



جمهورية العراق
وزارة الصحة والبيئة
قسم الاعلام والتوعية الصحية

دليل

التوعية والوقاية من فايروس

كورونا

المستجد

COVID_19

كورونا

اغسل يديك بالماء والصابون أو الجل الكحولي المخصص لغسل اليدين



بعد استعمال
المرافق الصحية



عند أعداد الطعام
وقبل وبعد الاكل



بعد تغيير
حفاط الطفل



عندما تبدو
يديك غير نظيفة
وعند ملامسة الفضلات



قبل وبعد
ملامسة أو العناية
بمريض



بعد العطاس
أو السعال

طرق انتقال عدوى كورونا

١- الانتقال المباشر من خلال الرذاذ المتطاير من المريض اثناء الكحة أو العطس .

٢- الانتقال غير المباشر (لمس الأسطح والأدوات الملوثة ، ومن ثم لمس الفم أو الأنف أو العين) .

أعراض الإصابة بفيروس كورونا المستجد



ارتفاع درجة الحرارة

01

02

ألم في الحلق



ضيق في التنفس

03

04

سعال





كيفية الوقاية من عدوى كورونا المستجد

غسل اليدين بالماء والصابون بانتظام

01

02

تغطية الفم والأنف عند السعال
والعطاس

طهي اللحوم والبيض جيدا»

03

04

تجنب الاتصال المباشر مع أي شخص تظهر
عليه اعراض مرض تنفسي
(سعال والعطاس)

للمسافرين

عدم السفر الى المناطق التي ظهر فيها
فايروس كورونا المستجد
(COVID -19)

المسافرين الوافدين من دول ظهر فيها المرض

اذا ظهرت أعراض الإصابة بعدوى تنفسية عليك:

- * مراجعة اقرب مؤسسة صحية
- * المحافظة على نظافة اليدين عبر غسلهما لمدة ٢٠ ثانية
- * على الأقل بالماء والصابون أو المطهرات
- * تغطية الفم والأنف بالمناديل عند الكحة أو العطاس
- * عدم السفر أثناء وجود أعراض مرضية
- * طلب الرعاية الصحية فوراً»

للمسافرين الوافدين واذا لم تظهر اعراض

عدوى تنفسية عليك :

- * حجز نفسك في البيت لمدة ١٤ يوم عن عائلتك والآخرين .
- * عزل ادواتك الشخصية عن الآخرين.
- * لبس الكمامة .
- * عدم الخروج في التجمعات .
- * اتباع اداب العطاس .
- * غسل يديك بانتظام بجل كحولي او ماء وصابون .
- * واذا ظهر عليك اعراض تنفسية مراجعة اقرب مؤسسة صحية .

الطريقة الصحيحة لغسل اليدين

● وزع الصابون على يديك

● ادلك الراحتين

● افرك راحة اليدين مع تشبيك
الاصابع

● ضع أصابع اليد اليمنى
مع راحة اليد اليسرى
وأفرك ظهر الأصابع

● افرك الأبهام براحة اليد

● افرك اليد اليمنى بحركة
دائرية بحيث تشبك
أصابعها براحة اليد اليسرى

● جفف اليدين



متى يجب عليك غسل اليدين

◀ قبل وأثناء وبعد إعداد الطعام

◀ قبل تناول الطعام

◀ بعد السعال أو العطاس

◀ قبل وبعد رعاية شخص مريض

◀ بعد استخدام دورة المياه

◀ بعد تغيير حفاضات الطفل

◀ بعد لمس الحيوانات

◀ بعد لمس القمامة

نصائح ضرورية عند ظهور أعراض كورونا التنفسية

ارتداء كمادات واقية
توجه الى أقرب مؤسسة صحية
(مستشفى أو مركز صحي)

لا يجب لبس الكمامات إلا إذا كنت :
١- تشكو من امراض تنفسية (مثل العطاس والسعال)
٢- تعتني بشخص لديه اعراض تنفسية

آداب العطاس لتقليل العدوى

- ١- استخدم المناديل الورقية
للعطاس أو الكحة
- ٢- أستخدم المرفق عن طريق ثني
الذراع
- ٣- تخلص من المناديل الورقية
المستخدمة بأسرع وقت
- ٤- اغسل يديك بالماء الدافئ
والصابون

أنا قادم من إحدى الدول التي سجلت فيها حالات كورونا وأنتنكي من ارتفاع في الحرارة وضيق في التنفس ماذا أفعل ؟

يمكنك التوجه الى أقرب مستشفى ولمزيد من الاستفسارات اتصل على

(١٢٣)

هل ينتقل الفيروس بين البستر ؟

نعم ينتقل الفيروس بين البستر من الشخص المصاب بالعدوى الى شخص آخر عن طريق المخالطة القريبة دون حماية

هل يمكن الشفاء من فايروس كورونا المستجد ؟

نعم وعدد الحالات التي تتفيت بعد الاصابة بلغت نسبتها أكثر من ٩٠% من مجموع الحالات المسجلة

ماهي أعراض الإصابة بفيروس كورونا المستجد؟

تتضمن الأعراض النمطية لحالة فيروس كورونا المستجد الحمى والسعال وضيق التنفس وأحياناً تتطور الإصابة إلى التهاب رئوي وقد يتسبب في مضاعفات حادة لدى الأشخاص ذوي الجهاز المناعي الضعيف والمسنين والأشخاص المصابين بأمراض مزمنة مثل السرطان ، وداى السكري وأمراض الرئة المزمنة .

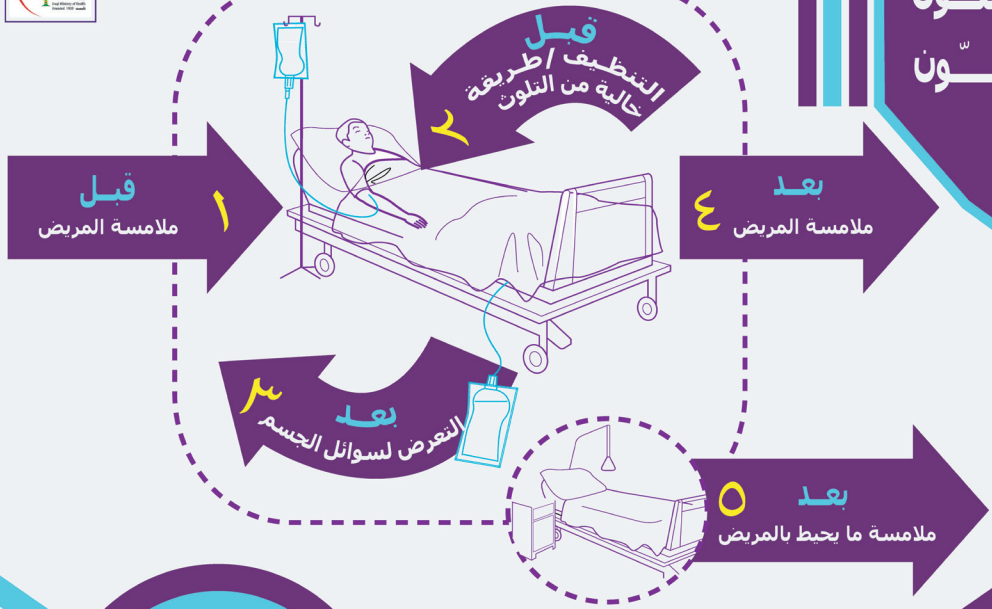
هل ينتقل فيروس كورونا عبر التلحقات القادمة من الصين ؟

بناء على المعلومات المتوفرة حالياً لا يوجد خطر في البضائع المستوردة من الصين

إخراج الفني

جعفر احمد نصيف
وسن مرقس

وزارة الصحة والبيئة
قسم الاعلام والتوعية الصحية



التزموا بالأوقات الخمس لتنظيف أيديكم للوفاية من إنتقال العدوى (الأتقان) في المؤسسات الصحية



١- قبل ملامسة المريض

متى ؟ نظف يديك قبل ملامسة المريض .
لماذا ؟ لحماية المريض من إنتقال عدوى
الجراثيم التي تحملها يداك .

٢- قبل التنظيف / طريقة خالية من التلوث

متى ؟ نظف يديك مباشرة قبل إجراء أي تداخل للمريض .
لماذا ؟ لوقاية المريض من إنتقال الجراثيم الصارة الى داخل جسده .

٣- بعد التعرض لسوائل الجسم

متى ؟ نظف يديك مباشرة بعد التعرض لأية سوائل من جسم المريض .
لماذا ؟ لوقاية نفسك والعاملين والمحيطين بك من إنتقال الجراثيم الصارة .

Lorem ipsum

٤- بعد ملامسة المريض

متى ؟ نظف يديك حال ملامستك المريض أو ما يحيط به .
لماذا ؟ لوقاية نفسك والعاملين معك من التلوث بالجراثيم الصارة .

٥- بعد ملامسة ما يحيط بالمريض

متى ؟ نظف يديك حال ملامستك كل ما يحيط بالمريض وبعد مغادرتك حتى وأن لم تلامس المريض .
لماذا ؟ لوقاية نفسك والعاملين معك والمحيط من الجراثيم الصارة .



عند الأستفسار عن فيروس كورونا المستجد

اتصل على



123



والأستجابة متوفرة على مدار الساعة