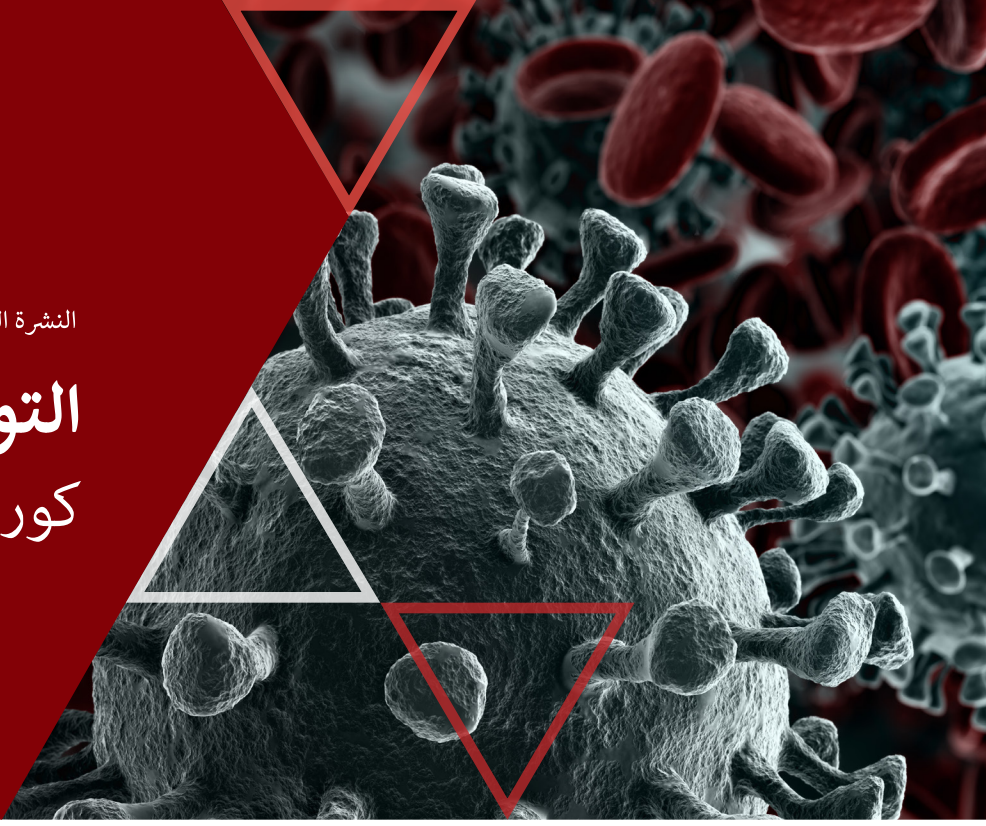


النشرة الصحية - المجلد 9

التوعية الصحية كورونا فيروس



ما هو فيروس كورونا؟

فيروسات كورونا هي مجموعة كبيرة من الفيروسات التي تسبب أمراضًا عدة بدءًا من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الشديدة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة. أما فيروس كورونا المستجد الفيروسات لم تصب البشر من قبل.¹

كيف تنتقل أنواع معينة من فيروس كورونا؟

ينتقل الفيروس من الحيوان إلى الإنسان ومن شخص إلى شخص بذررات الهواء الحاملة للعدوى.²

ما وجه الاختلاف بين فيروس كورونا والإنفلونزا؟

المعرفة بالمرض

لقد أجريت دراسات كثيرة عن فيروس الإنفلونزا لدراسة نوعه وطرق انتقاله ومدى شدته لكن ظهور فيروس كورونا المستجد في 2019 يتطلب المزيد من البحوث والدراسات السريرية

التطعيمات

تتوفر التطعيمات لعلاج لانفلونزا أما فيروس كورونا 2019 فما من تطعيم متوفر لعلاج

علامات المرض وأعراضه

السعال



الحمى

ضيق التنفس
(وهو أشد في
فيروس كورونا
منه في الإنفلونزا)

هل كنت تعلم؟

في الحالات الشديدة ، يمكن أن تسبب العدوى الالتهاب الرئوي والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة والفشل الكلوي وحتى الموت. قد تظهر الأعراض في أقل من يومين أو فترة تصل إلى 14 يومًا بعد التعرض



- تنظيف الأشياء والأسطح التي تلمسها كثيرًا وتطهيرها
- تجنب اللمس المباشر للحيوانات البرية واللحوم النيئة
- وتجنب الاقتراب من المزارع
- عدم تناول البيض واللبن واللحوم غير المطهوه جيدًا

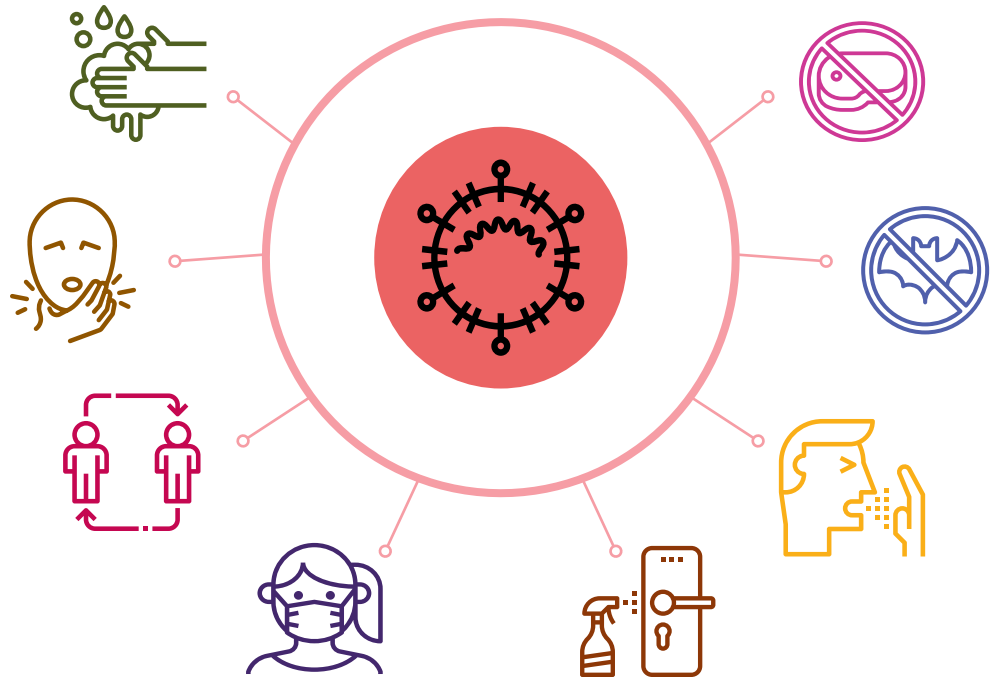
ماذا تفعل إن ظننت أنك مصاب بفيروس كورونا؟

إن ظهرت عليك أي أعراض خاصة بعد السفر إلى المنطقة المصابة، أو إن لامست أي شخص سافر إلى المنطقة المصابة فيرجى التماس العناية الطبية على الفور وذكر سفرياتك الأخيرة لطبيبك. تجنب الأماكن العامة أو المزدحمة قدر الإمكان أو الزم بيتك.⁴

ما الذي يمكنني عمله من أجل حماية نفسي؟

خير وسيلة للوقاية من العدوى هي تجنب التعرض لهذا الفيروس المستجد وفيروس الانفلوانزا وذلك بالآتي³

- غسل اليدين كثيرًا بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل
- عدم لمس العينين والأنف والشم باليدين وهما غير مغسولتين
- عدم الاقتراب من الأشخاص المصابين بالفيروس أو من ظهرت عليهم أعراضه
- ارتداء الكمامة دائمًا في المناطق العامة إذا ظهرت عليك الأعراض
- ملازمة المنزل في حالة إصابتك بالمرض أو ظهور أعراضه
- تغطية الفم والأنف بمنديل ورقي عند السعال أو العطس ثم التخلص منه بإلقائه في سلة المهملات



¹ <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

² <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/transmission.html>

³ https://edition.cnn.com/asia/live-news/coronavirus-outbreak-01-28-20-intl-hnk/h_a91edea4402740f5b099514dee990f60

⁴ <https://www.marsh.com/om/en/insights/risk-in-context/coronavirus-outbreak-what-you-need-to-know.html>

IMPORTANT NOTICE: This document does not constitute or form part of any offer or solicitation or invitation to sell by either Marsh to provide any regulated services or products in any country in which either Marsh has not been authorized or licensed to provide such regulated services or products. You accept this document on the understanding that it does not form the basis of any contract. The availability, nature and provider of any services or products, as described herein, and applicable terms and conditions may therefore vary in certain countries as a result of applicable legal and regulatory restrictions and requirements. Please consult your Marsh consultants regarding any restrictions that may be applicable to the ability of Marsh to provide regulated services or products to you in your country.