ممكن.
- في الأماكن العامة ، حاول الحفاظ على مسافة تتراوح من متر إلى مترين (3-6 أقدام) عن الآخرين. تجنب الأماكن المزدحمة.
- لا تعانق أو تقبل أو تصافح الناس. اجعل التفاعلات الاجتماعية وجهاً لوجه مختصرة.
- قلل من التجمعات مع الأصدقاء والعائلة.
- ابتعد عن المرضى. لا تدعهم يسعلون أو يعطسون عليك.
- تجنب المرافق الصحية إلا إذا كنت بحاجة إلى رعاية طبية.
- بقدر الإمكان ، استخدم وسائل النقل الخاصة .

العلاج: لا يوجد علاج محدد حتى الآن. تساعد الرعاية الداعمة في تخفيف الأعراض.

بدأت بعض البلدان في التطعيم بين الفئات ذات الأولوية



تابع الأخبار والمعلومات من موقع انترناشونال أس أو أس المخصص لهذا الغرض:
<https://pandemic.internationalsos.com/2019-ncov>



تم إنشاء هذا العرض التعليمي للأغراض التعليمية فقط وهو صحيح في وقت النشر. أنها ليست بديلاً عن المشورة الطبية المهنية. إذا كان لديك أي أسئلة أو مخاوف بشأن أي موضوع في العرض التعليمي، يرجى استشارة طبيبك.

© 2020 AEA International Holdings Pte. Ltd. All rights reserved.

21/12/2020 - version 9.0

