

## اعراض فيروس كورونا :

- فقدان الذوق والشم
- احتقان الأنف
- التهاب الملتحمة (المعروف أيضاً بمسمى احمرار العينين)
- ألم الحلق
- الصداع
- آلام العضلات أو المفاصل
- مختلف أنماط الطفح الجلدي
- الغثيان أو القيئ
- الإسهال
- الرعشة أو الدوخة
- ضيق النفس
- انعدام الشهية
- التخليط أو التشوش
- الألم المستمر أو الشعور بالضغط على الصدر ارتفاع درجة الحرارة (أكثر من 38 درجة مئوية).



## المقدمة :

فيروسات كورونا هي عائلة كبيرة من فيروسات الجهاز التنفسي، ويسبب بعضها أمراضاً أقل من غيرها، مثل نزلات البرد، ، وتنتقل بعض هذه الفيروسات بسهولة من شخص لآخر، عكس فيروسات أخرى



## توعية العاملين بالقطاع الصحي عن طرق الوقاية من فيروس كورونا



## تحت اشراف :

- د | نجوى ابراهيم
- د | نعمه عزت
- د | ايناس صبري

## اعداد :

جروب 3 ( تثقيف صحي و مشورة )

## تعريف فيروس كورونا

فيروس كورونا المستجد هو فيروس جديد ضمن فصيلة كبيرة تسمى الفيروسات التاجية "كورونا" والتي تصيب الجهاز التنفسي وتتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد خطورة مثل "سارس" و"ميرس"، ولم يتم اكتشاف علاج لـ"كوفيد-19"

## الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بالفيروس

- كبار السن
- مرضى السمنة
- مرضى السكري
- المرضى المصابين بالمشاكل الرئوية مثل الربو
- مرضى القلب

## طرق انتشار فيروس كورونا

- على الرغم من عدم وجود أبحاث كثيرة خاصّة بطريقة انتقال الفيروس من شخص إلى آخر، إلا أنه يُعتقد بأنه ينتقل عن طريق استخدام السائل المُفرز من قِبَل الجهاز التنفسي، وفيما يأتي طرق الانتقال:
- 1- لمس أو مُصافحة أيدي الشخص المُصاب بالفيروس، فقد يُؤدّي إلى نقل العدوى للشخص الآخر السليم
  - 2- الاتصال بسطح أو شيء ما يحتوي على الفيروس، ثمّ لمس الفم، أو العين، أو الأنف
  - 3- الانتقال عبر لمس البراز، وتُعتبر هذه الطريقة من الحالات النادرة
  - 4- انتشار الفيروس من الشخص المُصاب إلى الشخص السليم عبر القطرات المُنتقلة إلى الهواء عبر العُطاس، أو السُّعال دون تغطية الفم



## طرق الوقاية من الإصابة بفيروس كورونا بين العاملين في القطاع الصحي :

- 1- توفير المعلومات و التدريب على السلامة و الصحة المهنية لجميع العاملين بالقطاع الصحي
- 2- توفير تدريب لتجديد المعلومات حول الوقاية من العدوى
- 3- التدريب على استخدام معدات الحماية الشخصية و كيفية ارتدائها و خلعها و التخلص منها
- 4- توفير ما يكفي من امدادات معدات الوقاية الشخصية بكميات كافية للعاملين في القطاع الصحي
- 5- تعريف المواطنين بالتحديثات التقنية عن كوفيد- 19
- 6- توفير التدابير الامنية المناسبة حسب الحاجة للسلامة الشخصية

## 7- اتباع ارشادات الوقاية و هي :

- اغسل يديك باستمرار , و استخدم الماء و الصابون أو محلولاً كحولياً لتعقيم اليدين
- ابتعد مسافة أمنة عن اي شخص يعطس او يسعل
- ضع كمامة عندما لا يكون التباعد الجسدي ممكنا
- لا تلمس عينيك او انفك او فمك الا بعد غسلها
- احرص على تغطية انفك و فمك بمنديل ورقي عند السعال او العطس
- ابقى في المنزل اذا شعرت بالمرض
- اطلب الرعاية الطبية اذا كنت مصابا بالحمى او السعال او صعوبة التنفس

