

تعلم جميعًا أن الناس ينشرون رذاذ التنفس عن طريق السعال والعطس. ولكن هل تعلم أننا ننشر أيضًا رذاذ التنفس من خلال التحدث والضحك والغناء؟

رذاذ التنفس هذا هو السبب في أن هيئة الصحة في ولاية أوريغون توصي بشدة أن يرتدي سكان أوريغون أغطية قماشية للوجه ولما تكون أغطية الوجه مطلوبة في العديد من الأماكن العامة.

تعرف على الحقائق

الحقيقة: نحن نرتدي أغطية الوجه للمساعدة في إبطاء انتشار فيروس كوفيد-19.

تساعدنا أغطية الوجه على عدم إخراج رذاذ التنفس لدينا، مما يعني أن الأشخاص الذين يرتدونها يمنعون انتشار الفيروس للآخرين. (2) (1) هناك العديد من أنواع أغطية الوجه، والأوشحة، والمناديل الكبيرة المزينة بالرسوم والأغطية منزلية الصنع مع أربطة للأذن.

الحقيقة: أغطية الوجه لا تتسبب في تراكم ثاني أكسيد الكربون الخطير.

لا تتسبب أغطية الوجه في تراكم ما يكفي من ثاني أكسيد الكربون للتسبب في إحداث آثار سيئة لدى الأشخاص الأصحاء. (3) في الواقع، الأغطية تكون أكثر إحكامًا من أغطية الوجه، ويرتديها عمال المزارع وموظفو الحراسة وموظفو المستشفيات للبقاء بأمان في أماكن عملهم.

تذكر، ومع ذلك، أنه يجب على الأشخاص التاليين عدم ارتداء أغطية الوجه:

• الأطفال دون العامين

• أي شخص يعاني من حالة صحية تجعل التنفس صعبًا عند ارتداء غطاء الوجه.

• أي شخص يعاني من إعاقة تمنعه من ارتداء غطاء الوجه.

الحقيقة: أغطية الوجه القماشية لا تزيد من خطر الإصابة بالعدوى عند استخدامها بشكل صحيح في الأماكن العامة.

نحن نرتدي أغطية وجه قماشية للمساعدة في حماية الأشخاص الآخرين في حالة الإصابة بالفيروس - ولكن لا، إن ارتداء غطاء للوجه من القماش لا يزيد من خطر الإصابة بالعدوى. (4) (2) احرص على غسل يديك قبل وبعد لمس غطاء الوجه وغسله يوميًا.

الحقيقة: أغطية الوجه لا تؤدي إلى "إعادة تنشيط" الفيروس.

بمجرد الإصابة بالعدوى الفيروسية، فإن ارتداء غطاء الوجه لا يجعلها تتفاقم أو يجعلها تستمر لفترة أطول. ومع ذلك، فهو يساعدك على منع انتشاره أو نقله إلى الآخرين. (5)

تعريفات

للتأكد من أننا جميعًا على وفاق، فيما يلي ما تعنيه هيئة الصحة في أوريغون عندما تستخدم هذه الكلمات ...

أغطية الوجه القماشية هي حواجز واقية نستخدمها للمساعدة في إبطاء انتشار فيروس كوفيد-19. وتشمل بعض الأمثلة أغطية الوجه القماشية منزلية الصنع، والأوشحة، والمناديل الكبيرة المزينة بالرسوم.



الأقنعة

• معدات طبية، بما في ذلك الأقنعة الجراحية



وأقنعة N-95.

• **واقيات الوجه** عبارة

عن صفائح من البلاستيك الشفاف تغطي الجبهة، وتمتد تحت الذقن، وتلتف



حول جوانب الوجه.

1. [Chu DK, Akl EA, Duda S, et al. Physical distancing, face masks, and eye protection to prevent person-to-person transmission of SARS-CoV-2 and COVID-19: a systematic review and meta-analysis](#)

2. [Joshua Hendrix, Charles Walde, Kendra Findley, Robin Trotman. Absence of Apparent Transmission of SARS-CoV-2 from Two Stylists After Exposure at a Hair Salon with a Universal Face Covering Policy — Springfield, Missouri, May 2020](#)

3. [Derek K Chu, Elie A Akl, Stephanie Duda, Karla Solo, Sally Yaacoub, Holger J Schünemann, on behalf of the COVID-19 Systematic Urgent Review Group Effort \(SURGE\) study authors* Physical distancing, face masks, and eye protection to prevent person-to-person transmission of SARS-CoV-2 and COVID-19: a systematic review and meta-analysis](#)

4. [Jessica J. Bartoszko, Mohammed Abdul Malik Farooqi, Waleed Alhazzani, Mark Loeb. Medical masks vs N95 respirators for preventing COVID-19 in healthcare workers: A systematic review and meta-analysis of randomized trials](#)

من الممكن الحصول على هذا المستند بلغات أخرى، أو بحروف كبيرة، أو بطريقة برايل، أو بتنسيق آخر مجانًا. يُرجى الاتصال بـ Mavel Morales على الرقم 1-844-882-7889، أو عبر البريد الهاتف النصي 711، أو عبر البريد الإلكتروني OHA.ADAModifications@dhs.ohio.gov

5. [Staymates, Matthew E. National Institute of Standards and Technology \(NIST\)](#)

OHA 2390L Arabic (2020/07/20)