

فيروس كورونا المستجد

ما يجب عليك معرفته

يعتبر فيروس كورونا المستجد فيروسًا جديدًا يسبب مرضًا في الجهاز التنفسي لدى الأشخاص. أُكتشف هذا الفيروس لأول مرة في مدينة ووهان بمقاطعة هوبي بالصين.

ما هي الأعراض؟



سعال



حمى



مرض شديد



ضيق في التنفس أو صعوبة في التنفس

كيف ينتشر؟



الاتصال بالناس عن قرب، كاللمس أو المصافحة



السعال والعطس



لمس الأجسام أو الأسطح التي عليها الفيروس، ثم لمس الفم أو الأنف أو العين.

كيف يمكنني المساعدة على حماية نفسي؟

استقر في المنزل عندما تكون مريضًا.
احرص على تغطية رذاذ السعال أو العطس بمنديل، ثم ارميه في سلة المهملات.
نظّف وطهّر الأجسام والأسطح التي لمستها بشكل متكرر.

اغسل يديك كثيرًا بالماء والصابون.
تجنب لمس الوجه بأيدي غير مغسولة.
تجنب الملامسة القريبة للأشخاص المصابين بالمرض.

ماذا أفعل إذا سافرت إلى بلد ينتشر فيه COVID-19 على نطاق واسع وبشكل مستمر؟

- إذا شعرت بحمى أو سعال أو صعوبة في التنفس في غضون 14 يومًا من السفر إلى بلد ينتشر فيه COVID-19 على نطاق واسع، فيجب عليك:
- طلب الرعاية الطبية. وقبل أن تذهب إلى مكتب الطبيب أو غرفة الطوارئ، يُرجى الاتصال بهم مسبقًا وإخبارهم عن سفرك الأخير والأعراض التي تعاني منها.
- تجنب ملامسة الآخرين.
- عدم السفر أثناء المرض.
- تغطية فمك وأنفك بمنديل أو بكُمك (وليس بيديك) عند السعال أو العطس.
- غسل يديك كثيرًا بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل لتجنب انتشار الفيروس للآخرين. واستخدام مطهر أيدي معتمد على الكحول في حالة عدم توافر الماء والصابون.



تفضل بزيارة موقع مراكز مكافحة الأمراض واتقائها (CDC) لمعرفة مستوى تقييم المخاطر الحالي للدول المتضررة،

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>

لمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة www.ochealthinfo.com/novelcoronavirus أو الاتصال بخط الإحالة الصحية التابع لوكالة OC Health Care Agency على رقم 564-8448 (800).