

كوفيد-19 (Covid-19)

نصائح للأشخاص المعزولين في البيت و للمحيطين بهم

نصائح للمرضى

انت مريض؟ احمي الذين حوليك



اغسل يديك كلما كان ذلك ممكنا بالماء والصابون. اغسلهم دائما بعد العطس، السعال و افراغ الانف.



استعمل دائما المناديل الورقية. يمكن استعمال المنديل مرة واحدة فقط ثم يجب رميه في سلة مهملات مغلقة



عندما تسعل أو تعطس غطي فمك بمنديل، قماش، أو بطي المرفق



ابقى في البيت و اعزل قدر الامكان : عن عائلتك، حتى عند النوم . ارفض الزيارات الغير ضرورية تجنب التواصل الجسدي ، لا تذهب إلى المدرسة، و لا العمل و لا أي مكان عمومي

راقب أعراضك

إذا ازدادت أعراضك سوءا (مثل: صعوبة في التنفس، ارتفاع الحرارة) اتصل بطبيبك. إذا يجب ان تذهب الى المستشفى ، اتصل أولا بالاستقبال و قل انك مريض بي كوفيد-19. المستشفى سيتجهز لتجنب عرض اشخاص اخرين.

كل المعلومات على

www.info-coronavirus.be

0800/14 689



كوفيد-19 (Covid-19)

نصائح للأشخاص المعزولين في البيت و للمحيطين بهم

نصائح للأشخاص المحيطين بالمرضى

✓ تجنب قدر الامكان التواصل الجسدي مع المريض
اذا ممكن، شخص واحد يهتم به.

✓ تجنب الاهتمام بالمريض من قبل الاشخاص المصابين بأمراض تنفسية
مزمنة، أشخاص بمناعة ضعيفة و من قبل المسنين.

✓ قم بتهوية الغرف: افتح نوافذ غرفة المريض عدة مرات باليوم
لمدة ثلاثين دقيقة.

✓ اغسل يديك بانتظام و تجنب لمس عينيك، انفك و فمك بأيدي
غير مغسولة.

✓ تجنب ان تشارك أواني المائدة، المناشف، مستلزمات النوم
مع المريض. خذو وجباتكم بانفصال.

✓ عقم المساحات (الطاولة ، المنضدة ، مقابض الابواب ، مقعد
المرحاض) مرة في اليوم مع مياه تحتوي 1 % من ماء الجافيل
(ضع ملعقة أكل واحدة من ماء جافيل داخل لتر واحد من الماء).

**مهلة هذه التدابير تناقش مع الطبيب العائلي لكن تطبق عل الاقل
لزوال الاعراض .**

كل المعلومات على

www.info-coronavirus.be

0800/14 689

