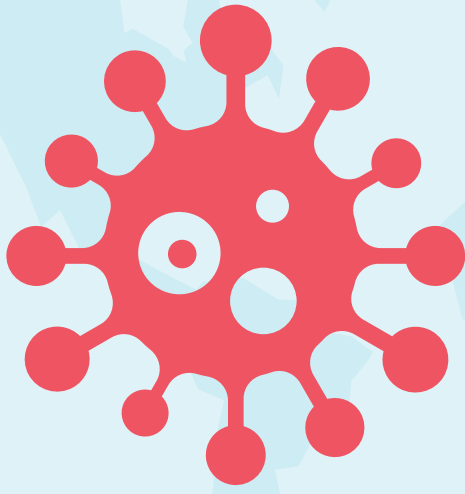


كورونا

مرض فيروس كورونا ٢٠١٩ (كوفيد-١٩)
دليل الوقاية من الفيروس



يونسف
لكل طفل

منظمة
الصحة العالمية
الأرض الفلسطينية المحتلة

PICA
الوكالة الفلسطينية للتعاون الدولي
Palestinian International
Cooperation Agency

بنك فلسطين
BANK OF PALESTINE

وزارة الصحة الفلسطينية



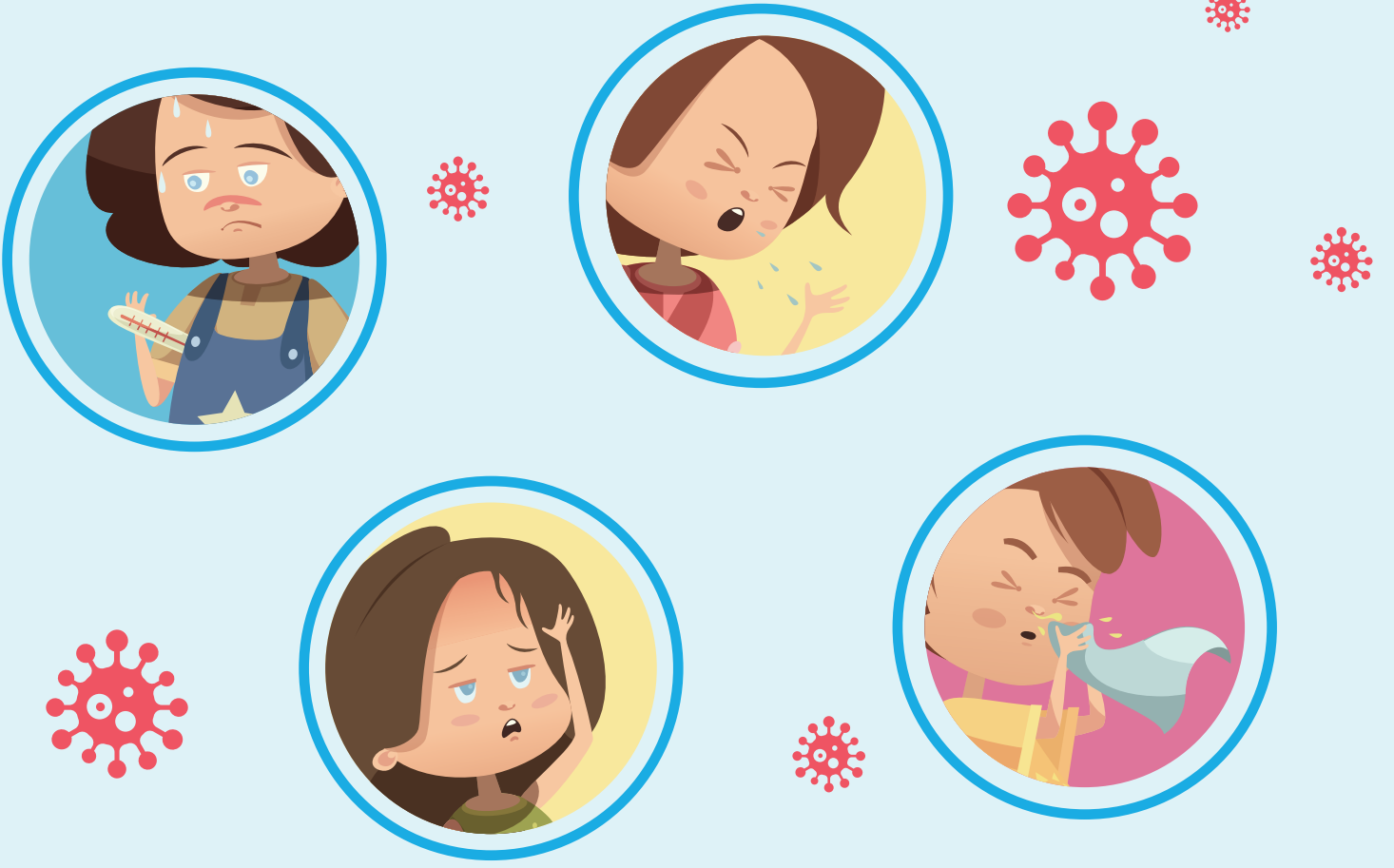
ما هو فايروس كورونا

أُطلق على المرض الناجم عن الفيروس التاجي الجديد الذي ظهر لأول مرة في «ووهان» بالصين هو فيروس جديد يرتبط بعائلة الفيروسات نفسها التي ينتمي إليها الفيروس الذي يتسبب بمرض «المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة» (سارز) وبعض أنواع الزكام العادي.



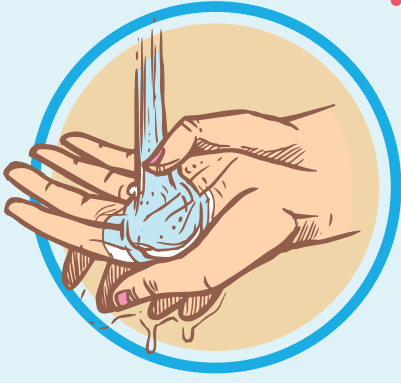
كيف ينتشر الفايروس

- ينتقل الفيروس عبر الاتصال المباشر بالرذاذ التنفسي الصادر عن شخص مصاب (والذي ينشأ عن السعال أو العطس).
- وملامسة الأسطح الملوثة بالفيروس.
- ويمكن للفيروس أن يعيش على الأسطح لعدة ساعات.



ما هي أعراض مرض فايروس كورونا

الحمى والسعال وضيق التنفس. وفي الحالات الشديدة، يمكن للمرض أن يتسبب بالتهاب الرئة أو صعوبة التنفس، كما يمكن أن يتسبب بالوفاة في حالات أقل.



كيفية الوقاية عدوى فيروس كورونا

- غسل اليدين جيداً بالماء والصابون لمدة 20 ثانية
 - تغطية الفم والأنف عند السعال والعطس
 - طهي اللحوم والبيض جيداً
 - تجنب الاتصال المباشر مع أي شخص تظهر عليه الأعراض
- التالية: الحمى، السعال وضيق التنفس

متى يجب عليك غسل اليدين؟



قبل وبعد تناول الطعام



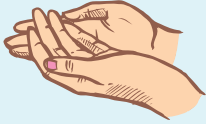
قبل وأثناء وبعد إعداد الطعام



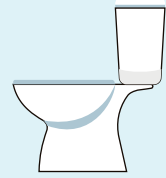
قبل وبعد العناية بشخص مريض



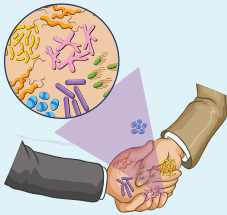
بعد السعال أو العطس



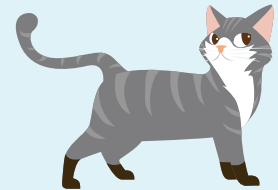
عندما تكون الأيدي متسخة



بعد استخدام المراض



بعد ملامسة الأسطح الملوثة
والأشياء التي تتشاركها مع
رفاقك



بعد التعامل مع الحيوانات
أو فضلات الحيوانات





طرق انتقال عدوى فيروس كورونا



1 الانتقال المباشر من خلال الرذاذ المتطاير من المريض أثناء السعال أو العطس



2 الانتقال غير المباشر عبر لمس الأسطح والأدوات الملوثة، ومن ثم لمس الفم أو الأنف أو العين

3 الاتصال المباشر مع المصابين للمصابين

4 تناول الأطعمة دون طهي خاصة اللحوم والبيض

5 مشاركة أدوات الطعام والشراب (قنينة الماء، الملاعقة، السندويش ...)

6 الاتصال غير المحمي مع الحيوانات البرية أو حيوانات المزرعة الحية



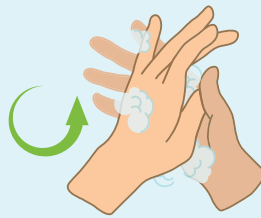
الطريقة الفعّالة لغسل اليدين

1



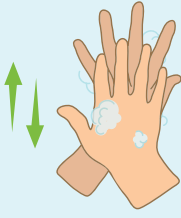
وزع الصابون
على يديك

2



افرك اليدين

3



افرك اليدين مع تشبيك الأصابع

4



ضع أصابع اليد اليمنى مع
أصابع اليد اليسرى وافرك
ظهر الأصابع

5



أفرك الإبهام باليد

6



افرك اليد اليمنى بحركة دائرية
بحيث تتشبيك أصابعها باليد اليسرى
وبالعكس

7



جفف اليدين وأغلق الحنفية
بمنديل ورقي





هل يؤثر الفايروس على الأطفال؟

هذا الفيروس هو فيروس جديد، ولا تتوفر لنا معرفة كافية حتى الآن حول كيفية تأثيره على الأطفال أو النساء الحوامل. ونحن نعرف أنه من الممكن أن يُصاب الأشخاص من جميع الأعمار بالفيروس، ولكن ظهرت لغاية الآن حالات قليلة نسبياً من مرض 'كوفيد-19' بين

الأطفال

هل يمكن أن تنتقل النساء الحوامل فايروس كورونا للأطفال غير المولودين؟

- لا يتوفر دليل في الوقت الحالي لتحديد ما إذا كان يمكن للفيروس الانتقال من الأم إلى الطفل أثناء الحمل، أو دليل على التأثير المحتمل للفيروس على الطفل.
- يجب على النساء الحوامل أن يواصلن الالتزام بالاحتياطات الملائمة لحماية أنفسهن من التعرض للفيروس.
- في حال ظهرت عليهن أعراض مثل الحمى أو السعال أو صعوبة التنفس، يجب على النساء الحوامل أن يتوجهن للحصول على رعاية طبية فوراً.

هل يُعتبر إرضاع الأم لطفلها آمناً إذا كانت مصابة بفايروس كورونا؟

- يمكن للأم مواصلة تقديم الرضاعة الطبيعية بينما تلتزم بجميع الاحتياطات الضرورية.
- الأمهات اللاتي تظهر عليهن أعراض ولكنهن في وضع جيد بما يكفي ليقدمن الرضاعة الطبيعية، فهذه الاحتياطات تتضمن ارتداء قناع طبي عند الاقتراب من الطفل (بما في ذلك أثناء الرضاعة)، وغسل اليدين قبل الاتصال بالطفل وبعد الاتصال به (بما في ذلك الرضاعة).





عند ظهور عوارض مرضية (حمى، سعال، سيلان
الأنف، ألم حنجرة، ضيق تنفس) خلال ١٤ يوم من
تاريخ القدوم من منطقة سجلت فيها حالات
للكورونا المستجد يطلب الاتصال على الرقم
التالي

1800 000 888