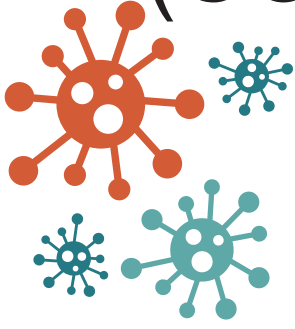


# فيروس كورونا (COVID-19)



نوع جديد من الفيروس الجديد يجعل الناس مرضى. يتسبب هذا النوع (المستجد) الجديد في الإصابة بمرض فيروس الجديد لعام 2019 بالنسبة لبعض الأشخاص ، يعتبر المرض مرضًا خفيفًا. (COVID-19) بالنسبة للآخرين ، هو مرض شديد. هناك أشياء يمكنك القيام بها للمساعدة في وقف الانتشار والحفاظ على صحة نفسك والمجتمع

## COVID-19 منع



### غسل اليدين

اغسل اليدين جيدًا وغالبًا. يمكن أن يساعد معقم اليدين في حالة عدم توفر الماء والصابون



### ابق في المنزل في حالة المرض

ابق في المنزل من العمل أو المدرسة إذا كنت مريضًا. تجنب الخروج بخلاف الحصول على الرعاية



### نظف الأسطح

قم بتطهير الأسطح التي يلمسها عادةً باستخدام المنظفات المنزلية العادية



### لا يوجد اتصال وثيق.

ابق على مسافة من الناس ، وخاصة أولئك الذين تظهر عليهم علامات المرض



### اتبع إرشادات قناع الوجه

يجب على الأشخاص المرضى ارتداء قناع للوجه عندما يكونون في حالة جيدة. لا يُنصح باستخدام أقنعة الوجه للأشخاص الذين يتمتعون بصحة جيدة إلا إذا كانوا عاملين في مجال الرعاية الصحية أو رعاية للأشخاص الذين يعانون من COVID-19.

### إذا كنت تعتقد أن لديك COVID-19

اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا ظهرت عليك الأعراض. الدعوة المسبقة تحمي الآخرين. اذكر ما إذا كنت على اتصال وثيق بشخص معروف أنه يحمل المرض أو إذا كنت قد سافرت مؤخرًا من منطقة بها المرض. قد يكون التطبيب عن بعد (الطبيب عن بعد أو خدمات مماثلة) مفيدًا لأولئك الذين يعانون من أعراض خفيفة. الناس الذين هم بخير لا يتم اختبارهم.

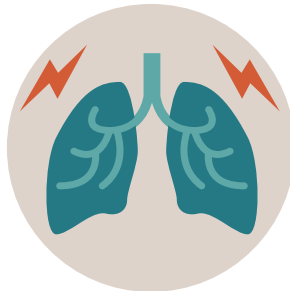
## أعراض COVID-19



### حمى



### سعال



### ضيق في التنفس

## التحضير لـ COVID-19



### ضع خطة استعداد

فكر في المستلزمات اليومية التي تحتاج إليها وأن يكون لديك الكثير في متناول اليد. قد يشمل ذلك أشياء مثل الطعام والماء والأدوية وأغذية الحيوانات الأليفة للمساعدة في التخطيط [www.ready.gov](http://www.ready.gov) وحفازات الأطفال. قم بزيارة



### تواصل مع الآخرين ومصادر موثوقة

تحدث إلى الأصدقاء والعائلة حول خطتك. احصل على معلومات دقيقة من مصادر مثل إدارة الصحة أو مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها أو مقدم الرعاية الصحية الخاص بك. اتبع مصادر موثوقة على وسائل التواصل الاجتماعي.



### ماذا عن المدارس والشركات؟

إذا كنت تعمل أو كنت طالبًا ، اسأل صاحب العمل أو المدرسة عن خطط الطوارئ الخاصة بهم.

إذا كنت مسؤولاً عن مدرسة أو عمل تثقيف الطلاب أو الموظفين حول COVID-19. وفر مناديل الوجه ومعقم اليدين وعلب القمامة التي لا تلمس تنظيف وتعقيم الأسطح التي يلمسها عادة بشكل مستمر مراجعة ومشاركة "استمرارية خطط العمليات".

### كيف ينتشر هذا الفيروس المستجد؟

شخص مصاب بالفيروس يسعل أو يعطس ويطلقه في الهواء (الناس الذين على اتصال قريب (في نطاق 6 أقدام أو أقل) شخص يلمس شيئًا مصابًا بالفيروس ثم يلمس فمه أو أنفه أو عينيه بأيدي غير مغسولة قطرات الفيروس في الجهاز التنفسي وربما في البراز.

## COVID-19

### وصمة العار

### ((التمييز العرقي))

رضت نأ نكمدي  
زي مي متلا وأ تمصولا  
دوه جلاب يقرعلا  
فقول قل وذبملا  
ال COVID-19.  
لصأ وأ قرع دجوي  
قضرع رثك أني عم  
ام .هب قنابصل  
صخش رفا سي مل  
فقطنم نم أرخوم  
وأ COVID-19 امب  
لاصتا يلع ناك  
هي دل صخش ب  
نلف ،سوري فل  
رطخ يف نوكي  
نيرخال نم رثكأ

### علاج المرض

حاليا ، لا يوصى بأي علاج مضاد للفيروسات محدد. يجب أن يتلقى الأشخاص المصابون بـ المرض العلاج لتخفيف الأعراض. قد تحتاج الحالات الشديدة إلى دخول المستشفى. الحالات الخفيفة يجب أن تمارس الرعاية الذاتية في المنزل وتعتزل نفسها. استشر مقدم الرعاية الصحية الخاص بك

### التعامل مع المرض

يقدم خط مساعدة الكوارث في حالات الطوارئ التابع لـ استشارات ودعم الأزمات على مدار الساعة طوال SAMHSA أيام الأسبوع ، ودعمًا لمدة 365 يومًا في السنة للأشخاص الذين يعانون من ضائقة عاطفية مرتبطة بالكوارث بما في ذلك تفشي المرض. 1-800-662-4357

### تواصل وابقى على اطلاع

تابع إدارة صحة مقاطعة إنجهام على وسائل التواصل الاجتماعي وقم بزيارة موقعنا على الإنترنت. على الرقم 887-4517 COVID-19 ICHD إذا كانت لديك أسئلة ، فاتصل بخط استجابة (517). تتضمن الموارد الأخرى الموثوقة المتضمنة وزارة الصحة والخدمات الإنسانية بولاية ميشيغان ، ومراكز الولايات المتحدة لمكافحة الأمراض والوقاية منها ، ومقدم الرعاية الصحية الخاص بك

