

فايروس كورونا (COVID-19)

تراقب المنطقة التعليمية (HISD) عن كذب فايروس كورونا المسمى (19-COVID) وهي على إتصال بمراكز السيطرة على الأمراض وقسم الخدمات الصحية في ولاية تكساس وإدارة الصحة في هيوستن لمتابعة جميع التدابير الوقائية عند ظهور تفاصيل جديدة. أن معرفة المعلومات الهامة حول الفيروس وكيفية الإستعداد لا يمنع المرض فحسب ولكن أيضا يقلل من التوتر والقلق.

كيفية المساعدة في منع انتشار (19-COVID)؟

تأكد من أن طفلك وجميع أفراد الأسرة يتبعون تدابير الصحة والنظافة الوقائية، والتي تشمل:

- اغسل يديك بشكل متكرر لمدة ٢٠ ثانية في كل مرة (وأنشد sing Twinkle, Twinkle Little Star slowly)
- إذا لم يتوفر الماء أو الصابون المستخدمة مطهر اليد.
- قم بتغطية فمك وأنفك عند السعال والعطس.
- ابقى في المنزل عند المرض.
- ارمي المناديل المستخدم وأغسل يديك على الفور.
- تجنب الإتصال عن قرب بالمرضى.
- تجنب لمس عينيك أو فمك أو أنفك لمنع انتشار الجراثيم.
- يجب تطهير واجهات الأجهزة ذات اللمس العالي مثل شاشات أجهزة الكمبيوتر والهواتف والأجهزة الإلكترونية وبشكل متكرر.

ما الذي يجب أن أعرفه؟

تشتمل أعراض فايروس (19-COVID) على أمراض الجهاز التنفسي الخفيفة وحتى الشديدة والتي التي تشبه الأعراض التي ترافق الإنفلونزا وتشمل:



الضيق في التنفس



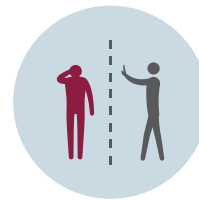
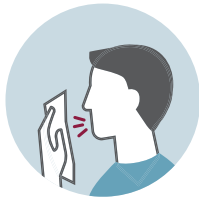
السعال



الحمى

ويمكن أن تشمل أعراض الأنفلونزا أيضاً التهاب الحلق ورشح الأنف أو إنسداد الأنف أو آلام الجسم والصداع والقشعريرة والإرهاق وقد تشمل التقية والإسهال. وقد لا تكون هذه الأعراض موجودة.

وجود هذه الأعراض وحدها لا يعني أن الشخص لديه الفيروس. قد تظهر الأعراض في فترة قصيرة مثل يومين أو مدة ١٤ يوماً بعد التعرض للفايروس. وفقاً لمركز السيطرة على الأمراض (CDC) فإن التدابير الوقائية الخاصة بفايروس (19-COVID) تشبه الوقاية من فيروسات الجهاز التنفسي الأخرى مثل الأنفلونزا.



ماذا أفعل إذا كان لدى طفلي هذه الأعراض؟

إتصل بالرعاية الصحية الخاصه بك على الفور ويجب أبقاء الأطفال في المنزل وعدم ارسالهم الى المدرسة في حالة المرض.