



Ennepe-Ruhr-Kreis



## معلومات حول فيروس كورونا الجديد (سارس-كوف-2) وكوفيد-19

### ما هو مدى خطورة فيروس كورونا الجديد؟

- قد تؤدي الإصابة بفيروس كورونا الجديد إلى سعال وسيلان مخاط من الأنف وحكة في الحنجرة وحمى وأحيانا إلى الإسهال.
- قد يتأخر ظهور الأعراض بـ 14 يوما بعد التقاط العدوى.
- إن الإصابة بالفيروس لا تشكل خطرا لحياة أكثر الأشخاص، منهم الأطفال. وفي حالات إصابة شديدة فإن الفيروس قد يؤدي لبعض المصابين إلى ضيق في التنفس والتهاب رئوي. أما حالات الوفيات بسبب الفيروس فكانت أكثرها تخص أشخاصا كبار السن و/أو أشخاصا كانوا يعانون من ظروف صحية سابقة. ولم تتوفر حتى الآن بيانات كافية لتقييم خطورة المرض بشكل نهائي.
- لا يوجد لقاح يحمي من فيروس كورونا الجديد إلى الآن.

### هل ينتقل فيروس كورونا الجديد؟

يمكن انتقال فيروس كورونا الجديد بين البشر. وطريق الانتقال الرئيسي هي عبر الرذاذ، وقد يتم ذلك بشكل مباشر عبر الغشاء المخاطي أو مجريبات التنفس أو بطريق غير مباشر عبر اليدين إذا اتصلنا بمخاطبة الفم أو الأنف أو ملتحمة العين.

### كيف يمكن تجنب انتقال فيروس كورونا؟

#### ومن المهم الحفاظ على نظافة اليدين ...

- عند الوصول إلى روضات الأطفال أو المدارس أو غيرها من المرافق،
- بعد أوقات الراحة والأنشطة الرياضية،
- بعد التمخيط والعطاس والسعال،
- قبل إعداد الطعام وقبل الأكل وبعدها،
- وبعد الذهاب إلى المراض.

#### ما يجب مراعاته بشكل عام ...

- ابتعد عن الآخرين أكثر مسافة فاصلة ممكنة عند السعال أو العطاس – والأفضل أن تستدير ناحية أخرى خلال ذلك.
- ويوصى بالعطاس في ثنية الذراع أو في منديل ورقي يتم التخلص منه بعد ذلك على الفور.
- اجتنب لمس أشخاص آخرين عند التحيّة وقم بغسل يديك جيدا بشكل منتظم لمدة لا تقل عن 20 ثانية بالماء وصابون.

← اترك يديك بعيدتين عن وجهك ولا تمسّ فمك ولا عينيك أو أنفك بهما. ← لا تسلم أشياء اتصلت بفمك – مثل الأكواب أو القوارير – لأشخاص آخرين. ← لا تشارك أواني أو مناشف أو أدوات عمل مثل الأقلام مع أشخاص آخرين.

### ما العمل في حالة ظهور أعراض المرض؟

الأعراض الأولى بعد التقاط فيروس كورونا الجديد هي السعال وسيلان المخاط من الأنف وحكة في الحنجرة والحمى. يعاني بعض المصابين إضافة إلى ذلك من الإسهال. إذا ظهرت الأعراض المذكورة على أشخاص تواجدوا في منقطة ثبتت فيها حالات الإصابة بفيروس كورونا الجديد خلال 14 يوما، فالمطلوب تجنب أي احتكاكات غير ضرورية مع أشخاص آخرين والبقاء في البيت قدر الاستطاعة. يجب على المصابين إعلام طبيب أسرتهم هاتفيا لكي يحدد معه الخطوات اللاحقة قبل التقدّم الشخصي إلى العيادة. وأما من كان له اتصال بشخص مصاب بهذا المرض فينبغي أن يتوجّه إلى دائرة الصحة المختصة به. يمكنكم البحث عن دائرة الصحة المختصة بكم عبر قاعدة البيانات التابعة لمؤسسة روبرت-كوخ على الرابط التالي:

<https://tools.rki.de/PLZTool/>

يمكنكم الاطلاع على المعلومات المذكورة وغيرها من المعلومات عبر [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de) و [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/nCoV.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/nCoV.html). يمكنكم الاستفادة من وسائل المركز الاتحادي للتوعية الصحية أيضا، مثل لوحة "10 Hygienetipps"، والتي هي متوفرة في لغات متعدّدة والتي يمكن تحميلها مجّانا عبر <https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-sars-cov-2.html>