

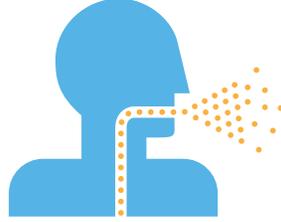
# COVID-19

## فيروس كورونا

### أوقف انتشاره

لحماية أنفسكم من COVID-19، عليكم اتباع نفس الخطوات التي تساعد على منع أي مرض آخر.

إن COVID-19 (مرض فيروس كورونا 2019) هو أحد أمراض الجهاز التنفسي الذي يتسبب فيه فيروس كورونا، ويمكنه الانتقال من شخص لآخر.



يُعتقد أن الفيروس ينتشر بشكل رئيسي بين الأشخاص الذين يتعاملون عن قرب (في حدود مسافة 6 أقدام)؛ من خلال إفرازات الجهاز التنفسي الناتجة عن سعال الشخص المصاب أو عطاسه.

اغسل يديك كثيرًا بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل.



غطي فمك عند السعال أو العطس بأذن عك أو مرفقك، وتجنب لمس عينيك وأنفك وفمك بيديك.



ارتدوا قناع القماش أو غطاء الوجه عند الخروج في الأماكن العامة.



تجنب الاتصال الوثيق مع الناس من خلال البقاء 6 أقدام بعيدًا عن الآخرين.



ابق في المنزل إذا كنت مريضاً أو لديك أعراض COVID-19.



### الأعراض

ضيق  
لتنفس



السعال



لحمى



يمكن أن تشمل الأعراض الأخرى صعوبة في التنفس والقشعريرة وآلام العضلات والتهاب الحلق وفقدان جديد للثوق أو الشم. عادةً ما تظهر الأعراض خلال يومين إلى 14 يومًا من التعرض للإصابة. سيعاني معظم المصابين بفيروس كورونا من توعك بسيط لا يستلزم الإقامة في المستشفى، ولكن هناك آخرين معرضون بنسبة أكبر للإصابة بأمراض خطيرة، ويمكن أن يصابوا بمضاعفات صحية أخرى.

### بعض الأشخاص معرضون بشكل أكبر للإصابة بفيروس COVID-19.

يشمل الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بأمراض خطيرة من COVID-19 ما يلي:

- الأشخاص الذين يبلغون من العمر 65 عامًا أو أكبر.
- الأشخاص الذين يعيشون في دار رعاية أو مرفق رعاية طويل الأجل.
- المصابين بأمراض الرئة المزمنة أو الربو المعتدل إلى الحاد.
- الأشخاص الذين يعانون من أمراض القلب الخطيرة.
- الأشخاص الذين يعانون من ضعف جهاز المناعة.
- الأشخاص الذين هم في أي عمر ويعانون من أمراض صحية كامنة (خاصة إذا لم يكن مسيطر عليها بشكل جيد)، مثل مرض السكري والسمنة وأمراض الكلى أو أمراض الكبد.

إذا كنتم تدرجون تحت أي فئة من الفئات السابقة، فقوموا بوضع خطة مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بكم؛ لتحديد المخاطر الصحية لفيروس كورونا، وكيفية التعامل مع الأعراض. إذا أصبتم بأي أعراض؛ فعليكم التواصل مع الطبيب على الفور.



## ما يجب فعله عند الشك في الإصابة.

### ماذا أفعل إذا شعرت بالمرض؟

إذا شعرت بالمرض، وتعتقدون أنك معرضون للإصابة بفيروس COVID-19، فاتصلوا بمقدم الرعاية الصحية لمناقشة الأعراض قبل الذهاب للمستشفى. وسيحدد مقدم الرعاية الصحية الخطوات التالية للرعاية. عليكم في الوقت الحالي الاستمرار في اتباع الخطوات؛ لمنع انتشار المرض، وتجنب التعامل مع الآخرين. وإذا لم يكن لديكم مقدم رعاية صحية؛ يُرجى الاتصال على قسم الرعاية الصحية المحلي لديكم؛ للتواصل مع من يمكنهم تقديم الرعاية.

- للمقيمين في كولومبوس، وورثينغتون: مديرية شؤون الصحة العامة في كولومبوس \* - 614) 645-1519
- للمقيمين في بيكسلي، وكاتال، ونشستر، وديبلن، وغازانا، وغرانديفيو، +هايتس، وغروف سيتي، وغروفبورت، وهيلارد، ونيو ألباتي، وبيكيرينغتون، وريبولدزبورغ، وأوبير آرلينغتون، وويستيرفيل: مديرية شؤون الصحة العامة في مقاطعة فرانكلن - 614) 525-3160

\*يرجى ملاحظة: مديرية شؤون الصحة العامة في كولومبوس لا تطلب من الزوار تقديم وثائق المواطنة.

### كيف أخضع لاختبار فيروس COVID-19؟

لا يمكن لأحد سوى مقدم الرعاية الصحية تقييم أعراض COVID-19 التي تصيبك، وطلب إجراء اختبار. لمزيد من المعلومات حول مواقع الاختبار، بما في ذلك المواقع ومتطلبات الاختبار والمواقع التي لا تتطلب أمراً للاختبار داخل مدينة كولومبوس، يرجى الاتصال على 614) 645-1519.

### ماذا أفعل إذا تم تشخيصي بالإصابة بفيروس COVID-19؟

سيعطيك مقدم الرعاية الصحية معلومات عن كيفية معالجة الأعراض. بالإضافة إلى اتباع توجيهات الرعاية، عليكم أيضاً عزل أنفسكم في الوقت الحالي، وعدم الذهاب إلى المدرسة أو العمل، أو أي مكان آخر يحتوي على عدد كبير من الناس. **يفصل** العزل المرضى الذين يمكنهم نقل العدوى عن الأصحاء. أثناء ذلك، عليكم البقاء في المنزل (في غرف نوم منفصلة، والوضع الأمثل هو استخدام دورات مياه مختلفة)، إلا عند الذهاب لتلقي الرعاية الصحية، وانعزلوا عن الآخرين، وعن الحيوانات في منازلكم، وتجنبوا مشاركة الأشياء الشخصية، وتابعوا الأعراض، واتصلوا بمقدم الرعاية الصحية إذا ازدادت حالتكم سوءاً، وقبل انتهاء العزل. ينبغي على أسركم أو أفراد الأسرة المعيشية الذين لا يعانون من أعراض الخضوع للعزل المنزلي. **يعزل** الحجر الأشخاص الذين يعتقد أنهم تعرضوا للمرض ممن لم يتعرضوا؛ وذلك لتجنب الانتشار المحتمل. وفي تلك الأثناء، ينبغي على أسركم البقاء في المنزل إلا عند الحاجة؛ لتلقي الرعاية الصحية، وعزل أنفسكم عنكم، وتنظيف الأسطح التي تلمس باستمرار، والانتباه لإصابتهم بالأعراض، والحصول على الرعاية الصحية إذا أصيبوا بالحمى، أو أي أعراض أخرى لها علاقة بالجهاز التنفسي.



### تعلم الكثير. ابق على اطلاع.

يرجى استخدام مصادر موثوقة وموثوقة فقط للحصول على معلومات وتحديثات على COVID-19. لمعرفة المزيد - وللموارد والأدوات التي يمكن أن تساعدك على البقاء آمنة - زيارة:

[www.cdc.gov/coronavirus](http://www.cdc.gov/coronavirus) •

[www.coronavirus.ohio.gov](http://www.coronavirus.ohio.gov) •

[www.columbus.gov/coronavirus](http://www.columbus.gov/coronavirus) •

<https://covid-19.myfcph.org> •