

وزارة الصحة
Ministry of Health



وزارة التعليم
Ministry of Education

الوقاية من عدوى
الأمراض الفيروسية

الدليل التوعوي
الخاص بالمدارس

#الوقاية_من_كورونا

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش
بصحة
Live Well

أخر تحديث ٢٠٢٠/٣/٥م



وزارة الصحة
Ministry of Health

عزيزي المعلم:

لأن الوقاية قبل العلاج جاء هذا الملف ليعنى بصحة الطلاب والمعلمين كأكثر شريحة مجتمعية وها نحن نعمل سويا لمكافحة أي عدوى قادمة لذا تم العمل بين وزارتي الصحة والتعليم على الإلمام بكل ما هو جديد من خلال نشر التوعية وتلخيص أهم التوصيات للمجتمع:

ما هو هذا الملف؟

يساعدك هذا الملف عزيزي المعلم والمرشد الصحي على إيصال المعلومة الصحيحة والمحدثة بأفضل وأسهل طريقة ممكنة.

ماذا يستفيد الطالب من خلال هذا الملف؟

- التعرف على فيروس كورونا وسبل انتقاله.
- معرفة الطرق الصحيحة الوقاية من الفيروسات.
- الطرق الصحيحة لأخذ المعلومات الصحية الموثوقة.
- الطريقة الأصح لغسل اليدين.
- كيفية التعامل مع المصابين بالفيروسات.
- معرفة الاحتياطات الصحية اللازمة بالسفر.

محاور النشاط:

كيفية الوقاية

طرق انتقاله

ما هو كورونا؟

آداب العطاس

غسل اليدين

أعراض الإصابة

بودكاست

وصايا السفر

لبس الكمامة

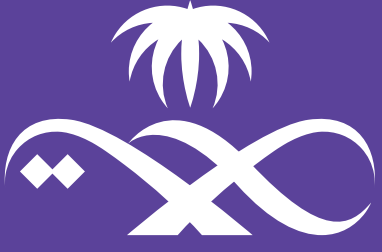
سؤال وجواب



وزارة الصحة
Ministry of Health



ما هو كورونا؟ (COVID-19)



وزارة الصحة
Ministry of Health

طرق انتقال عدوى كورونا (COVID-19)



1
الانتقال المباشر من خلال
الرذاذ المتطاير من المريض
أثناء الكحة أو العطس

1

2
الانتقال غير المباشر (لمس
الأسطح والأدوات الملوثة، ومن ثم
لمس الفم أو الأنف أو العين)

2

3
المخالطة المباشرة
للمصابين

3

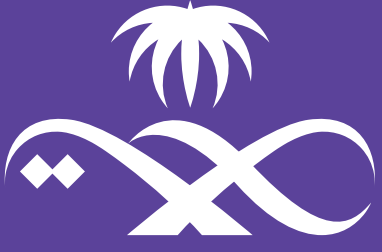
4
تناول الأطعمة
دون طهي

4



إحدى مبادرات وزارة الصحة

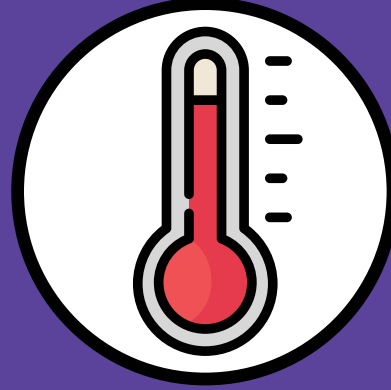
عيش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

أعراض الإصابة بفيروس كورونا (COVID-19)

ارتفاع في درجة
حرارة الجسم



الكحة

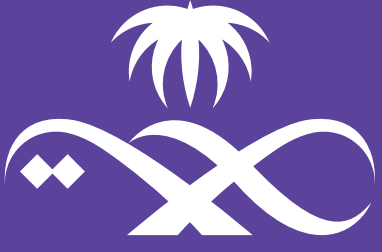


ضيق في
التنفس



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

كيفية الوقاية

من عدوى **كورونا** (COVID-19)

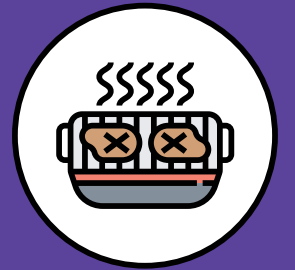
غسل اليدين بالماء
والصابون بانتظام



تغطية الفم والأنف
عند السعال والعطس



طهي الطعام جيداً



تجنب الاتصال المباشر
مع أي شخص تظهر عليه
أعراض أمراض الجهاز التنفسي
مثل السعال والعطس



إحدى مبادرات وزارة الصحة

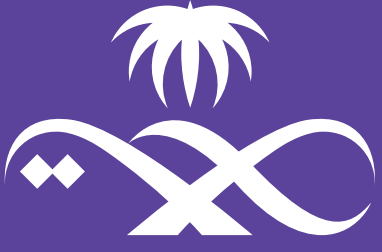
عيش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

متى يجب عليك غسل اليدين؟





وزارة الصحة
Ministry of Health

الطريقة الأصح لفسّل اليدين

للوّقاية من فيروس كورونا



7



4



1



8



5



2



6



3

متى؟

قبل وبعد
الأكل

بعد السعال
والعطس

بعد استخدام
دورة المياه

إحدى مبادرات وزارة الصحة

اغسل يديك بالماء والصابون لمدة ٤٠ ثانية
أو الكحول المعقم لمدة ٢٠ ثانية

عيش
بصحة
Live Well

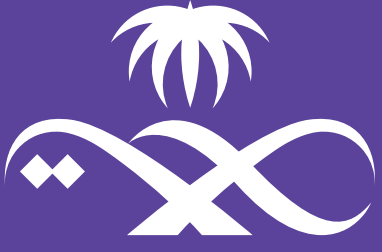


وزارة الصحة
Ministry of Health



الطريقة الأصح
لغسل اليدين





وزارة الصحة
Ministry of Health

آداب العطاس لتقليل العدوى



أو استخدم
المرفق
عن طريق
ثني الذراع



استخدم
المناديل
الورقية
للعطاس
أو الكحة



اغسل يديك بالماء
الدافئ والصابون
لمدة ٤ ثانية



تخلص منها
بأسرع وقت

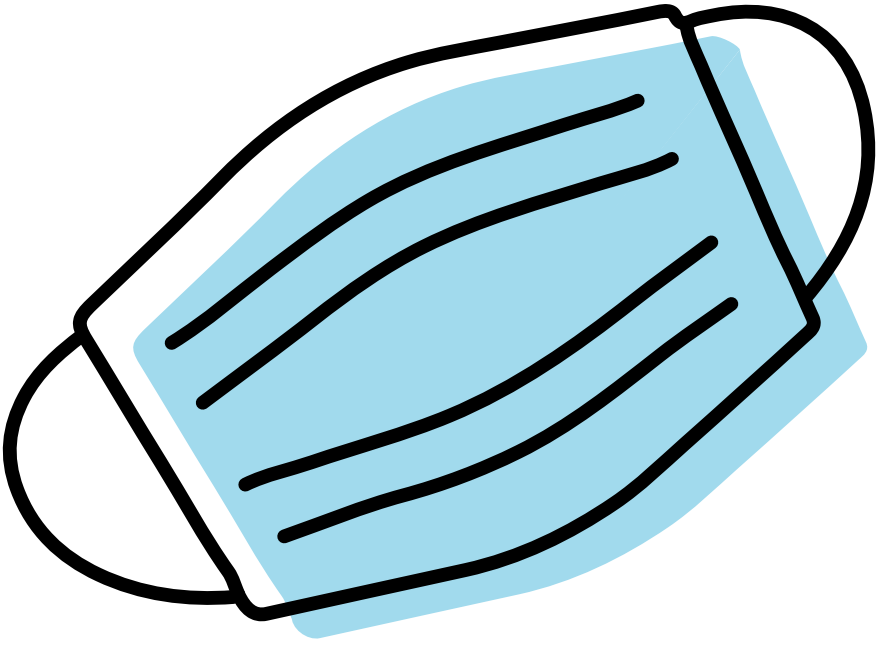
إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

لا يجب لبس الكمامة!



إلا إذا كنت:

تشكو من أعراض تنفسية
(مثل العطاس و السعال)

1

2

تعتني بشخص لديه أعراض تنفسية

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش
بصحة
Live Well

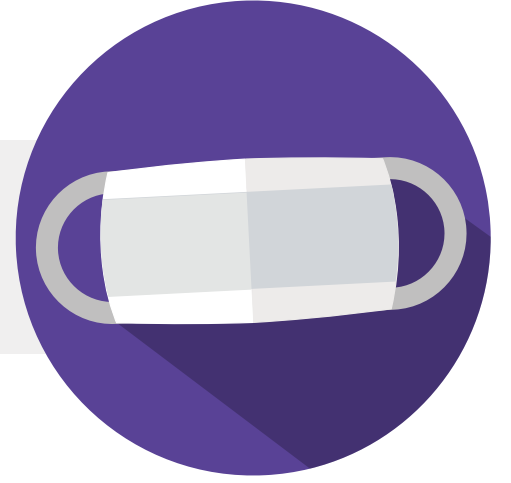


وزارة الصحة
Ministry of Health

نصائح هامة عند ظهور الأعراض التنفسية

تعاني من أعراض تنفسية وكنت في إحدى الدول التي سجلت فيها حالات كورونا خلال الأسبوعين الماضيين؟

ارتداء قناع طبي



937

كلم ٩٣٧

وسيتم توجيهك
إلى أقرب مستشفى



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health



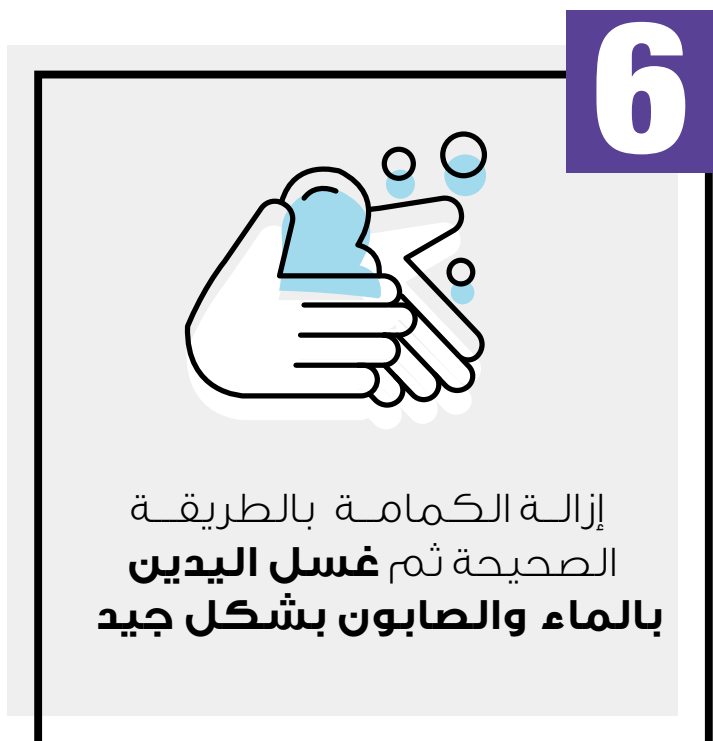
متى البس
الكمامة





وزارة الصحة
Ministry of Health

الطريقة الصحيحة لارتداء الكمامات





وزارة الصحة
Ministry of Health

يقولون...

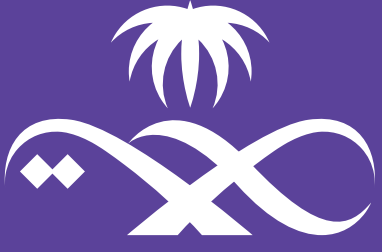
خلك لابس الكمامة كل
وقت ولا يجيك كورونا

الكمامة تستخدم فقط عند
الإصابة بأعراض العدوى التنفسية
مثل الكحة والعطاس أو مخالطة
المصابين بالعدوى.

لا لا

لا لا





وزارة الصحة
Ministry of Health

إن كنت قادماً من

دولة سجلت فيها حالات
إصابة بفيروس #كورونا الجديد
وظهرت عليك أعراض مرضية
خلال ١٤ يوم من وصولك



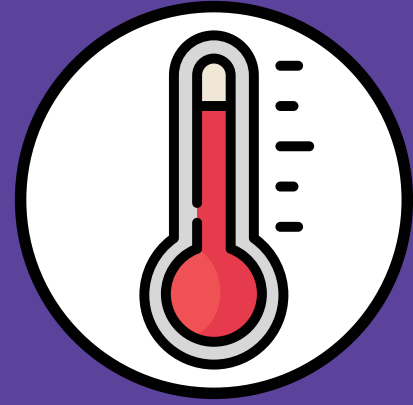
ضيق التنفس

+



كحة

+



ارتفاع درجة
الحرارة

فيجب عليك:



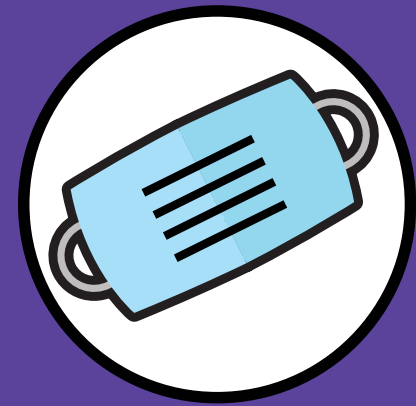
الاتصال
على ٩٣٧

>



البقاء
في المنزل

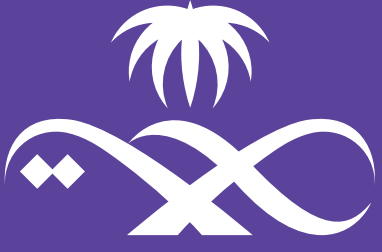
>



لبس
الكمامة

إحدى مبادرات وزارة الصحة

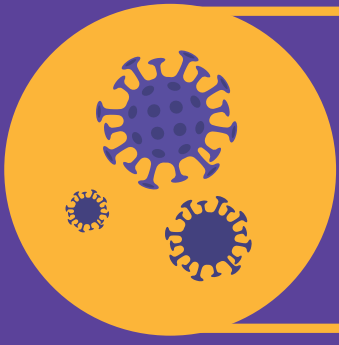
عيش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

وصايا السفر

وقت كورونا الجديد COVID-19



تجنب السفر للدول
التي يوجد فيها
تفشي للفايروس

السفر يكون
عند الحاجة فقط



الأمراض المزمنة
يجب عليهم مراجعة
الطبيب قبل السفر

تجنب السفر
عند الإصابة
بالحمى والكحة



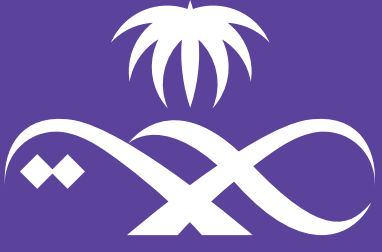
إذا كنت تعاني من الحمى والسعال وصعوبة التنفس
فعليك طلب الرعاية الطبية في وقت مبكر ومشاركة
سجل السفر السابق مع مقدم الرعاية الصحية



التزم بالتوجيهات الرسمية
وعند وجود أي استفسار **كلم الصحة ٩٣٧**

إحدى مبادرات وزارة الصحة

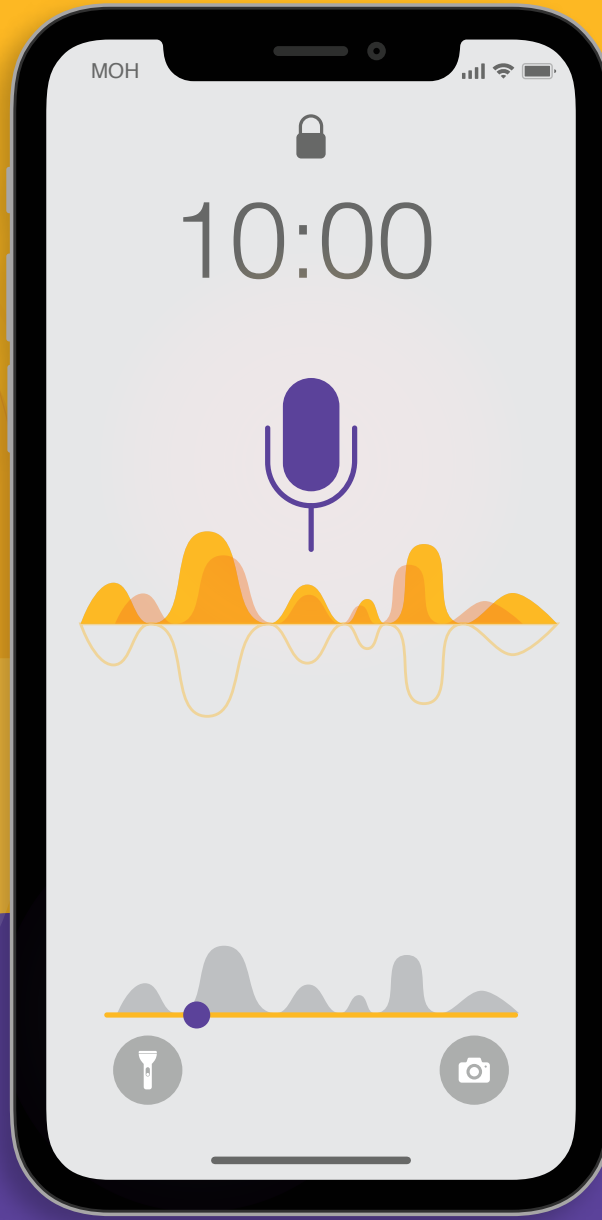
عيش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

بودكالا رالاست جرعة اوعى

ما هو فيروس كورونا



للإستماع

اضغط هنا



وزارة الصحة
Ministry of Health

أسئلة شائعة

أكثر الأسئلة

على ٩٣٧

سؤال وجواب



وزارة الصحة
Ministry of Health

أكثر الأسئلة
الشائعة

سؤال وجواب

ما هو أصل هذا الفيروس؟

يعتقد أن فيروس كورونا الجديد مرتبط بالحيوان حيث أن أغلب الحالات الأولية كان لها ارتباط بسوق للبحريات والحيوانات في مدينة ووهان.

ما هي أعراض الإصابة بفيروس كورونا المستجد؟

تشمل الأعراض النمطية لحالة فيروس كورونا المستجد الحمى والسعال وضيق التنفس. وأحيانا تتطور الإصابة إلى التهاب رئوي وقد يتسبب في مضاعفات حادة لدى الأشخاص ذوي الجهاز المناعي الضعيف، والمسنين، والأشخاص المصابين بأمراض مزمنة، مثل السرطان وداء السكري وأمراض الرئة المزمنة.

هل هناك حالات شفيت من المرض؟

الجواب نعم.. ولله الحمد عدد حالات الشفاء عالية جدا.

هل البعوض عنصر ناقل لفيروس كورونا؟

ليس البعوض عنصر ناقل لفيروس كورونا.

هل مجففات اليدين فعالة في قتل الفيروس كورونا الجديد؟

لا. مجففات اليدين ليست فعالة في قتل فيروس كورونا الجديد COVID19 ولحماية نفسك منه، يجب عليك تنظيف يديك و غسلها بالماء والصابون لمدة ٤٠ ثانية أو بالمعقم الكحولي ثم تجفيفها جيداً باستخدام المناشف الورقية أو مجفف الهواء الدافئ.

هل ينتقل فيروس كورونا عبر الشحنات القادمة من الصين؟

بناء على المعلومات المتوفرة حالي لا يوجد خطر في البضائع المستوردة من الصين.



وزارة الصحة
Ministry of Health

أكثر الأسئلة
الشائعة

سؤال وجواب

هل يمكن أن يساعد تناول الثوم في منع الإصابة بفيروس كورونا الجديد؟

الثوم غذاء صحي قد يحتوي على بعض الخصائص المضادة للميكروبات. ومع ذلك، لا يوجد أي دليل من انتشار المرض الحالي على أن تناول الثوم يحمي الأشخاص من فيروس كورونا الجديد.

هل تداول النقود الورقية أو المعدنية ينقل العدوى من شخص مصاب لآخر سليم؟

لم يثبت أن تداول النقود الورقية أو المعدنية ينقل العدوى من شخص مصاب لآخر سليم.

كم مدة صلاحية استخدام الكمامة؟

تعتمد صلاحية استخدام الكمامة بحسب الإرشادات المكتوبة من قبل المصنع. وتصمم الكمامات للاستخدام لمرة واحدة. ويوصى بتغييرها بشكل آمن فور تمزقها أو تعرضها للتلوث أو الأوساخ أو البلل والرطوبة.

هل الأسماك المستوردة مثل السلمون يوجد بها خطورة؟

لا توجد خطورة من الأسماك أو الأسماك المستوردة مثل السلمون.

عندك سؤال ثاني؟

لمعرفة المزيد عن فيروس كورونا الجديد،
تابع منصات وزارة الصحة الرسمية أو

كلم الصحة ٩٣٧



وزارة الصحة
Ministry of Health

COVID19

Coronavirus disease 2019

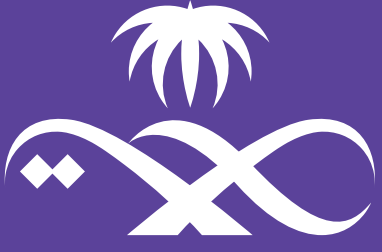
How to
**Prevent
Yourself?**

Click
here

MOH initiative

عيش
بصحة
Live Well

Updated on 5/3/2020



وزارة الصحة
Ministry of Health

إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش
بصحة
Live Well

هل أعجبتك هذا الملف؟
هنا تجد المزيد

