



وزارة الصحة



المركز الوطني للأمن وإدارة الأزمات



الدليل التوعوي

عن فيروس كورونا المستجد  
COVID-19

# طرق انتقال عدوى

فيروس كورونا المستجد

COVID-19

01

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

02

الانتقال غير المباشر ( لمس الأسطح والادوات الملوثة بإفرازات المريض ، ومن ثم لمس الفم أو الأنف أو العين)

03

المخالطة المباشرة للمصابين

# أعراض الإصابة بعدوى

فيروس كورونا المستجد

COVID-19



ضيق في  
التنفس



سعال



ارتفاع درجة الحرارة

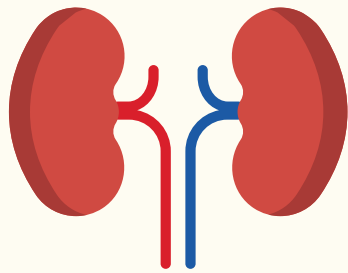


قئ

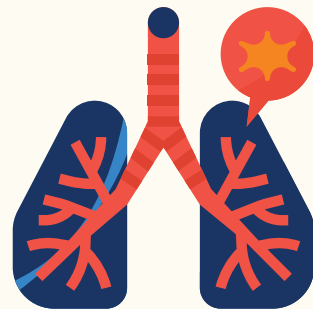


التهاب رئوي

في الحالات المتقدمة يصاب المريض  
بمضاعفات خطيرة:



فشل كلوي



التهاب رئوي  
حاد

# طرق الوقاية من العدوى

فيروس كورونا المستجد  
COVID-19

غسل اليدين بالماء  
والصابون بانتظام لمدة ٢٠ ثانية



تغطية الفم والأنف  
عند السعال والعطس



التخلص من المناديل  
المستخدمة بطريقة آمنة



# طرق الوقاية من العدوى

فيروس كورونا المستجد

COVID-19

تجنب الاتصال المباشر مع أي

حالة مشتبهة أو مؤكدة



تجنب ملامسة العينين

والأنف والفم باليد بعد

لامستها للأسطح الملوثة بالفيروس



تجنب الفنجان الواحد

عدم شرب القهوة السادة

بالفنجان الواحد لأكثر من شخص



تناول الاغذية الصحية

والغنية بالفيتامين سي



# نصائح للمسافرين

## لتجنب فيروس كورونا المستجد



**تجنب الاتصال بأشخاص مصابين بأعراض تنفسية**

**تجنب الاتصال بالحيوانات (حية أو ميتة) أو المنتجات الحيوانية أو التواجد في أسواق تداول الحيوانات**

## إذا ظهرت أعراض الإصابة بعدوى تنفسية فينبغي:

**المحافظة على نظافة اليدين عبر غسلهما لمدة ٢٠ ثانية على الأقل بالماء والصابون أو بالمطهرات**

**البقاء في المنزل وتجنب الاختلاط بالآخرين**

**عدم السفر أثناء وجود أعراض مرضية**

**تغطية الفم والأنف بالمناديل عند السعال أو العطاس**

**طلب الرعاية الصحية فوراً**

# الطريقة الأصح لغسل اليدين



بلل يديك بالماء



وزع الصابون  
على يديك



ادعك  
الراحتين



افرك راحة اليدين  
مع تشبيك الأصابع



ضع أصابع اليد اليمنى  
مع راحة اليد اليسرى  
وافرك ظهر الأصابع



افرك الابهام  
براحة اليد



افرك اليد اليمنى بحركة  
دائرية بحيث تشبك أصابعها  
براحة اليد اليسرى



أغسل يديك بالماء



جفف اليدين

# متى يجب عليك غسل اليدين؟

قبل وأثناء وبعد  
إعداد الطعام



قبل تناول الطعام



بعد السعال  
أو العطس



قبل وبعد رعاية  
شخص مريض



بعد استخدام  
دورة المياه



بعد تغيير  
حفاضات الطفل



بعد لمس  
الحيوانات



بعد لمس القمامة





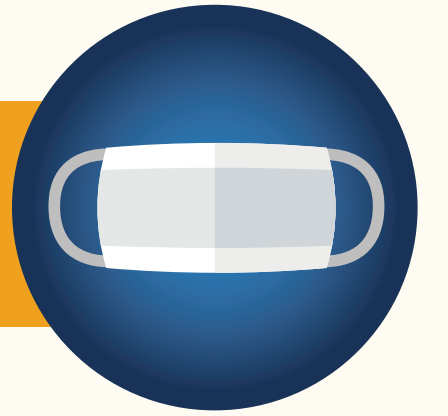
# نصائح هامة

عند ظهور أعراض مرض

الكورونا المستجد COVID-19

إذا كنت تعاني من أعراض تنفسية وكنت في إحدى الدول التي  
سُجّلت فيها حالات كورونا خلال الأسبوعين الماضيين؟

ارتداء كمامة طبيّة



الاتصال بوزارة الصحة على أرقام الخط الساخن  
065004545 - 0778410186  
أو الاتصال على رقم الطوارئ الموحد : 911



اتبع تعليمات مندوب وزارة الصحة أو الدفاع المدني  
حول مراجعة المستشفى المختص



# يجب وضع الكمامة! إذا كنت:



1

تشكو من أعراض تنفسية  
(مثل العطاس و السعال)

2

تعثني بشخص لديه أعراض  
تنفسية



# آداب العطاس

## لتقليل العدوى



اغسل يديك  
بالماء الدافئ  
والصابون



استخدم المناديل  
الورقية للسعال  
أو العطس



تخلص من المناديل  
بأسرع وقت بعد  
الاستخدام بطريقة  
آمنة

# أسئلة شائعة؟



سؤال وجواب حول فيروس كورونا المستجد

أنا قادم من إحدى الدول التي سجلت فيها حالات كورونا  
وأشك في من ارتفاع في الحرارة وضيق في التنفس ماذا  
أفعل؟



في حال الإختلاط بأشخاص مصابين بأعراض تنفسية  
أثناء السفر أو حالة مشتبهة أو مؤكدة بالاصابة ، اتبع  
تعليمات مندوب وزارة الصحة أو الدفاع المدني حول  
مراجعة المستشفى المختص ولمزيد من  
الاستفسارات الاتصال بوزارة الصحة على الأرقام  
التالية : **065004545 - 0778410186**



هل ينتقل فيروس كورونا المستجد  
بين البشر؟



نعم ينتقل الفيروس بين البشر من الشخص  
المصاب بالعدوى إلى شخص آخر عن طريق  
المخالطة القريبة دون حماية.



هل يوجد لقاح ضد فيروس كورونا  
المستجد؟



لا يوجد حتى الآن لقاح ضد الفيروس لأنه  
فيروس جديد لم يكتشف من قبل و الأبحاث  
جارية لإنتاج لقاح.



هل يوجد علاج ضد فيروس كورونا  
المستجد؟



لا يوجد علاج محدد للمرض الذي يسببه فيروس  
كورونا المستجد . غير أن العديد من أعراضه يمكن  
معالجتها، وبالتالي يعتمد العلاج على الحالة  
السريرية للمريض.



ما هي المسافة التي يجب الحفاظ عليها لتجنب الرذاذ الناتج من العطس و السعال؟



يجب أن تحافظ على مسافة متر تقريباً بينك و بين الآخرين و خاصة الذين يعانون من عدوى الجهاز التنفسي العلوي لتجنب الرذاذ الناتج عن العطس و السعال.



هل يمكن علاج فيروس كورونا المستجد بالمضادات الحيوية؟



لا ، لا تعمل المضادات الحيوية ضد الفيروسات، في حال حدوث الالتهاب الرئوي يمكن استخدام بعض المضادات الحيوية كعلاج دائم تحت إشراف الطبيب المعالج.



هل يساعد غسل الأنف بانتظام بمحلول ملحي في  
الوقاية من العدوى بفيروس كورونا المستجد؟



لا. لا يوجد أي دليل علمي على أن غسل الأنف بانتظام بمحلول  
ملحي يقي من العدوى بفيروس كورونا المستجد. ولكن توجد  
دلائل على أن غسل الأنف بانتظام بمحلول ملحي يساعد في  
الشفاء من الزكام بسرعة أكبر. ومع ذلك، لم يثبت أن غسل الأنف  
بانتظام يقي من أمراض التنفسية.



هل تساعد الفرجرة بغسول الفم على الوقاية  
من العدوى بفيروس كورونا المستجد؟



لا. لا يوجد أي دليل علمي على أن استخدام  
غسول الفم يقي من العدوى بفيروس كورونا  
المستجد.





هل يجب أن ارتدء الكمامات الطبية لأحمي نفسي من فيروس كورونا المستجد ؟



ارتداء كمامات الطبية يمكن أن يساعد في الحد من انتشار بعض أمراض الجهاز التنفسي. ومع ذلك ، فإن استخدام الكمامة وحدها غير مضمون لوقف العدوى ويجب أن يقترن بتدابير وقائية أخرى بما في ذلك نظافة اليدين والجهاز التنفسي و الاحتفاظ بمسافة آمنة بينك وبين من يعانون عدوى الجهاز التنفسي ( متر على الأقل). ولتجنب الهدر في استخدام الكمامات الطبية تنصح منظمة الصحة العالمية باستخدام الكمامات الطبية لمن يشتبه أو ثبت أصابتهم بفيروس كورونا المستجد و القائمين على رعايتهم من العاملين الصحيين أو المخالطين.



هل تختلف أعراض فيروس كورونا المستجد لدى الأطفال عن البالغين؟



تتشابه أعراض الإصابة بفيروس كورونا المستجد لدى الأطفال مع أعراض لدى البالغين بما فيها ارتفاع درجات الحرارة وسيلان الأنف والسعال.



هل يمكن أن ينتقل فيروس كورونا المستجد عن طريق لمس العملات النقدية أو بطاقات الائتمان؟



هناك خطورة بالاصابة بفيروس كورونا المستجد نتيجة ملامسة أغراض بما فيها العملات المعدنية أو اوراق النقدية أو بطاقات الائتمان، و يمكن أن يتعرض أي غرض للتلوث بفيروس كورونا المستجد عن طريق شخص مصاب بالعدوى في حال سعاله أو عطسه أو ملامسته له. لذا فإنه من الضروري التقييد بقواعد نظافة اليدين الصحيحة سواء باستخدام مطهر كحولي أو فركهما بالصابون لمدة ٢٠ ثانية على الأقل ثم غسلهما بالماء لتقليل إمكانية انتقال الفيروس عبر أغراض أن وجد.



هل يمكن أن ينتشر فيروس كورونا المستجد عن طريق الهواء لمسافات طويلة؟



لا، أن فيروسات كورونا هي فيروسات لا تنتشر عن طريق الهواء لمسافات طويلة، و فيروس كورونا المستجد ينتقل أساساً عن طريق الرذاذ التي يفرزه شخص مصاب أثناء السعال أو العطس، أو عن طريق قطيرات اللعاب أو إفرازات الأنف، ولا يمكن أن تنقل هذه القطيرات بالهواء لمسافة بعيدة بسبب ثقلها، ويمكن أن يصاب الإنسان بالعدوى أيضاً نتيجة للمس العينين أو الفم أو الأنف بعد ملامسة سطح أو غرض ملوث لذا فإن تنظيف اليدين بشكل متكرر باستخدام مطهر كحولي لليدين أو غسلهما بالماء والصابون.





# لمزيد من المعلومات حول فيروس كورونا المستجد



وزارة الصحة



الاتصال بوزارة الصحة على أرقام الخط الساخن

0778410186 - 065004545

ومتابعة الصفحات الرسمية لوزارة الصحة عبر منصات التواصل الاجتماعي



# نتمنى لكم دوام السلامة



وزارة الصحة



المركز الوطني للأمن وإدارة الأزمات  
National Center for Security  
& Crises Management