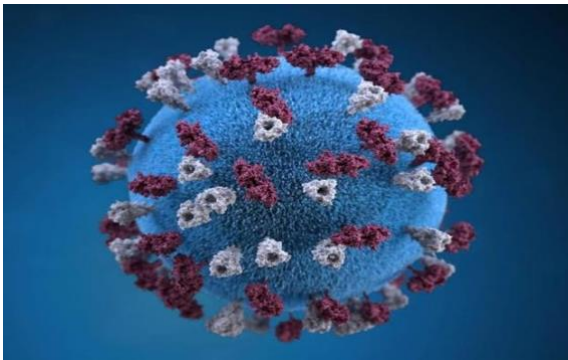


# ما هو فيروس كورونا المستجد ( COVID- 19 )

== فيروس كورونا المستجد (COVID-19)  
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" حتى الآن.



## فترة حضانة المرض :

== قد تظهر الأعراض بعد مدة تتراوح بين  
يومين إلى 14 يوماً من التعرض للعدوي.

## طرق الوقايه من الاصابه بفيروس كورونا

ابق على بعد 6 أقدام (2 متر) على الأقل عن أي  
شخص خارج نطاق المقيمين في منزلك.

== تجنب الازدحامات والأماكن المغلقة.

== يجب غسل اليدين كثيرًا بالماء والصابون  
لمدة 20 ثانية على الأقل، أو استخدام مطهر  
يدوي يحتوي على الكحول بنسبة 60% على  
الأقل.

== ضع كمامة في الأماكن العامة، خاصة عند  
وجود صعوبة في التباعد الاجتماعي.

== غطِّ فمك وأنفك بمرفقك أو بمنديل عند السعال  
أو العطس. تخلص من المنديل بعد استخدامه.  
واغسل يديك فورًا.

== تجنّب لمس العينين والأنف والفم.

== طهر يوميًا الأسطح التي تلمسها بشكل  
متكرر.



## طرق انتقال فيروس كورونا المستجد

== الانتقال المباشر من خلال الرذاذ المتطاير من  
المريض أثناء السعال أو العطس

== الانتقال غير المباشر عبر لمس الأسطح  
والأدوات الملوثة، ومن ثم لمس الفم أو الأنف أو  
العين

== الاتصال المباشر مع المصابين

== تناول الأطعمة دون طهي خاصة اللحوم  
والبيض

== مشاركة أدوات الطعام والشراب

== الاتصال غير المحمي مع الحيوانات البرية



## ارشادات العزل المنزلي

اعزل نفسك عن الآخرين بالمنزل

حافظ علي تهويه المكان

راقب الاعراض باستمرار

استخدام دوره مياه منفصله

غسل الايدي باستمرار

تجنب مشاركة الادوات المنزليه الشخصيه

تطهير جميع الاسطح متكرره اللمس

ارتداء الكمامه عند التعامل مع احد افراد الاسره

البقاء في المنزل باستثناء الخروج لتلقي الرعاية الصحيه

## كيفيه التغلب علي الضغط النفسي اثناء فتره العزل المنزلي

اتبع روتينًا يوميًا يتضمن الاستحمام وارتداء ملابس مناسبة.

انقطع لفترة عن أخبار فيروس كوفيد-19، بما في ذلك متابعة وسائل التواصل الاجتماعي.

## شروط العزل المنزلي

تأكد الطبيب من ثبوت ايجابيه الفحص (pcr) مع عدم وجود اي اعراض خطوره

ان لا يزيد عمر المريض عن ٦٥ عاما

ضمان توفير ادوات الحمايةه الشخصيه المناسبه

ان تكون درجه حراره الشخص ٣٧.٥ او اقل

ان يكون مكان اقامته مناسب للعزل المنزلي تتوافر به التهويه الجيده

ان يكون جميع افراد الاسره لديهم قدر كافي من المعلومات تجاه الوقايه من فيروس كورونا

ان لا يكون المصاب يعاني من امراض نقص المناعه ( الايدز / السرطانات / يتعاطي ادويه مثبطه للمناعه)

شروط العزل المنزلي



لمصابي كورونا

 <p>علي المريض ارتداء كمامة عند الخروج من الفرقة</p>	 <p>توافر حمام خاص وإن كان مشتركاً يجب أن تكون غرفة المريض الأقرب له وتطهر في كل مرة</p>	 <p>وجود غرفة مستقلة ذات تهوية جيدة</p>
 <p>في حالة استمرار الحمى لأكثر من 3 أيام يتم الاتصال بالخط الساخن</p>	 <p>تواجد شخص واحد غير مسن لرعاية المريض</p>	



## الرعاية المنزلية لمرضي فيروس كورونا



**GROUP 8**

تحت اشراف

د : أماني سامي