

## كوفيد 19 معلومات عامة

### خط مساعدة (للإتصال) 111

#### ما المقصود بفيروسات كورونا؟

فيروسات كورونا هي مجموعة كبيرة من الفيروسات التي تسبب أمراض سواء كانت خفيفة مثل نزلات البرد أو قوية مثل الالتهاب الرئوي.

#### ما أعراض كوفيد 19؟

أكثر أعراض الفيروس شيوعاً:

الحمى

السعال

ضيق التنفس

#### كم المدة التي تستغرقها الأعراض لتظهر على المصاب؟

تبدأ أعراض الإصابة بالظهور من 2 إلى 14 يوم منذ التعرض للفيروس.

#### كيف ينتقل فيروس كوفيد 19؟

ينتقل فيروس كوفيد 19 من شخص لآخر عبر رذاذ من الأنف أو الفم من الشخص المصاب عند السعال أو العطس. هذا الرذاذ يهبط على الأجسام والأسطح المحيطة بالأشخاص، وبهذا يصاب أشخاصاً آخرين عن طريق لمس هذه الأجسام أو الأسطح، ومن ثم لمس أعينهم أو أنوفهم أو أفواههم.

يمكن أن يصاب الأشخاص أيضاً بكوفيد 19 إذا استنشقوا رذاذ من شخص مصاب يسعل أو يعطس بشكل مباشر لذلك فيتوجب على الشخص المصاب أن يبقى في المنزل و أن يراعي مسافة 2 متر بعيداً عن أي شخص اخر مقيم معه وأخذ التدابير الاحتياطية.

#### هل هناك علاج أو لقاح؟

حالياً لا يوجد علاج محدد لكوفيد 19. إن العلاج الذي يقدمه الطبيب داعم ويساعد على السيطرة على الأعراض. ولا يوجد أي لقاحات مضادة للكوفيد 19. لذلك ، من المهم جداً محاولة منع العدوى من الانتشار من الشخص المصاب.

## كيف أحمي نفسي؟

لتحمي نفسك والآخرين حولك اتبع هذه الممارسات الجيدة:

✓ غسل اليدين بالماء والصابون بشكل منتظم لمدة لا تقل عن 20 ثانية في كل مرة إذا لم يكن متاحًا ،

فاستخدم مطهر الأيدي (الكحول)

✓ عند العطس أو السعال لا تقم بتغطية أنفك أو فمك بيديك لأنك قد تلوث الأشياء أو الأشخاص الذين

تلمسهم

✓ تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك قبل غسل يديك

✓ احتفظ بمسافة متر واحد عند التحدث مع الآخرين وعلى بعد مترين من شخص مريض

✓ البقاء في المنزل قدر الإمكان. تجنب الازدحام والذهاب إلى أماكن تكون على اتصال وثيق مع

أشخاص آخرين

✓ الابتعاد عن الأفراد الضعفاء ، مثل كبار السن والذين يعانون من مشاكل صحية

## هل أضع الكمامة؟

ليست هناك حاجة لارتداء الكمامة للشخص السليم. لا تتصح منظمة الصحة العالمية بارتدائها كوسيلة

لتجنب التلوث بالفيروس الذي يسبب بمرض كوفيد 19. ولكن تمنع أقتعة الوجه انتشار الفيروس من

المرضى إلى الأشخاص الأصحاء.

## ما هو الحجر الصحي؟

الحجر الصحي يعني العزلة الذاتية في منزلك ، وعدم المغادرة لمدة 14 يومًا. لا تسمح للزوار بدخول

منزلك. يجب على الأشخاص الخاضعين للحجر الصحي مراقبة درجة حرارة أجسامهم مرتين يوميًا.

## من يحتاج إلى الخضوع للحجر الإجمالي؟

يجب على الأشخاص الذين يدخلون مالطا بعد السفر من أي دولة أن يخضعوا للحجر الإجمالي لمدة 14

يومًا من تاريخ مغادرتهم تلك الدولة.

الأشخاص الذين تم تحديدهم من قبل هيئة الصحة العامة على أنهم على صلة وثيقة بالحالات المصابة

سيتم وضعهم أيضًا في الحجر الصحي الإجمالي 14 يومًا. ستتم مواجهة الأشخاص الذين لا يلتزمون

بقواعد عزلهم غرامة 3000 يورو في كل مرة يثبت فيها أنهم ينتهكون الحجر الصحي.

هل يعني هذا أن عائلتي أو الأشخاص الآخرين الذين أعيش معهم بحاجة إلى الخضوع للحجر الصحي؟  
نعم ، يجب على أعضاء الأسرة الآخرين الخضوع للحجر الإجباري أيضاً.

### لماذا البقاء في المنزل مهم جداً؟

يساعد البقاء في المنزل على حماية أصدقائك وزملائك والمجتمع الأوسع. كما أنه سيساعد على التحكم في انتشار الفيروس. قد يكون هذا صعباً أو محبطاً ، ولكن هناك أشياء يمكنك القيام بها للمساعدة في تسهيل الأمر. ويشمل ذلك:

✓ اطلب من الأصدقاء أو العائلة لتوصيل ما تحتاجه الى بيتك أو طلب المستلزمات عبر الإنترنت.  
يمكنك أيضا الاتصال برقم 21 411 411 للمساعدة. تأكد من ترك أي توصيلات خارج منزلك لتقوم بجمعها

✓ التواصل مع الأصدقاء والعائلة عبر الهاتف أو عبر وسائل التواصل الاجتماعي  
✓ اشغل نفسك بالطبخ والقراءة والتعلم عبر الإنترنت ومشاهدة الأفلام

### ما الذي يتوجب علي فعله إذا ظهرت لدي الأعراض؟

إذا كنت تعاني من الحمى أو السعال أو ضيق التنفس:

✓ ابق في المنزل

✓ لا تذهب إلى العيادات الخاصة أو قسم الطوارئ أو المراكز الصحية أو الصيدليات أو غيرها من

مرافق الرعاية الصحية

✓ اتصل برقم المساعدة الصحية العامة على الرقم 111 للحصول على المشورة

لمزيد من الإرشادات حول الحجر الصحي ، قم بزيارة [covid19health.gov.mt](https://covid19health.gov.mt)

للحصول على الدعم بشأن الحجر الصحي ، اتصل بالرقم 21 411 411