

كيف أقي نفسي من الإصابة بفيروس كورونا الجديد (COVID-19)؟

تساعد الخطوات التي يمكنك اتخاذها لمنع انتشار الأنفلونزا ونزلات البرد
أيضًا في الوقاية من انتشار فيروس كورونا.



اغسل يديك كثيرًا بالماء والصابون.



تجنب لمس عينيك أو أنفك أو فمك.



تجنب التعامل مع المرضى وابق في المنزل إذا كنت مريضًا.



غط فمك وأنفك بمنديل أو كم ملابسك عند السعال أو العطس.

للمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة
healthoregon.org/coronavirus

Oregon
Health
Authority

يمكنك الحصول على هذا المستند بلغات أخرى أو بحروف كبيرة أو بطريقة برايل أو بالتنسيق الذي تفضله.
اتصل بإدارة الوقاية من الأمراض الحادة والسارية على الرقم 971-673-1111 عبر البريد الإلكتروني
OHD.ACDP@dhs.oh.gov نقبل جميع مكالمات الترحيل أو يمكنك الاتصال بالرقم 711.

OHA 2681
ARABIC
(02/2020)