

معلومات حول فيروس كورونا

فيروس كورونا يسبب مرضاً جديداً.
ينتشر المرض بسرعة.
المرضى يمكن أن يصابوا الآخرين بالفيروس.

ستجد هنا معلومات حول فيروس كورونا.
وما يمكنك القيام به لحمايتك.

ما هو مرض فيروس كورونا؟

المرض سيء للرتتين.
أصيب شخص واحد بفيروس كورونا.
ثم قد يعاني هذا الشخص من السعال وسيلان الأنف.
أو الحمى والتهاب الحلق.
قد يعاني بعض المرضى من الإسهال أيضاً.



شخص أصيب بفيروس كورونا؟
ثم يمكن أن يستغرق الأمر ما يصل إلى 14 يوماً قبل أن تلاحظ العلامات الأولى لذلك.

كيف يمكنك حماية نفسك من الإصابة بفيروس كورونا؟

النظافة الجيدة مهمة جداً.
يمكنك حماية نفسك من العدوى بالنظافة الجيدة.

هذه هي أهم قواعد النظافة.

لا تسعل في اتجاه الآخرين!

لا تعطس في اتجاه الآخرين!

استدر أثناء السعال والعطس

بعيدا عن الآخرين.

حافظ على مسافة متر واحد على الأقل

من الآخرين.

المتر أطول قليلاً من الذراع.

مسافة 2 متر أفضل.



هل يجب عليك السعال أو العطس؟

من الأفضل استخدام منديل.

استخدم المنديل مرة واحدة فقط.

ثم رمي المنديل.

هل يجب عليك السعال أو العطس؟

وليس لديك منديل؟

ثم أمسك ملتوي ذراعك أمام فمك وأنفك.

مهم جداً : غسل اليدين!

اغسل يديك جيداً دائماً.

خاصة بعد السعال أو العطس.

وبعد تنظيف أنفك.

استخدم الماء والصابون!

اغسل يديك دائماً لمدة 20 ثانية على الأقل.

ليس فقط قواعد النظافة مهمة لحمايتك



من الإصابة.

انتبه لهذه القواعد أيضاً:



تجنب مصافحة الآخرين.

لا تعانق الآخرين.

ابتعد مسافة متر واحد على الأقل عن الأشخاص الذين يسعلون أو يعطسون.

المتر أطول قليلاً من الذراع.

مسافة 2 متر أفضل.

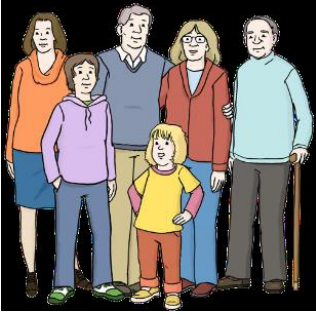
افتح النافذة بانتظام.

بهذه الطريقة يدخل الهواء النقي إلى الغرفة.

يمكن أن يصاب بعض الأشخاص بشكل أسرع.

على سبيل المثال ، كبار السن.

تجنب الأماكن التي يوجد بها الكثير من الناس.



أعتقد أن لدي فيروس كورونا.

ماذا علي أن أفعل الآن؟

تعتقد:

اصبت بفيروس كورونا

ثم يجب عليك اتباع قواعد النظافة!

وعليك إخبار الطبيب.

على سبيل المثال ، طبيب الأسرة الخاص بك.

هام!



اتصل بطبيبك أولاً!

لا تذهب مباشرة إلى عيادة الطبيب!
سيخبرك طاقم مكتب الطبيب بعد ذلك بما يلي:
عليك أن تفعل ذلك الآن.

مزيد من المعلومات

هل تريد المزيد من المعلومات حول فيروس كورونا؟
أو هل لديك أي أسئلة؟
ستجد هنا مواقع وأرقام هواتف.
يمكنك الحصول على مزيد من المعلومات هناك.

أرقام الهاتف

إذا لم يكن طبيبك موجودًا ، اتصل بخدمة الطوارئ
هاتف:

116 117

تلفن لوزارة الصحة الاتحادية

هاتف:

0800 0117722

تلفن للمعلومات التابع لمكتب الصحة بولاية ساكسونيا السفلى

هاتف:

0511 4505555

مواقع الإنترنت

Robert-Koch-Institut (ww.rki.de)

معهد روبرت كوخ هو جزء من وزارة الصحة الاتحادية.
كما يعمل خبراء الأمراض المعدية في معهد روبرت كوخ.

Bundes-Zentrale für gesundheitliche Aufklärung (www.bzga.de)

كما جمع المركز الاتحادي للتربية الصحية أسئلة وأجوبة حول فيروس كورونا.