

# نصائح للوقاية من فيروس كورونا الجديد

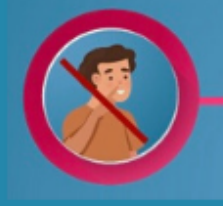
## نصائح رسمية لوزارة الصحة الإيطالية:



1. اغسل يديك كثيرًا بالماء والصابون أو قم بتنظيف يديك باستخدام المطهر الذي يحتوي على الكحول؛



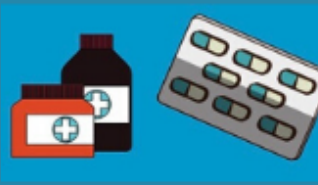
2. تجنب الاقتراب من الأشخاص المصابين بالتهابات الجهاز التنفسي الحادة؛



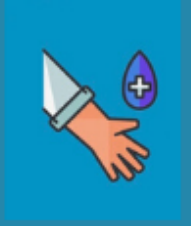
3. لا تلمس عينيك والأنف والفم بيديك.



4. باستخدام منديل، قم بتغطية فمك وأنفك أثناء العطس أو السعال. إذا لم يكن لديك، إرفع كوعك و استعمله لتغطية فمك؛



5. لا تأخذ الأدوية المضادة للفيروسات أو المضادات الحيوية إلا إذا وصفه الطبيب.



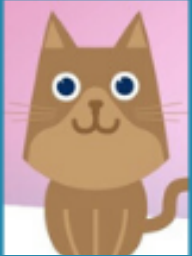
6. تنظيف الأسطح بالمطهرات على أساس الكلور أو الكحول



7. استخدم قناعًا فقط إذا كنت تشك في أنك مريض أو إذا كنت تعتني بشخص مريض



8. المنتجات المصنوعة في الصين والطرود من الصين ليست خطيرة



9. لا تنشر الحيوانات الأليفة فيروس كورونا الجديد



10. في حال كان لديك شك، لا تذهب إلى غرفة الطوارئ، بل اتصل بطبيب الأسرة هاتفين واتبع تعليماته.



#COVID19

## إغسل يديك

إغسل يديك بالماء الجاري والصابون عندما تكون ضاهرة الأوساخ على يديك



في حالة عدم وجود أوساخ ضاهرة على الأيدي إغسل وكرر الغسل مرات عدة بمحلول يحتوي على الكحول أو بالماء و الصابون .

احمي نفسك وأحمي الآخرين من المرض

## إغسل يديك



. بعد الكحه أو العطس  
. في حالة عنايتكم بشخص مريض  
. قبل، خلال، عند الإنتهاء من إعداد الأكل  
. قبل الأكل



. بعد إستعمال الحمام  
. عندما تكون هناك أوساخ على يديك  
. بعد الإحتكاك بالحيوانات أو بفضلاتها

## احمي الآخرين من المرض



عند الكحه أو العطس إستعمل منديل ورقي لتغطية الفم أو برفع الكوع أمام الفم. في صورة إستعمال المنديل ارمه بسلة المهملات فور أنتهائك من إستعماله.

## إغسل يديك بمحلول يحتوي

على الكحول أو بالماء و الصابون بعد الكحه أو العطس في حالة عنايتكم بشخص مريض



#COVID19

هل غسل أنفك بانتظام  
بالمحلول الملحي يساعد  
على منع الإصابة بفيروس  
كورونا؟

هناك بعض الأدلة المحدودة على أن شطف الأنف  
بانتظام يمكن أن يساعد الناس على التعافي بسرعة  
أكبر من نزلات البرد. ولكن ليس لمنع التهابات الجهاز  
التنفسي.



تعتبر المضادات الحيوية  
فعالة في منع وعلاج  
فيروس كورونا الجديد؟

لا ، المضادات الحيوية لا تعمل ضد الفيروسات فقط ضد البكتيريا  
فيروس كورونا الجديد (nCov-2019) هو فيروس ، وبالتالي لا  
ينبغي استخدام المضادات الحيوية كوسيلة للوقاية أو العلاج

ومع ذلك ، إذا كنت في  
المستشفى من أجل nCOV 19 ، فقد تتلقى المضادات الحيوية  
لأن العدوى المشتركة البكتيرية ممكنة.



هل يؤثر فيروس كورونا الجديد على كبار  
السن أو الأصغر سنا عرضة أيضا؟



يمكن أن يصاب الناس من جميع الأعمار بالفيروس الجديد  
يبدو أن كبار السن والأشخاص الذين يعانون من حالات طبية  
موجودة مسبقًا (مثل الربو والسكري وأمراض القلب) أكثر عرضة  
للإصابة بمرض حاد مع الفيروس.

تنصح منظمة الصحة العالمية الناس من جميع الأعمار باتخاذ  
خطوات لحماية أنفسهم من الفيروس ، على سبيل المثال باتباع  
نظافة جيدة لليدين ونظافة جيدة في علاقه بالجهاز التنفسي.

هل يخفف شرب الماء من  
التهاب الحلق ، هل هذا  
يحمي أيضًا من عدوى ن-  
كوف 2019؟

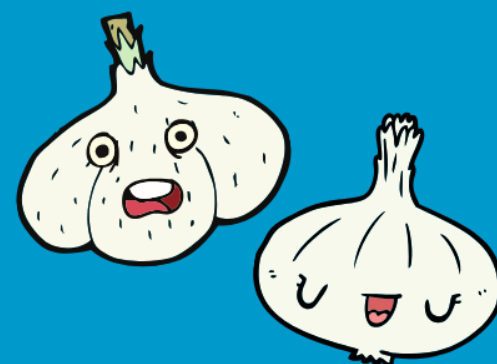


في حين أن شرب الماء مهم للصحة العامة،  
فإنه لا يمنع عدوى فيروس.

إذا كنت تعاني من الحمى والسعال وصعوبة  
التنفس ، فاطلب الرعاية الطبية مبكرًا  
وشارك سجل سفرك السابق مع مقدم  
الرعاية الصحية الخاص بك. إذا كان ذلك  
ممكناً ، اتصل مسبقًا حتى يتمكن مقدم  
الرعاية الصحية الخاص بك من الاستعداد  
لزيارتك.

هل يمكن أن يساعد تناول  
الثوم في منع الإصابة  
بفيروس كورونا الجديد؟

الثوم هو طعام صحي قد يحتوي على بعض  
الخصائص المضادة للميكروبات. ومع ذلك ، لا  
يوجد دليل على أن تناول الثوم يحمي الناس  
من فيروس كورونا الجديد (nCOV-2019)





تعتبر النساء الحوامل من الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالتهابات الجهاز التنفسي الفيروسية مثل الإصابات بفيروس كورونا (COVID-19).

ففي غياب اللقاح، يوصى للحوامل واقاربهن إجراءات الوقاية الأولية التي توفر نظافة متكررة ودقيقة من اليدين والاهتمام لتجنب الاتصال مع الأشخاص المرضى أو المشتبه بهم.

من أول 19 حالة من النساء الحوامل والرضع المولودين لأمهات يعانون من الأعراض فيروس COVID-19 نحن نعرف أنه لا أثر له في السائل الأمنيوسي أو دم الولدان المسحوب من حبل السرة.



للحد من خطر انتقال العدوى إلى الطفل/ه، يوصى باتخاذ إجراءات وقائية مثل نظافة اليدين واستخدام قناع أثناء التغذية، وفقاً لتوصيات وزارة الصحة.

لا أثر لفيروس المتسبب COVID-19 في حليب الأم.

فيروس كورونا الجديد يصيب أيضًا الأطفال. لحسن الحظ، الأطفال لديهم شكل حميد من COVID-19، وهو المرض الناجم عن عدوى SARS\_COV\_2 للأطفال نظام مناعة يرد الفعل وفعال بشكل كبير لهذا يتجلى المرض بأعراض خفيفة.



ومع ذلك الأطفال الذين يعانون من أعراض خفيفة جدًا أو يبدو أنهم لا يعانون من أعراض أو الشعور بالضييق فقط، ونزلة برد معتدلة وبعض الحمى، يمكن أن يقوموا بعدوى الآخرين.

بمجرد الإصابة ، يمكن للبالغين والأطفال نقل الفيروس إلى الآخرين. في حالة الفيروس كرونة الجديد ، يتم عزلهم لمدة 14 يومًا مراعاة للحد الأقصى لفترة الحضانة ، أي الوقت الذي يمر بين التعرض للفيروس - العدوى - وظهور أعراض المرض. إنه إجراء احترازي.



لذلك ، يجب على الأطفال أيضًا اتخاذ التدابير الموصى بها لمنع العدوى ، ولا سيما التنظيف المتكرر لليدين بالماء والصابون أو مطهر الأيدي المحتوي على الكحول و تجنب الاتصال بالأشخاص.