

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

هذا فيروس تاجي جديد ، تم تحديده لأول مرة في ووهان ، الصين في ديسمبر 2019.

## البحث و الإستقصاء ما زال جارياً طريقة العدوى

- ينتشر بشكل رئيسي من خلال الرذاذ المتولد عند الحديث والسعال والعطس.
- لمس الأشياء الملوثة يضع القطرات المصابة على يديك والتي يمكن أن تدخل أنفك / عينيك / فمك.



قام المسافرون بنشر الفيروس في دول أخرى. يساعد الفحص عند نقاط الدخول على اكتشاف المسافرين المرضى.

## قد تظهر الأعراض في غضون 14 يوماً من التعرض المحتمل. راقب صحتك! الأعراض

- حمى
- سعال
- التهاب
- البلعوم
- إعياء
- ضيق النفس

- فقدان مفاجئ لحاسة الشم والذوق
- الصداع / آلام العضلات
- إسهال



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



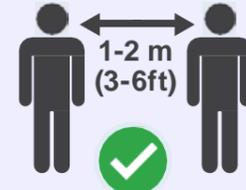
اطلب العناية الطبية الفورية إذا كنت تعتقد أنك تعرضت للعدوى أو ظهرت عليك أعراض.

## الوقاية



إذا كان لديك أي أعراض حتى لو كانت خفيفة ، فابق في المنزل واطلب المشورة الطبية. اتبع الإرشادات المحلية.

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



الحفاظ على النظافة الشخصية الجيدة وضمان الممارسات الغذائية الآمنة:

- اغسل يديك باستمرار.
- استخدم معقم اليدين الكحولي عندما لا يكون الماء والصابون متوفراً.
- غط السعال والعطاس.
- تجنب لمس وجهك (العين والأنف والفم) - خاصة إذا لمست أشياء تعامل معها العديد من الأشخاص (مثل الدرايزين ومقابض الأبواب).
- لا تتشارك الطعام والمشروبات والأغراض الشخصية بما في ذلك الهواتف المحمولة.

تجنب التعرض المحتمل:

- قدر الإمكان ، ابق على مسافة 1-2 متر (3-6 قدم) من الآخرين.
- قم بتنظيف وتطهير الأسطح التي يتم لمسها بشكل متكرر كل يوم ، في كثير من الأحيان إذا كنت تعتقد أنها ملوثة.
- الابتعاد عن الأشخاص المرضى. لا تدعهم يسعلون أو يعطسون عليك.
- تجنب الأنشطة التي تعرضك لمجموعات كبيرة من الناس.
- تجنب المصافحة أو التقبيل أو العناق ؛ بدلا من ذلك لوح بيديك، أو قم بالإيماء أو استخدام أي إيماءة أخرى مناسبة ثقافياً للترحيب بالزائرين؛ مع الحفاظ على مسافة 1-2 متر (3-6 قدم) .
- تجنب زيارة المستشفيات والمرافق الطبية الأخرى ما لم تكن بحاجة إلى رعاية طبية.
- لا تسافر إذا كنت مريضاً.
- تجنب السفر غير الضروري، مع العمل من المنزل إن أمكن.

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

لا يوجد لقاح ضد COVID-19.



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.