

## ما هو الكوفيد 19 ؟

الكوفيد 19 هو مرض معدي يسببه الفيروس الجديد كورونا . هذا الفيروس الجديد والمرض الناتج عنه كانا مجهولين حتى ديسمبر 2019 .

## ما هي العوارض لشخص مصاب بكوفيد 19؟

المرض يمكن ان يسبب عدة عوارض.

الحمى تعتبر الاكثر انتشارا ً.

لذلك من المهم قياس درجة الحرارة يومياً



عند المصابين، يستقر الفيروس في الأنف والحنجرة ويمكن أن ينتقل بسهولة للاخرين من خلال قطرات اللعاب، خاصة عند العطس أو السعال وايضاً عندما نتحدث:

## لذلك من المهم اتباع بعض الاحتياطات البسيطة

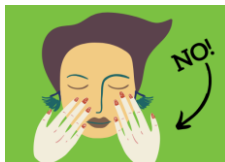
• استعمال الكمامة



• اغسل يديك كثيراً بالماء والصابون لمدة دقيقة واحدة على الأقل للقضاء على الفيروس



• حافظ على مسافة آمنة لا تقل عن متر واحد من الأشخاص الآخرين. يمكن أن ينتقل الفيروس الموجود في قطرات اللعاب بسهولة أكبر من مسافة قريبة، خاصة عند السعال أو العطس أو الإصابة بالحمى



• تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك بيديك لأن يديك بمجرد لمس العديد من الأسطح ، اين يتجمع الفيروس ، يمكن أن تنقل الفيروس إلى العينين والأنف والفم. وهكذا يزيد خطر الاصابة بالمرض



• تجنب المصافحة والعناق حفاظا على انتقال الفيروس من شخص لآخر



• تجنب استخدام الأشياء التي يستخدمها الآخرون، بما في ذلك المناشف، المناديل، شراشف السرير، الأطباق، النظارات، أدوات المائدة، والسجائر، إلخ...



• قم بتهوية الغرفة بانتظام لضمان تبادل الهواء بشكل مناسب



• إذا كنت تعاني من الحمى والسعال وصعوبة بالتنفس، أبلغ طبيبك

مع هذه التعليمات البسيطة ستكون اكثر حماية وستساعد بالحد من انتشار الفيروس وامراض معدية اخرى



## كوفيد - 19

ماذا يمكن ان نفعل لحماية انفسنا ولنمنع انتشار العدوى



LE IMMAGINI E ALCUNI CONTENUTI SONO STATI TRATTI DA LOCANDINE IN RETE DEL:

Ministero della Salute; OMS, INMP (Istituto, Nazionale, per la Promozione della Salute, delle Popolazioni Migranti), OIM (Organizzazione Internazionale per Le Migrazioni)