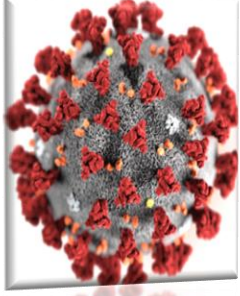


فيروس كورونا المُستجد أعراضه وطرق الوقاية منه



فيروس كورونا المُستجد:

مجموعة فيروسات تصيب الإنسان والحيوان وتصيب الإنسان بأعراض تنفسية تشبه نزلات البرد وقد تكون الأعراض خفيفة أو شديدة وحادة.

أعراض الإصابة :

- ارتفاع درجة الحرارة
- السعال / التهاب الحلق
- ضيق النفس والإجهاد العام
- احتقان / سيلان الأنف
- القيء والإسهال (في بعض الحالات)



طرق الوقاية من الإصابة بالعدوى



تجنب مخالطة الآخرين
عند الإصابة بنزلات البرد



تجنب المصافحة
والتقبيل



تجنب لمس العينين
والأنف بيد ملوثة



اغسل يديك بالماء والصابون
لمدة 40 - 60 ثانية



احرص على تنظيف
الأسطح في المنزل
والمكتب بشكل مستمر



تخلص من المناديل
مباشرة بعد استخدامها
واغسل يديك جيدا



قم بتغطية الأنف
والفم بمنديل عند
العطس أو السعال



اشرب الماء
باستمرار للمحافظة
على الحلق رطباً



توجه للطبيب فور
إصابتك بحمى أو سعال



عدم تناول الطعام باليد
أو من طبق جماعي واحد



تجنب ملامسة
الحيوانات



اغسل الفواكه
والخضروات جيدا