

كوفيد-١٩

أعرف أكثر ..
لتساعد نفسك والآخرين



لسلامتك ... إلزم بيتك

مركز الأمراض الإنتقالية
Communicable Disease Center

عضو في مؤسسة حمد الطبية
A Member of Hamad Medical Corporation

20-0129

تثقيف المرضى وأسرهم
patienteducation@hmc.org.qa

٤٤٣٩ ١٤٩٤ / ٥

© مؤسسة حمد الطبية ٢٠٢٠

كوفيد-١٩

أعرف أكثر .. لتساعد نفسك والآخرين

إجراءات العزل المنزلي في إطار كوفيد-١٩



تجنب مشاركة
الأدوات المنزلية



البقاء في غرفة
منفصلة



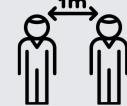
تغذية جيدة
للمحافظة على
جهازك المناعي.



نظافة اليد:
حافظ على غسل
يديك بانتظام بالماء
والصابون لمدة ٢٠
ثانية. استخدام معقم
اليدين الذي يحتوي
على الكحول.



شخص واحد فقط
من يجيب عليه
ان يقوم بتزويدك
باحياجاتك، ويجب
على هذا الشخص ارتداء قناع
وجه وقفازات عند عمل ذلك
والتخلص منها فور مغادرته
الغرفة.



قم بممارسة
التباعد
الاجتماعي



اتباع آداب العطس:
قم بتغطية فمك
وأفك عند السعال
أو العطس. استخدم
الكوع المرن. ارمي المناديل
المستخدمة في سلة مهملات
مغلقة.



ضع كيسا
بلاستيكيًا بجانب
القمامة في غرفتك
واغلقها بإحكام
قبل التخلص منها.

كوفيد-١٩

أعرف أكثر .. لتساعد نفسك والآخرين

ما هو مرض فيروس كورونا (كوفيد-١٩)؟

فيروسات كورونا تحتوي على مجموعة كبيرة من الفيروسات والتي قد تسبب أعراض تتراوح من نزلات البرد إلى الأمراض الأكثر شدة، وهي تنتقل من الحيوانات إلى البشر. إلا أنه ثبت أن فيروس كورونا ٢٠١٩ ينتقل بين البشر.

كيف ينتشر الفيروس؟

يمكن للأشخاص التقاط فيروس كوفيد-١٩ من الآخرين المصابين بالفيروس من خلال استنشاق قطرات صغيرة وذلك عبر السعال أو العطس أو من خلال لمس الأسطح الملوثة ثم لمس الأنف أو الفم أو العينين.

ما هي الأعراض؟

يعاني معظم الأشخاص المصابين بالفيروس من أعراض معتدلة إلى متوسطة ويتم شفائهم. ومع ذلك، يمكن أن يكون أكثر شدة للأشخاص الذين يعانون من مرض مزمن أو لديهم مناعة ضعيفة.

تشمل الأعراض:

التعب والإرهاق



حمى



الم في العضلات



سعال



نزلة معوية



صعوبة في التنفس



خطوات يقوم بها الشخص عندما يتم الشك بأنه مصاب بفيروس كورونا:

١. زيارة مرفق الرعاية الصحية



٢. القيام بعمل فحص لتحديد ما إذا كان الشخص إيجابي لفيروس لكوفيد-١٩ بالإضافة إلى تحديد شدة الحالة.



٣. يتم تقسيم الحالات الإيجابية لكوفيد-١٩ إلى مجموعتين.



الحالات المعتدلة إلى الشديدة سيتم إعطاؤها الرعاية الصحية اللازمة في المستشفى لعلاج الأعراض.

عمل التحليل مطلوب في نهاية فترة العزل.

لمن لا تظهر عليهم أعراض أو لديهم أعراض خفيفة سيتم نقلهم إلى واحدة من منشآت الحجر الصحي.

في نهاية فترة العزل قد تكون هناك حاجة لعمل التحليل.

لماذا يبقى الشخص ذو التحليل الإيجابي لكوفيد-١٩ في العزل الصحي؟



يتم فصل الأشخاص المصابين بالكوفيد-١٩ عن الأشخاص الآخرين، وذلك لمنع انتشار العدوى.

