

كيف تنتقل العدوى؟

تنتقل عن طريق استنشاق الرذاذ المتناثر في الوسط عبر السعال والعطاس لدى المرضى.

من الممكن الإصابة بالفيروس كذلك عن طريق وضع اليدين على الوجه أو العينين أو الأنف أو الفم دون غسلهما بعد لمس الأسطح الملوثة بالجزيئات التنفسية للمرضى. إن ملامسة العينين أو الأنف أو الفم بأيدي قدرة أمر خطر.

الأشخاص الأكثر تأثراً

بالمرض:

- الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 60 سنة
- المصابون بأمراض مزمنة شديدة.
 - « أمراض القلب
 - « ارتفاع التوتر الشرياني
 - « الداء السكري
 - « أمراض الجهاز التنفسي المزمنة
- مرضى السرطان
- العاملون الصحيون

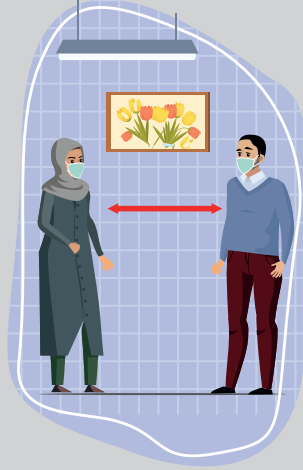
الأعراض الأكثر شيوعاً هي الحمى والسعال وضيق التنفس.

في الحالات الشديدة، قد تتطور ذات رئة وقصور تنفسي حاد وقصور كلوي وموت.

ما هي طرق الوقاية؟



اغسل يديك بشكل متكرر بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل.



اضبط المسافة الاجتماعية بينك وبين الأشخاص الآخرين بحيث تكون 1,5 متر. قم بإيلاء أهمية لارتداء القناع.



اشرب الكثير من السوائل، واتبع نظاماً غذائياً متوازناً، وانتبه لنظام نومك.



تجنب التماس الوثيق، مثل المصافحة أو العناق.



لا تشارك أي أحد متعلقك الشخصية (الأشياء اليومية مثل المناشف).



راجع مؤسسة صحية في حال كانت لديك شكايات مثل الحمى والسعال وضيق التنفس.

لقاحات الـ COVID-19؛

تقلل من خطر الإصابة بالمرض؛
وخطر التعرض للإصابة الشديدة بالمرض،
ومعدل البقاء في المستشفى،
ومعدل الوفيات.



احصل على اللقاح.
احمِ صحتك
وصحة أحبائك.

تم تحضير هذا المنشور بدعم مالي من الاتحاد الأوروبي.
وزارة الصحة في الجمهورية التركية هي المسؤولة عن
محتواه وقد لا يعكس وجهات نظر الاتحاد الأوروبي.

لمزيد من المعلومات و الدعم، راجعوا أقرب مركز صحي للمهاجرين.

خدمة جيدة من المكان الصحيح

f @ t v sihatproject

www.sihatproject.org

sihat



This project is funded by the European Union.
Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir.
هذا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي.

فلنهزم الـ
COVID-19 معاً

sihat

