

هو مرض معدٍ يسببه فيروس كورونا
وطُهر في مدينة بوهان الصينية ديسمبر
2019

ماهو مرض كوفيد - 19

هو فصيلة كثيرة من الفيروسات التي قد
تسبب المرض للإنسان والحيوان وتسبب
للإنسان - عدوى الجهاز التنفسي
وتتراوح من نزلات برد خفيفة إلى
أمراض أشد مثل متلازمة الشرق
الوسطى التنفسية والسارس

الاعراض الشائعة هي الحمى والسعال
الحاف والالتهاب وبعض الالام والوجع -
احتقان الأنف والرشح أسهال وقد تبدأ
تدريجيا والتهب يصاحب بالمرض دون
ظهور اعراض ويتعافى نحو 80% من
المصابين دون علاج شديد وتشتد حدة
المرض لكل واحد ضمن 6 مصابين

تزداد نسبة الإصابة في المسنين وكبار
السنين والأشخاص الذين يعانون
بأمراض ارتفاع ضغط الدم أو القلب أو
السكري وقد يتوفى 2% من نسبة
المصابين

ينتقل المرض من الشخص المصاب
لشخص آخر عن طريق القطرات
المعيرة التي تنطلق من الأنف أو الفم
أثناء العطس أو السعال أو سقوط هذه
القطرات على الأسطح وملامسة هذه
الأسطح من شخص غير مصاب لذا يجب
الابتعاد عن الآخرين بمسافة متر على
الأقل وعدم ملامسة العين أو الأنف أو
الفم

لا ينتشر الفيروس عن طريق الهواء
ونسبة انتقاله عن طريق برار الشخص
المصاب محدودة جدا ولذا يجب غسل
اليدين جيدا بعد استخدام دورة المياه
وقبل تناول الطعام

المشاركة في استخدام أدوات كالأواني
الأكلة والنظافة الشخصية

تنظيف اليدين جيدا بالماء والصابون أو
عسول اليدين والكحول

احتفظ بمسافة متر على الأقل بينك وبين
الآخرين

تجنب لمس الأنف والفم أو العينين

تأكد من اتباعك إبت والمخيطين بك دائما
تعليمات النظافة الشخصية

الزم المنزل إذا شعرت بأي من الأعراض
سعال، عطس ، رشح صعوبة التنفس

تابع دائما تطورات التعليمات وإساليب
الوقاية وتابع المستحدثات بشأن حماية
نفسك والآخرين

مخاطر العدوى تزداد في المناطق التي
يها أشخاص مصابة بالفعل حيث تتركز
نسبة 95% من المصابين في الصين لذا
فإن احتمالات الإصابة ضعيفة طالما غير
متواجد في مناطق تركز الفيروس

طالما تواجد بعيد عن أماكن تفشي
المرض وانتشار الفيروس فسيه احتمال
الإصابة به ضعيفة أما إذا كنت متواجد
في هذه المناطق فإذن من اتباع تعليمات
السلطات الصحية الوطنية والعالمية
خاصة إن كنت مصاب بأحد أمراض
الضغط أو السكر أو القلب أو من كبار
السن

لا تعد المضادات الحيوية علاج لكوفيد 19
لأنها تقضي على الأمراض الجرثومية
وليست الفيروسية لذا لا ينبغي أخذ
المضادات الحيوية

الي الان لم يكتشف لقاح أو دواء لكوفيد
19 الا ان تجري العديد من التجارب
والفحوصات السريه في جميع أنحاء
العالم للوصول إلى لقاح مناسب وعليك
فقط اتباع تعليمات النظافة والوقاية

الفيروس المسبب لكوفيد 19 والفيروس
المسبب لمرض السارس بينهما تشابه
جيني كبير الا ان السارس أشد فتكا
ولكنه غير سريع الانتشار مثل فيروس
كورونا

بعد استخدام الكمامة الطبية غير محزى
لغير المصابين أو لديهم أعراض المرض
وهي واجه الارتداء للمصابين
والمخالطين بهم ومن يقدمون الرعاية
الطبية

فيروس كورونا من فصيلة فيروسات
شائعة بين الخفاشيات والحيوانات
ومصاب الإنسان بهذه العدوى في حالات
نادرة

لكن يجب الاحتياط عند زيارتك للحيوان
البيتية وعدم ملاسيتها أو ملاصقة
الأسطح وكذلك عدم تناول اللحوم النيئة
أو الغير مطبوخة جيدا

لا توجد أي مؤشرات لانتقال العدوى من
حيوانات المنزل الأليفة مثل القطط
والكلاب

ما هو فيروس كورونا

اعراض مرض كوفيد 19

كيف ينتشر مرض كوفيد 19

طرق الحماية والوقاية ومنع انتشار
المرض

احتمالات الإصابة بفيروس كورونا

العلاج من مرض كوفيد 19

انتقال الفيروس من مصدر حيواني
للإنسان

التوعية الصحية والوقاية ومكافحة
العدوى بفيروس كورونا المستجد
(كوفيد19)

الوقت المستغرق للفيروس حيا

امور يجب تجنبها

مفاهيم خاطئة حول كوفيد 19

عليك اتباع الممارسات

الدليل الإرشادي للوقاية داخل أماكن
العمل

الدليل الإرشادي للوقاية داخل
المنزل

الدليل الإرشادي للوقاية عند السفر
وبعده

قد تكون عدة ساعات أو أيام وتختلف
على حسب نوع الأسطح ودرجة الحرارة
والرطوبة النسبية

يمكن استئصال الطرود أو المصاب
المشجوخة لأن احتمالات الإصابة بالمرض
عن طريق نقل المصاب نسبه متقلبة
للعرض الفيروس لدرجات حرارة مختلفة

التدخين - المأكولات العسسية التقليدية -
استخدام كميات متعددة - التغطية
الذاتية مثل تناول المضادات الحيوية

لا يعتبر محفف الإيدي الساجن وسيلة
للقضاء على فيروس كورونا والأفضل
غسل اليدين باستمرار بالكحول والماء
والصابون وتجفيفها جيدا

ينبغي عدم استخدام مصابيح الأشعة
فوق البنفسجية لتعقيم اليدين أو أي جزء
من الجسم لأن هذه الأشعة قد تسبب
حساسية الجلد

تعد الماسحات الصوتية فعالة في
الكشف عن الأشخاص المصابين بالحمى
أو ارتفاع درجة الحرارة ولكن غير فعالة
في اكتشاف المصاب بالفيروس ولكن
دون ظهور الأعراض

لا يستخدم الكحول أو الكلور لتطهير
الجسم البشري لما لهم من أضرار
جانبية وأما يستخدموا فقط في تطهير
وتعقيم الأسطح وفقا للتوصيات الملائمة

لا ينتشر فيروس كورونا من الحيوانات
المنزلية الأليفة للبشر

لا توفر اللقاحات المصادرة للالتهاب
المستحدث أنه يحتاج إلى لقاح خاص به
لأنه من الأمراض المستجدة

لا يوجد أي دليل على أن غسل الأنف
مخول ملحق به من الإصابة بفيروس
كورونا ولكنه يساعد على الشفاء من
الزكام سريعا - كذلك تناول الثوم لا يقي
من الإصابة بالفيروس

يمكن لفطريات الشخص المصاب إن
تنتشر مسافة متر واحد فقط وليس 8
لمسافات طويلة

لا ينتشر المرض بلغات العوض أو
الذباب حيث أنه من أمراض الجهاز
التنفسي - انخفاض درجة حرارة الجواو
النتج لا يقتل الفيروس - الكوكابين لا
يحمي أبدا من فيروس كورونا

خطر الإصابة بفيروس كورونا عن طريق
الغلات المعدية أو الورقية ضعيف ولا
يمكن لنول الأطفال أن يحمي من
الفيروس

اغسل يديك بالكحول والماء والصابون
بشكل مستمر

قم بتغطية الأنف والفم بمدبيل عند
العطس أو السعال وتخلص منه بعدها
فوراً وإذا لم يتوفر مدبيل استخدم الجزء
الخلفي من ذراعك لتغطية أنفك وفمك
أثناء العطس أو السعال

تواصل مع أقرب مقدم رعاية طبية إذا
ظهر عليك احدى الأعراض أو سافرت
لأحدى مناطق يركز المرض

تجنب تناول اللحوم الغير مطهية واللبن
الغير معبى وعدم مخالطة حيوانات
المرعرة دون وقاية وعدم مخالطة
المصابين أو المتواجدين بمناطق يركز
المرض

أخذ قسط كافى من الراحة وتناول كمية
كبيرة من السوائل

تجنب التعامل مع الحيوانات الميتة نتيجة
مرض أو غيره

التأكد من الإجراءات الصحية ونظافة
أماكن العمل

تعزير وتشجيع غسل اليدين بشكل
منتظم من قبل الموظفين والعملاء

تعزيز إجراءات الوقاية بالجهاز التنفسي
والتصاح للموظفين قبل السفر

تجنب الاتصال المباشر بالمصابين

تغطية الأنف والفم عند العطس أو
السعال وعدم ملاصقتهم

غسل اليدين بالماء والصابون والكحول
لمدة 20 ثانية بشكل مستمر

تطهير وتعقيم الأسطح والأرضيات
بالكلور والكحول تبعاً للنسب المظلوية

تقييم الفوائد والمخاطر المتعلقة بالسفر
وجمع المعلومات عن الجهة المقصودة

تجنب السفر لمناطق انتشار المرض
وأبداً إذا عندك أي أعراض مرضية

بعد العودة عليك مراقبة الأعراض لمدة
14 يوم وفحاس درجة الحرارة مرتين
يومياً

إذا ظهر أحد الأعراض أغزل نفسك في
المنزل مع اتباع تعليمات الوقاية
والتواصل مع الجهات المختصة