

فايروس كورونا الجديد COVID-19 (كوفيد-19): ما يجب عليك معرفته

هذه الوثيقة لم تنشر بواسطة مؤسسات الصحة الرسمية. للمزيد من المعلومات الحالية من قبل خدمات صحة الانسان (قسم مشيخان) [اضغط هنا](#).

ما هو فيروس كورونا ؟

- SARS-COV-2: هو فايروس يتسبب بمرض يسمى كوفيد-19 (COVID-19) وفي بعض الأحيان يسمى في العلام ب "كورونا فيروس" او "فايروس كورونا".
- فايروس كورونا هو مجموعة من الفيروسات التي تتسبب بأمراض متوسطة القوة مثل : نزلة البرد ولكن قد تسبب أحيانا امراض أكثر خطورة مثل مرض الألتهاب الرئوي.
- فايروس كورونا عام 2019 هو نوع جديد من عائلة فيروس كورونا عرف على انه المسبب وراء انتشار أمراض الجهاز التنفسي والتي تؤثر على التنفس ويسمى (كوفيد-19) (COVID-19) .
- إصابات كوفيد-19 قد سجلت في كثير من البلدان ومن ضمنها الولايات المتحدة الأمريكية. لمزيد من المعلومات حول احدث القوائم للبلدان المتأثرة يرجى زيارة الرابط [أضغط هنا](#).

ما هي اعراض فايروس كورونا؟

- الاعراض الشائعة تمثلت بـ الحمى (ارتفاع درجات الحرارة) , السعال , او ضيق/صعوبه في التنفس.
- أغلب المصابين بمرض فايروس كورونا تظهر عليهم الاعراض المتوسطة. الأشخاص الكبار في السن او الذين لديهم مشاكل صحية أخرى مثل (أمراض الرئة المزمنة, أمراض القلب, مرضى السكر, مرضى السرطان ومن لديهم ضعف الجهاز المناعي) هم اكثر عرضة لظهور الاعراض الأكثر حدة.

كيف ينتشر فايروس كورونا؟

- ينتشر الفايروس بين الأشخاص ذو التماس القريب (على سبيل المثال 6 اقدام (1.8 متر)) من خلال انتشار الرذاذ الذي يخرج من فم المصاب اثناء قيامه بالسعال او العطاس.
- هنالك أيضا أدلة تشير ان المرض ينتقل عندما يتم لمس الاسطح الحاملة للمرض ومن ثم ملامسة العينين أو الانف أو الفم.
- هنالك أدلة تشير الى انه الأشخاص الذين لم تظهر عليهم الأعراض قد يكونو أيضا ناقلين للعدوى .

من هو الأكثر عرضة للأصابة بفيروس كورونا؟

الأشخاص الكبار في السن او الذين لديهم مشاكل صحية أخرى مثل (أمراض الرئة المزمنة, أمراض القلب, مرضى السكر, مرضى السرطان ومن لديهم ضعف الجهاز المناعي) هم اكثر عرضة لظهور الاعراض الأكثر حدة.

كيف يمكنك أن تحمي نفسك والآخرين من فايروس كورونا ؟

- تجنب الوقوف على مسافات قريبه هي الطريقة المثلى والفعالة لتقليل سرعة انتشار المرض. لمزيد من المعلومات حول المسافات الامنه يرجى [الضغط هنا](#) .
- غسل اليدين باستمرار بالماء الدافئ مع الصابون على الأقل لـ 20 ثانية. استخدام المعقمات الكحولية في حال عدم توفر الماء مع الصابون.
- تغطية الفم والانف بقناع الوجه الطبي (الكمامه) او قطعة من القماش أو الكلينكس في حال السعال او العطاس وعدم استخدام اليدين. لا تستخدم يديك مطلقاً لتغطية الفم أو الأنف.
- عدم لمس العينين , الأنف أو الفم باليدين قبل غسلها.
- عدم المصافحة باليدين. , استخدم التلويح او قم بالمصافحة باستخدام المرفق.
- راقب صحتك عن كثب أكثر من المعتاد لأعراض البرد أو الإنفلونزا (الحمى أو الزكام أو النشلة).
- يجب اخذ لقاح البرد (الحمى أو الزكام أو النشلة). على الرغم من أن لقاح الأنفلونزا لن يحميك من COVID-19 ، إلا أنه سيساعد على منع الإنفلونزا التي لها أعراض مشابهة لهذا الفيروس.

• ماذا أفعل إذا شعرت بالمرض؟

- البقاء في المنزل مع الأتصال بالدكتور المختص إذا كنت تعاني من أعراض البرد أو الأنفلونزا مثل السعال وضيق التنفس والحمى أو التهاب الحلق.
- إذا لم تشعر بتحسن خلال 24 إلى 48 ساعة، اتصل بالطبيب المختص. (مقدم الدعم الصحي).
- إذا لم يكن لديك طبيب مختص، يرجى الاتصال بقسم التمريض بالاتصال على الخط الساخن لمنطقة أوكلاند 1-800-848-5533+ أو من خلال البريد الإلكتروني noc@oakgov.com.
- تجنب الخروج إلى الأماكن العامة. لا تذهب إلى المدرسة أو العمل لحين الشفاء التام من أعراض الحمى والتي تذهب على الأقل بعد 72 ساعة وبدون استخدام الأدوية التي تساعد على تقليل الأعراض مثل (Tylenol أو Ibuprofen).
- موظفو المشفى لن يسألوا عن أوراق الإقامة. إن تلقي الرعاية الصحية ليس منفعة عامة يتم دفعها من قبل الرسوم العامة.

• أين يمكن أن احصل على معلومات أكثر؟

- إذا كنت ترغب بالمساعدة يرجى التسجيل على [الموقع التالي](#).
- إذا كنت تسكن في مقاطعة مشيغان ولديك الرغبة في العمل التطوعي لدى الحكومه , اتصل على 211.
- الخط الساخن لمقاطعة مشيغان الخاص بفيروس كورونا هو 1-888-535-6136+ وسيكون متوفر لسبعة أيام في الأسبوع ومن الثامنة صباحا لغاية الخامسة عصرا.
- تم إنشاء محطات فحص متنقلة في مستشفى Beaumont. يرجى عدم الذهاب إذا كنت تشعر بصحة جيدة. وذلك للسماح للأطباء بمعالجة أولئك الذين من المحتمل أن يكونوا مصابين..

<https://www.detroitnews.com/story/news/local/oakland-county/2020/03/14/beaumont-royal-oak-starts-curbside-testing-coronavirus/5051591002/>

- يرجى زيارة <https://www.michigan.gov/coronavirus/> لمزيد من المعلومات.