

(تعليم)

فيروس كورونا المستجد 2019 م
الاسم الجديد للفيروس كورونا (Covid - 19)

إن أول لقاح ضد فيروس كورونا المستجد لن يكون متاحاً إلا بعد 18 شهراً. طلبت منظمة الصحة العالمية من الدول أن تعتبر فيروس كورونا " العدو رقم واحد للبشرية" ، وأن تبذل كل ما في وسعها لمكافحة انتشار الفيروس. على الرغم من ارتفاع عدد الوفيات بالفيروس ، إلا أن نسبة الوفيات إلى المصابين بالفيروس لا تزيد على 3%، وبالتالي فإنه يظل دون مستوى الوباء، وبالمقارنة فإن نسبة الوفيات بفيروس سارس وصلت إلى 10% وبفيروس (ميرس) إلى 34.4% ولكنها أسرع انتشاراً .

فيما يلي التوصيات الصادرة عن منظمة الصحة العالمية من أجل الحد من الإصابة بالمرض:

- تنظيف اليدين باستمرار بفركهـما بمطهر كحولي، أو غسلهما جيداً بالماء والصابون .
- عند السعال والعطس احرص على تغطية الفم والأنف بمرفقك المثني، أو بمنديل ورقي، وتخلص من المنديل بعد ذلك فوراً، وأغسل يديك.
- تجنب الاقتراب من الأشخاص المصابين بارتفاع درجة الحرارة والسعال .
- إذا كنت مصاباً بارتفاع درجة الحرارة والسعال وصعوبة التنفس، التمس العناية الطبية مبكراً، وأبلغ مقدم الرعاية على تنقلاتك السابقة



- عند زيارة أسواق المنتجات الحيوانية تجنب اللمس المباشر للحيوانات
- الحيث والأسطح التي تلامس تلك الحيوانات.
- تجنب تناول المنتجات الحيوانية النيئة أو غير المطهوة جيداً، وينبغي التعامل مع اللحوم النيئة أو الحليب الخام أو أعضاء الحيوانات بعناية تامة لتفادي انتقال الملوثات من الأطعمة غير المطهوة وفقاً لاحتياطات السلامة الغذائية الجيدة.

معلومات صدرت عن خبراء صحة صينيين في مدينة (وهان) عن فيروس كورونا :

- يعد قطر فيروس كورونا كبيراً، لهذا يسقط على الأرض ولا يستقر عادة في الهواء، ويمكن أن يمنع دخوله أي نوع من الأقنعة.
- عند سقوط الفيروس على سطح صلب، أو معدني فإنه يعيش 12 ساعة، ويبقى الفيروس حياً عند سقوطه على الأقمشة والأوراق النقدية من 6 إلى 12 ساعة ، فيما يخص الملابس يمكن القضاء عليه بفسلها، أو تعريضها لأشعة الشمس، أما فيما يخص النقود سواء كانت ورقية أو معدنية لابد من غسل اليدين بشكل صحيح خاصة أن الفيروس يمكن أن يعيش في يديك لمدة 5 الى 10 دقائق وهي فترة كافية يمكن أن تلمس فيه وجهك دون أن تتنبه .
- الفيروس يموت في درجة حرارة 26 إلى 27 مئوية، لذا ينصح بالتعرف للشمس، وشرب الماء دافئاً، والابتعاد عن المشروبات المثلجة.
- الاستقرار النفسي والفيتامينات والمعادن الضرورية للجسم تدعم بصفة عامة الجهاز المناعي للإنسان مما يعدل بالتعافي من المرض.

حفظ الله الجميع ..

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

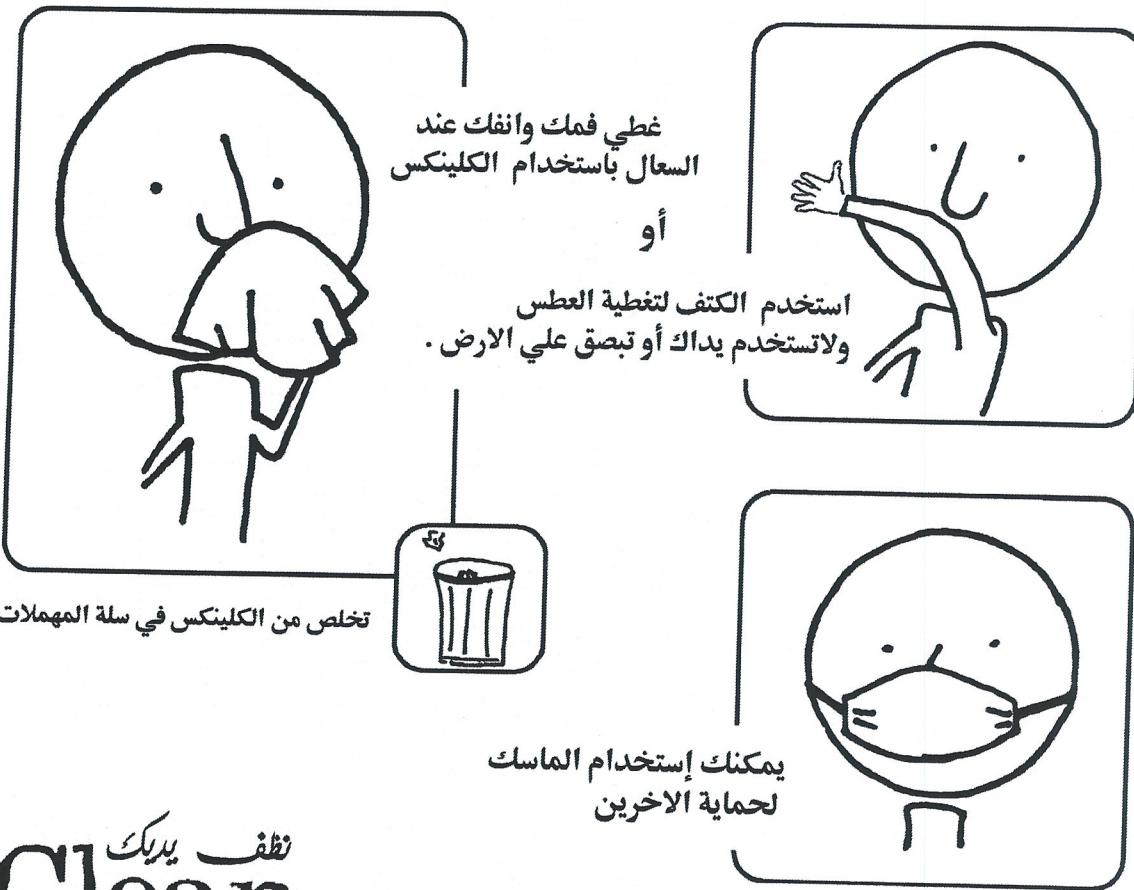




فريق معالجة أزمة الطحة طرابلس

امنح انتشار كورونا فايروس

Cover Your Cough



Clean your Hands

بعد العطس أو السعال

after coughing or sneezing.



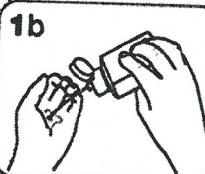
Minnesota Department of Health
717 SE Delaware Street
Minneapolis, MN 55414
612-676-5414 or 1-877-676-5414



Minnesota
Antibiotic
Resistance
Collaborative

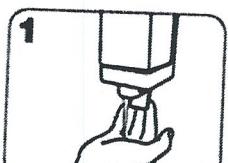


كيف تغسل يديك بوساطة الماء !!



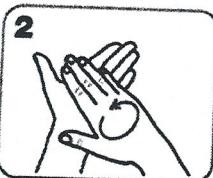
املاً قبضة يدك من المطهر مغطياً كافة السطح

كيف تغسل يديك بالصابون والماء !!

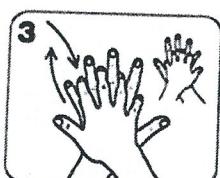


بلل يدك بالماء

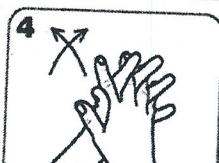
ضع كمية من الصابون
بحيث تغطي سطح اليد



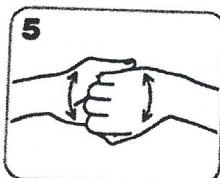
باطن اليد بباطن اليد الأخرى



باطن اليد اليمنى على ظهر
اليد اليسرى مع تداخل الأصابع



باطن اليد بباطن اليد
الأخرى مع تداخل الأصابع



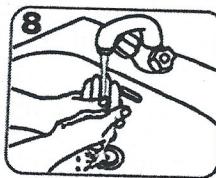
ظهر الصابع بباطن اليد الأخرى
والأصابع مضمومة



الدلك الداخلي للأبهام اليسير
ثم اليمين



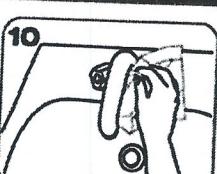
الدلك الداخلي للألام والخلف بأصابع
اليد اليمنى لباطن اليد اليسرى والعكس



شفط اليدن بعاء جاري



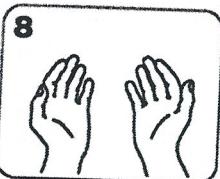
تجفف اليد بواسطة فوطة
نظيفة اجادة الاستخدام



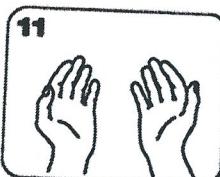
إنقل الياء بواسطة
فوطة نظيفة

20-30 sec

40-60 sec



يدك أمنة عند جفافها



يدك أمنة الان