

## ماتحاج معرفته: فيروس كورونا (١٩-المسجد (المعروف بـ كوفيد ١٩))

٢٠٢٠ (راذا) سرام ١٩

، صحة دنفر هنا لمساعدتك على البقاء على اطلاع عن المعلومات

ولمجدت مع دنفر، ودعم موثوق لك

١-٨٧٧-٤٦٢-٢٩١١: خط هاتف كورونافير وادول للمساعدة الأساسية العامة على

٣٠٣-٣٨٩-أو ٧٨٦١

٣٠٣-٧٣٩-١٢١١ إذا كنت مريضا: خط ترمريض دنفر

إستخدم وأكعب صاخلا فيحصلاياعرلا مقدمب لاصتبالا بجري، ١٩-يدىوال ناتج عن تفشي كوفيد، نظراً لإرتفاع حجم المكالمات على خط الترمريض\*\*  
لطرأسئلة تتعلق بالرعاية الصحية **(دي اوردين) (سأ وأيأ)** بوابة المريضا الخاص بك، ومن خلال معلوماتك، وذلك على تطبيق العامة.

نرجوزيادة غرفة الطوارئ في حالة أن تكون الحداية مهددة، بل لتذكير

### ما هي الأعراض؟

وهيلا تعرض من يوم ١٤١-٢ بعدالأعراض تظهر قد. الإذفلونزا أو، لبردمشابهة، خفيفأعراض لديهم ١٩-كوفيد يدمرضى معظم تشمل:

- إرتفاع في درجة الحرارة، سعال، أو ضيق في التنفس

### لو أنك مريض

- أتصل مقدما وقبل الذهاب لزيارة الطبيب، أو غرفة الطوارئ، أو العيادة.
- أخبرهم عن الأعراض، وأنك تعتقد تعرضك لشخص عنده كوفيد ١٩
- كن هادئا، فمعظم من لديهم كوفيد ١٩ تتناهم أعراض طفيفة ولا يحتاجون عناية طبية.
- معظم الأشخاص يشفون بالراحة، وشرب السوائل بكثرة وأخذ أدوية مخفضات الحرارة والألم.

### الفحص والتلقائي في مواقع المسج تشفيات والعيادات

- لأمانك وأمان العاملين، و الزوار، فقد قمنا بتنفيذ التحكم بالدخول، وفحص الأعراض في جميع مرافق رعاية المستشفى لدينا.
- فضلا أتصل قبل أن تذهب لترى الطبيب، أو تزور غرفة الطوارئ.
- نطلب منك السماح ب 15 دقيقة إضافية قبل
- موعدك من أجل اجتياز الفحص.

### ل زوار؟ إذا كنت بحاجة إلى دخول المسج تشفي، هل يمكنكني استقبا

- للأسف، لا.
- وبسبب الزيادة في الحذر لكل من مرضانا وزوارنا وموظفينا، لا يُسمح للزوار بالدخول إلى المستشفى في هذا الوقت.
- سيتم إجراء الاستثناءات على أساس كل حالة على حدة لظروف خاصة، أو في وحدات مستشفى محددة.

بما يخص أقة الوجهة و صديات مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها

- إذا لم تكن مريضا، فلا ينبغي أن تلبس قناع الوجه.
- يجب استخدام أقنعة الوجه فقط من قبل الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد ١٩، للمساعدة في منع إنتشار المرض.

١٩-كوفيد يدمرضى لممنع الإجراءات التي يمكنك أخذها

إذا شعرت بأنك مريض إتصل بخط صحة ترمريض دنفر على الرقم ١٢١١ - ٧٢٩ - ٢٠٢٠

- اغسل يديك باستمرار بالماء والصابون لمدة ٢٠ ثانية على الأقل. إذا لم يتوفر الماء والصابون ، استخدم معقم اليدين مع ٦٠٪ كحول على الأقل.
- تجنب لمس العينين والأنف والفم.
- غطي السعال والعطس بمنديل ، ثم ارميه في سلة المهملات. استخدم مرفقك الداخلي إذا كانت المناديل غير متوفرة.
- ابق في المنزل إذا كنت مريضاً وأبقي أطفالك في المنزل إذا كانوا مرضى.
- تنظيف الأسطح في منزلك ، والأغراض الشخصية مثل الهواتف المحمولة ، باستخدام المنتجات المنزلية العادية.

## ل تطهير

- من الممكن الإصابة بعدوى COVID-19 عن طريق لمس سطح أو شيء عليه الفيروس ثم لمس فمك أو أنفك أو ربما عينيك
- تنظيف جميع الأسطح "الأكثر عرضة للملامسة" مثل مقابض الأبواب ، كل يوم باستخدام مطهر منزلي يحمل ملصق "معتمد من وكالة حماية البيئة".

## ال ت باعد الاجتماعي: ٦ أقدام من شخص ي عادي من الأعراض

- لكي تصاب بالعدوى ، يجب أن تتعرض للفيروس. تعرف مراكز مكافحة الأمراض المعدية و الوقاية منها التعرض للعدوى بأنه التواجد على بعد 6 أقدام (2 متر) من شخص لديه COVID-19 لفترة طويلة من الزمن.
- يمكن أن يحدث التعرض من خلال رذاذ الجهاز التنفسي -عندما يسعل الشخص المصاب أو يعطس ، على غرار كيفية انتشار الأنفلونزا وأمراض الجهاز التنفسي الأخرى.

## هل يجب أن ألغي مواعي المجدول؟

- لو عندك أعراض مثل السعال، ارتفاع درجة الحرارة، أو ضيق التنفس نرجو أن تتصل قبل الحضور إلى صحة دنفر
- المرضى ومعهم الأعراض قد يسألون بالابتعاد ٦ أقدام من الآخرين أو التحرك خارج المناطق العامة

## ال سكان الأك ثر عرضة ل مخاطر

- ي ذبغى إى تعداد السكان الاك ثر عرضة ل مخاطر عن المجموعات الك بيرة من الناس، و ت جنب الإا صال ال قري ب مع الآخرين، والأذ اس الأك ثر عرضة ل مخاطر ي تضمنون:
- الأشخاص في العمر أكثر من ٧٠ عاماً
- الأشخاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة أو المشاكل الصحية الأساسية بما في ذلك أمراض الجهاز التنفسي وأمراض القلب وأمراض الرئة والسكري.
- الأشخاص الذين لديهم إتصال مباشر ووثيق مع أحد المصابين بكوفيد - ١٩

## ت ذكر

- من الطبيعي أن تكون خائفاً، و قلقاً عندما تسمع عن تفشي المرض، حتى لو كنت من فئة الأقل عرضة للإصابة بالمرض، كن حريصاً ألا تكون غاضباً تجاه من أصبحوا مرضى و أسأل نفسك:
- "هل كنت سأفكر أو أفعل الشيء نفسه فيما لو كنت مريضاً بمرض آخر كالأنفلونزا مثلاً؟"
- هل ما أفعله يجعل الناس أكثر أماناً، أو أنه يخلق مزيداً من الخوف.
- المخاطرة من كوفيد - ١٩ ليست من جراء مخالطة عرق، أو قومية معينة، و عتاب الآخرين لن يساعد في محاربة المرض، ولكن الذي يساعد هو المشاركة والبحث عن المعلومات الدقيقة.

## أ ب ق على علم

- للأجابة بعدة لغات بما في ذلك الإنجليزية، الأسبانية، الصينية، اتصل على خط الهاتف مساعدة كولورادو رقم ٢٩١١ - ٤٦٢ - ٨٧٧ - ١ أو ٣٠٣ - ٣٨٩ - ١٦٨٧
- الصحة العامة بدنفر:
- [denverpublichealth.org/Coronavirus](https://denverpublichealth.org/Coronavirus)
- الصحة العامة بكولورادو:
- [covid19.colorado.gov](https://covid19.colorado.gov)
- مراكز تحكم المرض:
- [CDC COVID-19 FAQ or cdc.gov/coronavirus/index.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/index.html)
- إدارة دنفر للبيئة و الصحة العامة: [denvergov.org/content/denvergov/en/environmental-health/news/coronavirus-info.html](https://denvergov.org/content/denvergov/en/environmental-health/news/coronavirus-info.html)