

كورونا فيروس SARS-CoV-2

اجراءات للمواطنين
الإجراءات التي يجب اتخاذها مع الأطفال في البيت

يستوصى ألا يذهبوا إلى:

- فضاءات الكرات
- السينما
- المطاعم
- فضاءات ترفيهية
- منتزهات وخاصة الأرجوجات والزلاقات لأنها تعتبر بؤر انتقال المرض.
- منازل الأصدقاء الآخرين.
- اجتناب ملامسة الأشخاص المصنفين كخطر.

- الذين تتجاوز اعمارهم 65 سنة
- أشخاص يعانون من امراض مزمنة او متعددي الامراض (ارتفاع ضغط الدم، السكري، قصور كلوي، امراض القلب، السرطان، ...)
- أشخاص يعانون من كبت المناعة الخلوية او المكتسبة (يضم ايضا سبب الدواء).

إن رغبوا في الخروج:

- يمكن ان يذهبوا إلى فضاءات مفتوحة.
- يجب ان يتجنبوا الاتصال بأشخاص آخرين
- يجب ان يحافظوا على مسافة لا تقل عن 1 متر بين الأشخاص.
- يجب ان ينظفوا ايديهم بطريقة صحيحة.

استعملوا الفطرة السليمة، إن أغلقت المدارس فلا يجب تنظيم لقاءات بديلة.
لننتبع الاجراءات بهدوء واحترام في سبيل الصالح العام.

إجراءات وقائية للحد من انتشار الكورونا فيروس SARS-CoV-2

إجراءات عامة للوقاية

- يجب تنظيف الأيدي باستمرار.
- يجب تغطية الفم والأنف بمنديل فردي الإستعمال أو إدخال الوجه تحت المرفق أثناء السعال أو العطس و غسل اليدين مباشرة
- يجب مراعاة مسافة تنبؤية بين الأشخاص (ما بين 1 متر و 2 متر).
- يجب اجتناب التلامس مع أشخاص تلدو عليهم علامات عدوى الجهاز التنفسي.
- يجب اجتناب مشاركة الأكل وادواته دون غسلها كما ينبغي.
- يجب، بعد استخدام الأشياء خاصة في الاماكن العامة الكف عن مس الفم والأنف و العيون قبل غسل اليدين
-
- يجب اجتناب التجمعات و الفضاءات المغلقة رفة عدد كبير من الأفراد.
- يجب حماية الأشخاص المسنون و المصابون بأمراض مزمنة واجتناب زيارة المراكز السكنية.
- ليس من الضروري إستعمال القناع في الفضاءات العامة ان لم يكن بتوجيه من طرف احترافي في ميدان الصحة.
- يجب تفادي السفر من غير ضرورة.
- ينصح لكل من احس بأعراض تنفسية أو حمى أن يظل في البيت ولا يذهب الى العمل ويحد من الاختلاط بالآخرين.
- يجب إستعمال النظام الصحي بمسؤولية و الذهاب إلى المراكز الصحية فقط عند الضرورة

إذا أحسست أنك مريض
اتصل ب 061 / مندوبية الصحة تجيب

للمزيد من المعلومات ادخل إلى الموقع: canalsalut.gencat.cat/coronavirus

أو اتصل ب 061 / مندوبية الصحة تجيب.

يمكن ان اكون مصابا بكورونا فيروس SARS-Cov-2؟

➤ ان سافرت مؤخرا الى منطقة متأثرة،

➤ تلامست مع شخص يشك او تأكد انه مصاب

➤ وزيادة على ذلك احسست بإحدى من هذه الاعراض التالية:

توثر عام

احساس بنقص في الهواء

سعال

حمى عليا

يجب ان تتصل بالرقم 061 مندوبية الصحة تجيب
حيث سيقومون بتقييم حالتك واخبارك بالإجراءات التي يجب ان تتبعها

مرض الكورونا فيروس SARS-CoV-2 يظهر على شكل اعراض صحية مشابهة لا اعراض الانفلونزا. 80% من الحالات خفيفة رغم انه لا يوجد حاليا علاج خاص به، لكن هناك علاجات لاحتواء اعراضه. ولهذا يمكن للرعاية الصحية ان تحسن التشخيص الطبي.

للمزيد من المعلومات ادخل إلى الموقع: canalsalut.gencat.cat/coronavirus أو اتصل ب
061/ مندوبية الصحة تجيب.

ماذا يعني العزل في المنزل؟

- العزل في المنزل يعني البقاء في بيتنا دون الخروج الى الفضاءات العامة.
- الهدف الاساسي من اجراء العزلة هو احتواء الفيروس معزولا وتجنب انتشاره.
- حرفيو الصحة هم الذين يقررون الشخص المرشح للعزل في المنزل وتقييم المعايير المخبرية وظروف الوسط الصحي والاجتماعي.
- يكون حرفيو الصحة على اتصال مع الشخص المعزول ويقومون بتتبع حالته.
- الشخص الموجود في حالة العزل في البيت سيعاشر باقي الافراد في بيته وكلهم سيتتبعون الخطوات التي يخططها لهم حرفيو الصحة.