

## ملاحظات حول فيروس كورونا الجديد (SARS-COV-2) وكوفيد-19

### ما مدى خطورة فيروس كورونا الجديد؟

- ▶ قد تؤدي الإصابة بفيروس كورونا الجديد إلى ظهور أعراض مثل السعال وسيلان الأنف والتهاب الحلق والحمى وأحياناً يكون مصحوباً بإسهال. بعد الإصابة بالمرض، يمكن أن تظهر أعراض المرض حتى 14 يوماً بعد أقصى.
- ▶ ولا تمثل العدوى تهديداً على الحياة بالنسبة لمعظم الناس، بما في ذلك الأطفال. ويمكن أن تسوء الأمور لدى بعض المصابين بسبب الفيروس ليسبب مشاكل في التنفس والتهاباً رئوياً. ولم يتعرض للوفاة بسبب الفيروس حتى الآن سوى كبار السن أو الذي سبق أن عانوا من أمراض مزمنة دفينية. ولا تتوفر بيانات كافية حتى الآن لتقييم شدة مرض الجهاز التنفسي الجديد.
- ▶ ولا يوجد أي لقاح متاح حالياً للحماية من فيروس كورونا الجديد.

### كيف ينتقل فيروس كورونا الجديد؟

- ▶ يمكن أن ينتقل النوع الجديد من فيروس كورونا من شخص لآخر. وتمثل العدوى بالقطرات (أو الرذاذ) الطريقة الأساسية لانتقال العدوى. ويحدث ذلك مباشرة من خلال الأغشية المخاطية في الجهاز التنفسي أو بشكل غير مباشر من خلال اليدين، والتي تلامس بعد ذلك الغشاء المخاطي للفم أو الأنف والملتحمة.

### كيف يمكنني تجنب انتقال فيروس كورونا؟

ملاحظات عامة ...	النظافة الجيدة لليدين مهمة ...
<ul style="list-style-type: none"><li>▶ حافظ على أكبر مسافة ممكنة عند السعال أو العطس؛ ومن الأفضل الابتعاد.</li><li>▶ واعطس عند المرفق أو في منديل ثم تخلص منه.</li><li>▶ تجنب الملامسة باليد عند تحية الآخرين و اغسل يديك جيداً و بانتظام بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ عند الوصول إلى مؤسسة تعليمية مثل مراكز الرعاية النهارية أو المدارس، بعد فترات الراحة وممارسة الأنشطة الرياضية، بعد نفخ محتويات أنفك أو العطس أو السعال، قبل إعداد الطعام وقيل تناول الطعام، بعد دخول المراض.</li></ul>

أبق يديك بعيدتين عن وجهك، وتجنب ملامسة فمك أو عينيك أو أنفك.

تجنب مشاركة الأشياء التي تلمسها بفمك، مثل الأكواب أو الزجاجات، مع أشخاص آخرين.

تجنب مشاركة الأشياء من قبيل الأطباق والمناشف أو أدوات العمل، مثل الأقلام، مع الآخرين.

### ماذا أفعل إذا ظهرت أعراض المرض؟

- ✓ أول علامات الإصابة بفيروس كورونا الجديد هي السعال وسيلان الأنف والتهاب الحلق والحمى. وقد يعاني البعض أيضاً من الإسهال. وإذا ظهر على موظفي المؤسسة التعليمية أو الأطفال والمراهقين الذين تواجدوا في منطقة بها بالفعل فيروس كورونا الجديد الأعراض الموضحة أعلاه في غضون 14 يوماً، فيجب عليهم تجنب التلامس والتواصل غير الضروري مع الأشخاص الآخرين والبقاء في المنزل. ويجب على الأشخاص المصابين الاتصال بالأخصائي العام عبر الهاتف ومناقشة كيفية المتابعة قبل بدء الممارسة. إذا لامست شخصاً مصاباً يمثل هذا المرض، فيجب على المصابين الاتصال بقسم الصحة المسؤول لديهم. يمكن العثور على السلطة الصحية المختصة في قاعدة بيانات معهد روبرت كوخ (RKI) عبر الرابط <https://tools.rki.de/PLZTool>.
- ✓ يمكنك أيضاً العثور على هذه المعلومات وغيرها عبر الرابط [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de). استعن أيضاً بوسائط BZgA، مثل الملصق "اغسل يديك بشكل صحيح" والملصق "10 نصائح للنظافة"، وهي متاحة للتنزيل مجاناً عبر الرابط <http://www.infektionsschutz.de/medien/plakat-10-hygienetipps>

