

# CORONAVIRUS

## من الذي قد يُصاب به؟

**أي شخص.** فالأشخاص من جميع الفئات العمرية والخلفيات الثقافية يمكنهم أن يصابوا به. يمكن أن ينتشر الفيروس دون وجود أعراض، لذا فإن الوقاية هامة جدًا. يكون هذا المرض أكثر خطورة على كبار السن والأشخاص الذين يعانون من حالات مرضية سابقة مثل أمراض القلب والسكري وأمراض الجهاز التنفسي وفيروس نقص المناعة البشرية. يجب على النساء الحوامل أيضًا توخي الحذر. يختبر المصابون الأعراض بشكل مختلف، فقد تكون طفيفة أو متوسطة أو حادة تكون الأعراض طفيفة بشكل عام حالة واحدة من كل خمس حالات تكون خطيرة

## ما هو فيروس كورونا؟

(كوفيد 19)

وفقاً لمنظمة الصحة العالمية (WHO)، فإن كوفيد 19 هو وباء معدي تم اكتشافه حديثاً وهو جزء من عائلة فيروسية كبيرة تدعى فيروسات كورونا تشمل الأعراض الشائعة الحمى والإرهاق والسعال الجاف، وفي بعض الحالات آلام الجسم أو سيلان الأنف أو التهاب الحلق أو الإسهال. قد لا يعاني بعض الأشخاص من أي أعراض ولا يشعرون بتوسع.



ضيق التنفس/  
مشكلات في التنفس



الحمى  
الارتجاج،  
آلام الجسم



الحمى



الحمى

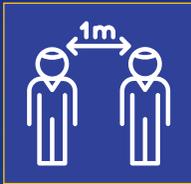
## ما هي الأعراض؟

لا تظهر كل الأعراض على الجميع، ولكن أكثرها شيوعاً يتضمن:

## كيف يمكنني إيقاف الانتشار؟

**حتى إذا لم تكن تشعر بالمرض، فيمكنك أن تنشر الفيروس!**  
اتبع الاحتياطات التالية حتى إذا لم تكن تعاني من أعراض

في الأماكن العامة،  
حافظ على مسافة متر  
واحد بينك وبين الشخص  
المجاور لك



حاول عدم ملامسة  
وجهك  
(الأنف، الفم، العينين)



تجنب المصافحة  
بالأيدي أو العناق -  
جرب التلويح باليد بدلاً  
من ذلك



غطي الفم والأنف  
أثناء السعال أو العطس  
باستخدام منديل أو بثني  
المرفق



نظف باستمرار الأماكن  
الأكثر عرضة للمس  
مثل مقابض الأبواب،  
وصنابير المياه،  
والألعاب، وما إلى ذلك



استخدم معقم  
من الكحول  
(تركيز 70% أو أكثر)  
في حال عدم توفر الماء  
والصابون



قم بغسل الأيدي  
بالصابون  
بشكل متكرر لمدة  
لا تقل عن 40-60  
ثانية

## ماذا لو شعرت بالمرض؟

الابقاء بالمنزل واتصل  
بأخصائي صحي للحصول  
على المشورة والمساعدة



افصل الأشخاص الذين  
تظهر عليهم الأعراض في  
منزلك أو في مكان منفصل  
داخل مجتمعك

