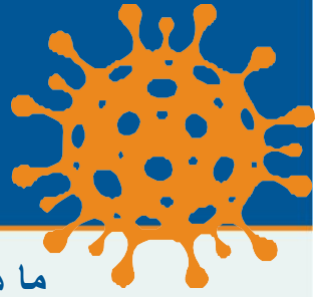


تعرف على حقائق فيروس كوفيد-19



الأعراض



الحمى



القشعريرة



السعال



فقدان حاسة الذوق أو
الشم مؤخرًا



آلام في العضلات أو
الجسم



التهاب بالحلق



ضيق التنفس أو
صعوبة في التنفس

من أعراض كوفيد-19 الأخرى:

- احتقان الأنف أو سيلان الأنف
- الغثيان أو القيء
- الإسهال
- الإرهاق
- الصداع

ما هو مرض كوفيد-19؟

إن كوفيد-19 هو مرض يشبه الإنفلونزا والبرد يسببه فيروس كورونا المستجد. بينما لا يعاني معظم الأشخاص إلا من أعراض خفيفة، يُصاب البعض بمرض شديد ويموت من العدوى. فيروس كورونا COVID-19 مُعدٍ للغاية. تلقي اللقاح هو أفضل وسيلة لمنع دخول المستشفى والوفاة بسبب كوفيد-19. سبل العلاج الفعالة متاحة بوصفة طبية للأشخاص المعرضين لخطر أكبر للإصابة بالمرض الشديد والذين أصيبوا بالفيروس.



كيف ينتشر فيروس كورونا؟

يمكن أن تنتقل عدوى كوفيد-19 من شخص مصاب إذا كان يعاني من أعراض المرض أو لا يعاني منها. ينتشر كوفيد-19 في المقام الأول من خلال الرذاذ المتطاير من الجهاز التنفسي والذي ينتج عندما يسعل الشخص المصاب أو يعطس أو يتحدث. يصيب هذا الرذاذ الآخرين من خلال ملامستهم للأسطح الرطبة بواسطة الأنف أو الفم أو الحلق أو العينين أو الرئتين. يُعتقد أن هذا يحدث بشكل شائع عندما يكون الأشخاص بالقرب من بعضهم البعض - ضمن مسافة ستة أقدام. يمكن أيضًا أن ينتقل كوفيد-19 عندما يلمس المرء شيئًا ملوثًا بالفيروس ثم يلمس عينيه أو أنفه أو فمه.

ما هي أعراض كوفيد-19 وما مدى خطورته؟

عند الإصابة بكوفيد-19، يمكن أن يعاني المرضى من مجموعة كبيرة من الأعراض. غالبًا لا يعاني الأشخاص المصابون من أعراض على الإطلاق أو قد يعانون من أعراض خفيفة جدًا تشبه البرد أو الإنفلونزا. بينما يعاني البعض الآخر من أعراض شديدة تتطلب دخول المستشفى وتناول الأدوية وأحيانًا وضعهم على جهاز تنفس صناعي. إن معظم الذين تظهر عليهم أعراض شديدة ومهددة للحياة هم من كبار السن وممن يعانون من حالات صحية كامنة.

الأطفال أقل عرضة للإصابة بكوفيد-19 مقارنة بالفئات الأكبر سنًا، لكن تم الإبلاغ عن حالات دخول مستشفى ووفيات بسبب كوفيد-19 بين الأطفال دون سن 18 عامًا في أوريغون.

من هم المعرضون لخطر



الإصابة بالعدوى؟

نحن جميعًا عرضة لخطر الإصابة بالعدوى - ينتقل هذا الفيروس بسهولة من شخص لآخر. يُعتقد أن أكثر من نصف حالات الإصابة بكوفيد-19 تحدث من أفراد يعانون من أعراض خفيفة أو لا يعانون من أي أعراض. نحن ندرك الآن أن كبار السن وذوي الحالات الصحية المزمنة وأولئك الذين يعيشون في أماكن رعاية جماعية والعاملين في مجال الرعاية الصحية معرضون بشكل خاص لخطر الإصابة بأمراض تهدد الحياة.



كيف يمكنني حماية نفسي والآخرين؟

الخطوات التي يمكنك اتخاذها تتضمن:

- احرص على تلقي اللقاح مع أحدث الجرعات المعززة عندما تكون مؤهلاً لها.
- عندما تكون في مكان عام مغلق أو مزدحم، احرص على ارتداء كمامة جيدة التثبيت حول فمك وأنفك.
- اغسل يديك بشكل متكرر.
- إذا كنت معرضاً لخطر كبير للإصابة بالعدوى، فابق على بُعد ستة أقدام (خطوتين كبيرتين) من الأشخاص خارج منزلك (التباعد الجسدي).
- إذا ظهرت عليك أعراض، الزم بيتك بعيداً عن الآخرين واخضع لاختبار كوفيد-19.
- إذا كنت على وشك العطس – فابتعد عن الآخرين وقم بتغطية فمك وأنفك (بمنديل ورقي أو مرفقك حتى إذا كنت مرتدياً كمامة).
- إذا كنت مسناً أو معرضاً لخطر كبير للإصابة بمرض كوفيد-19 الشديد، فضع خطة بالتعاون مع مقدم الرعاية الصحية المتابع لك الآن حول طريقة حصولك على العلاج إذا كنت أصبت بعدوى كوفيد-19.
- احرص على تنظيف وتطهير الأسطح والأشياء التي تتعرض للمس.