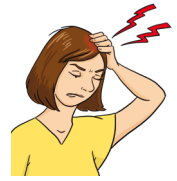




فيروس كورونا المستجد

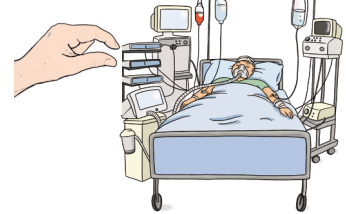
يتسبب فيروس كورونا (SARS-CoV-2) في الإصابة بالمرض الفيروسي كوفيد 19 (COVID-19).

الأعراض: تظهر الأعراض عادة في غضون 14 يومًا بعد الإصابة. من الأعراض الشائعة الحمى والسعال الجاف ، و أيضًا الإسهال والصداع وآلام الاطراف وفقدان الذوق أو التعب.



الخطورة: يعاني الكثير من المصابين من مرض خفيف فقط ، ولكن بعضهم أيضًا يعاني من مرض خطير أو يهدد الحياة.

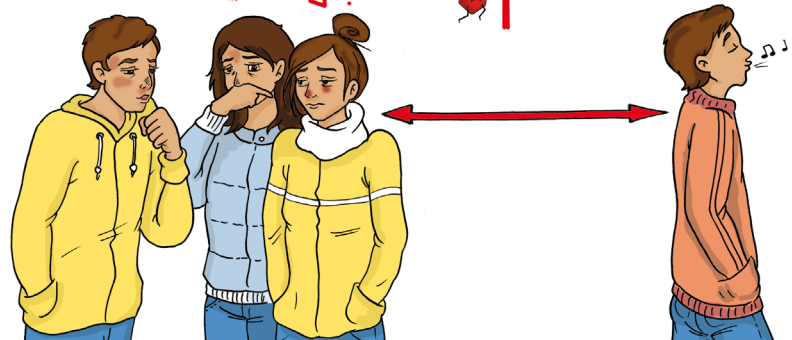
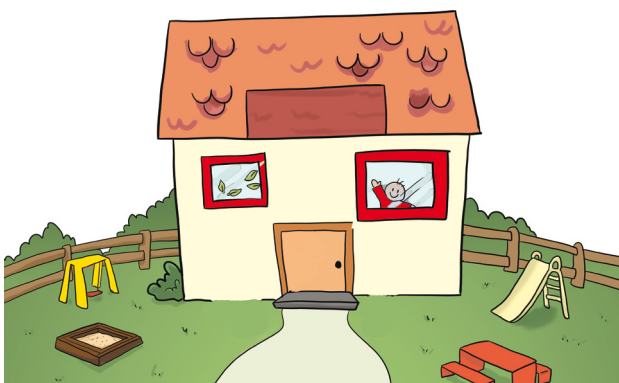
الأشخاص المعرضون لخطر خاص هم كبار السن ، والأشخاص الذين يعانون من أمراض خطيرة سابقة وضعف جهاز المناعة.



الانتقال: ينتقل الفيروس بسهولة. عادة ما ينتشر من شخص لآخر عن طريق القطرات الصغيرة (الرذاذ) ، وأحيانًا عدوى اللطاخة (سلسلة العدوى). أي أنه غالبًا ما ينتقل عن طريق السعال والعطس والاحتكاك المباشر وجهًا لوجه وطرق الاتصال الأخرى على سبيل المثال من اليدين ، و ربما من الأشياء (الاجسام) أيضًا.



الهدف: تهدف الإجراءات إلى قطع سلسلة العدوى وإبطاء انتشار الفيروس.

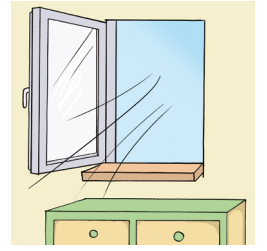
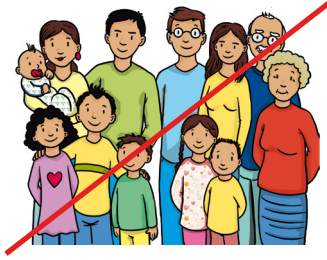


تدابير وقائية

نوصي بشدة باتخاذ التدابير التالية.

الحد بشكل صارم من التواصل مع الآخرين

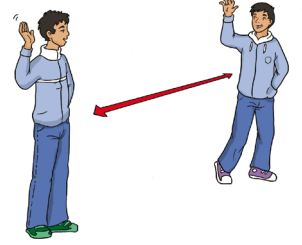
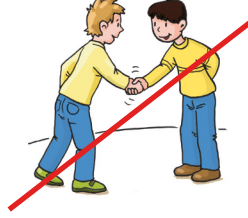
البقاء في المنزل



تهوية الغرف بشكل جيد

لا مصافحة

ضع القناع.

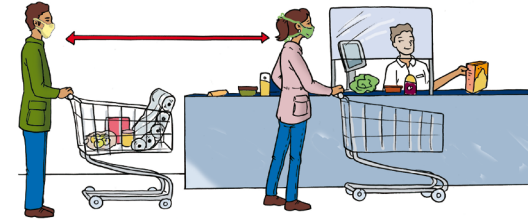
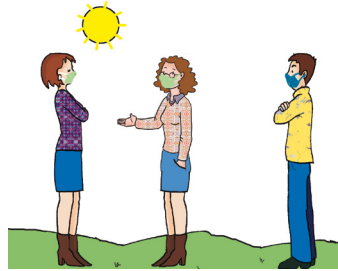


لسعال والعطس في منحنى الذراع ، وتحول بعيدا

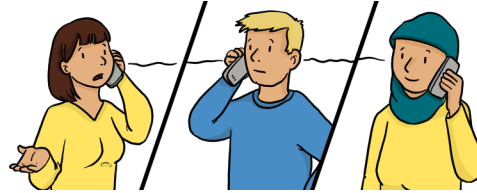
اغسل يديك بانتظام (انظر المرفق)



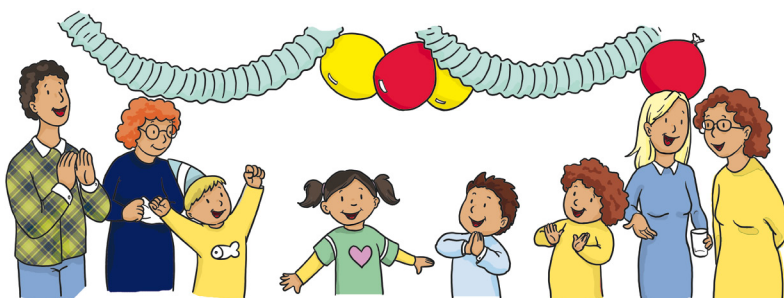
مسافة 1,5 متر مع الأشخاص الآخرين ، على سبيل المثال عند المحاسبة أثناء التسوق



تغيير طرق الاتصال الاجتماعية على سبيل المثال عن طريق الهاتف أو سكايب كلما أمكن ذلك



تجنب الاجتماعات والأنشطة الخاصة ، مثل نادي رياضي ، تجمعات اجتماعية ، احتفالات خاصة كبيرة التزم بقواعد النظافة.



تدابير وقائية

حماية كبار السن من خلال عدم إرسال الأحفاد إلى الجدة والجد. تجنب الاتصال بالمسنين



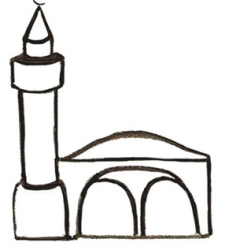
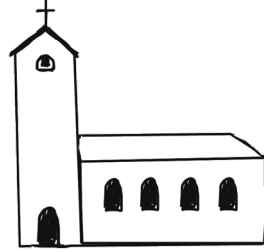
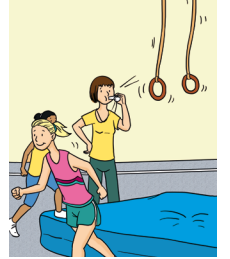
> 1,5 m



السينما والحفلات الموسيقية والفعاليات الرياضية والمسرح والمتاحف والخدمات الكنسية: التزم بقواعد النظافة.



> 1,5 m



تحويل العديد من أصحاب العمل إلى العمل من المنزل اذا أمكن ذلك. التزم بقواعد النظافة.



> 1,5 m



الجامعات والمدارس ورياض الأطفال: التزم بقواعد النظافة.



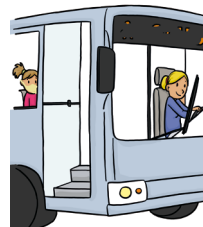
> 1,5 m



تجنب الرحلات غير الضرورية



الحافلات والقطارات العامة: التزم بقواعد النظافة.



العدوى والحجر الصحي

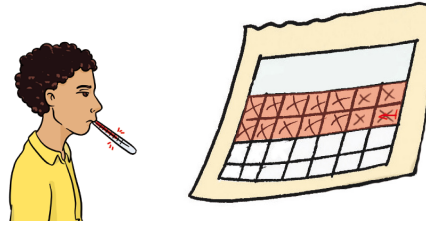
تشك أنك أصبت بفيروس كورونا.

تظهر أعراض المرض المناسبة .

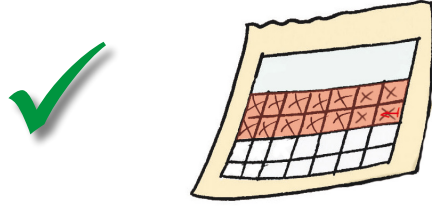
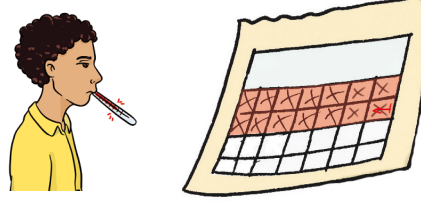
لقد كنت في منطقة الخطر المعلن عنها خلال الـ 14 يوماً الماضية.

كان لديهم اتصال وثيق مع شخص مصاب في آخر 14 يوماً (المسافة أقل من 1,5متر ، المدة أطول من 15 دقيقة ، وجها لوجه).

لقد كان لديهم اتصال غير وثيق مع شخص مصاب في الأيام الـ 14 الماضية (المسافة أطول من 1,5م ، المدة أقصر من 15 دقيقة).



< 1,5m



> 1,5m



تأكد من الاتصال بطبيب العائلة أولاً أو اتصل برقم 116 117 في المساء أو في عطلة نهاية الأسبوع. اتصل برقم 112 في حالات الطوارئ فقط.



116 117

ببساطة لا تذهب إلى عيادة الطبيب للاستشارة أو إلى المستشفى.

اتبع تعليمات الأطباء



السلوك

انظر أيضا التدابير الوقائية

سيتم الاتصال بك من قبل مكتب الصحة.

سنخبرك وزارة الصحة إذا كنت بحاجة إلى الحجر الصحي.

يجب مراعاة الحجر الصحي المطلوب.

قياس الحرارة يوميا

الاحتفاظ بمذكرات وزارة الصحة

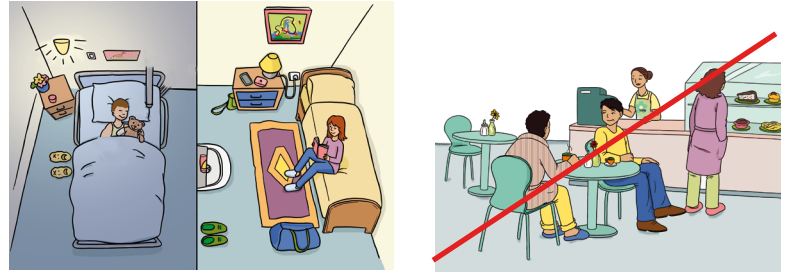


العدوى والحجر الصحي

لا يسمح لك بمغادرة المنزل.



الفصل المكاني للمرضى وغير المرضى في السكن المشترك،
على سبيل المثال في غرف منفصلة (غرف النوم)

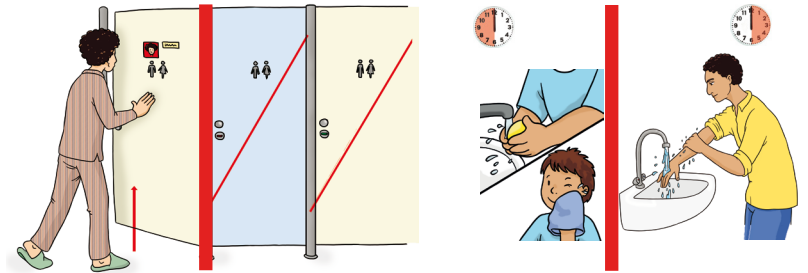


الفصل الزمني لاستخدام المناطق المشتركة مثل المطبخ



مراحيض منفصلة

حمامات منفصلة



يمكن أن يتغير الموقع والتوصيات بسرعة.

تحقق من بانتظام.



ستجد هنا معلومات محدثة يوميا:

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Kontaktreduzierung.html

<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-sars-cov-2.html>

© Bild und Sprache e.V.
www.medi-bild.de
info@medi-bild.de

BUS
Bild und Sprache e.V.

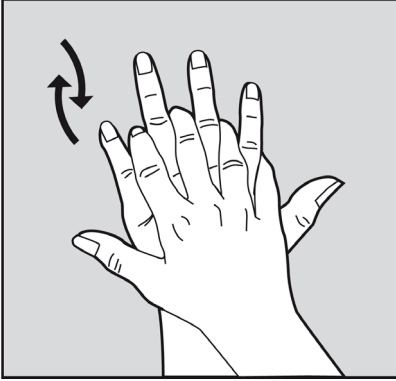


tip doc

غسل اليدين وتعقيمهما

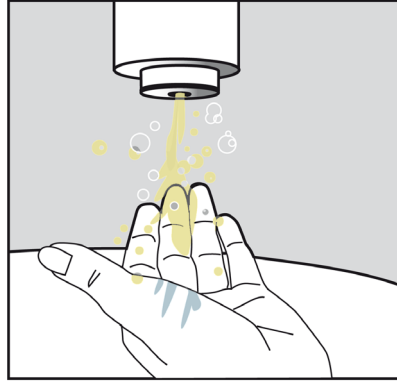
كيف؟

غسل اليدين



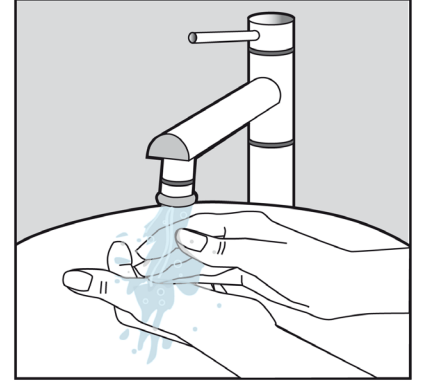
3.

تدليك اليدين بالصابون تدليكا جيداً



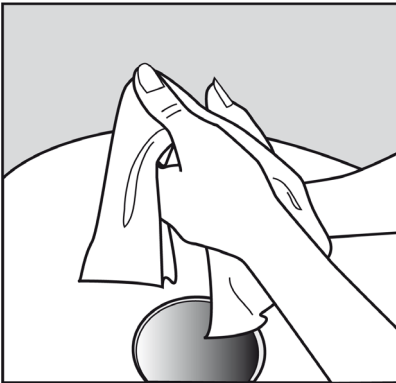
2.

تدليك اليدين بالصابون تدليكا جيداً



1.

تبليل اليدين



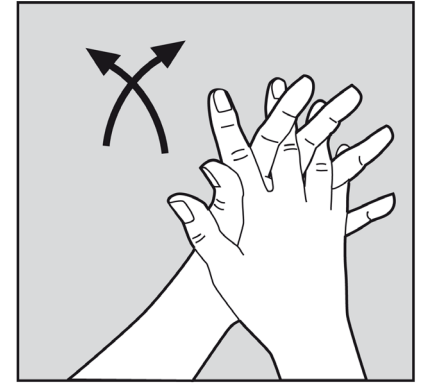
6.

تجفيف اليدين



5.

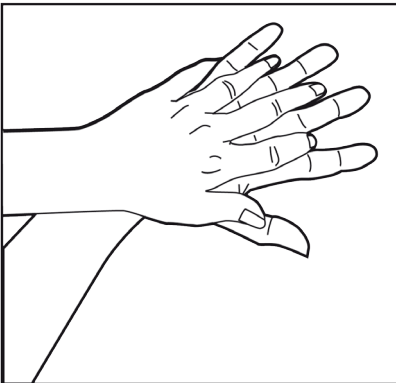
غسل اليدين غسلاً جيداً



4.

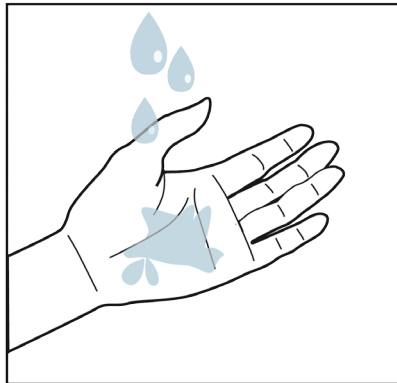
تدليك اليدين بالصابون تدليكا جيداً

استخدام مطهر لليدين



9.

تخليل ما بين الأصابع تخليلاً جيداً



8.

وضع مواد مطهرة لغسل اليدين بصورة كافية



7.

ضع كريم اليدين بعد غسل يديك.

إذا قمت بغسل يديك بعناية بشكل منتظم ، فليس هناك ضرورة لتطهير المنزل.