

آخر تحديث في 2020/3/10

فيروس كورونا الجديد

# هكذا نحمي أنفسنا.



صحيفة حقائق

معلومات مهمة حول فيروس كورونا الجديد وحملة "هكذا نحمي أنفسنا".

ماذا يمكنك أن تفعل؟

اغسل يديك جيداً.



العطس أو السعال في منديل أو في الكوع.



حافظ على مسافة بينك وبين الآخرين.



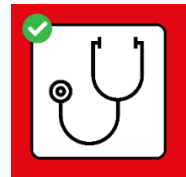
تجنب المصافحة باليدين.



امكث في المنزل إذا كان لديك حمى وسعال.



لا تذهب إلى عيادة الطبيب أو غرفة الطوارئ إلا بعد الإبلاغ عبر الهاتف.



## الأسئلة والأجوبة الأكثر شيوعاً حول فيروس كورونا الجديد

### العدوى والمخاطر

#### لماذا تعد هذه القواعد الخاصة بالنظافة والسلوك شديدة الأهمية؟

فيروس كورونا الجديد هو فيروس جديد ليس لدى البشر مناعة ضده، وبالتالي فقد يتسبب في حدوث العديد من الإصابات وحالات العدوى. ولذلك يجب علينا العمل من أجل إبطاء انتشار فيروس كورونا الجديد قدر الإمكان.

وهنا يجب العمل بصفة خاصة على حماية الأشخاص الذين ترتفع لديهم مخاطر الإصابة الشديدة بالمرض. هؤلاء هم الذين تزيد أعمارهم على 65 عاماً، والأشخاص المصابون بمرض سابق: ارتفاع ضغط الدم، السكري، أمراض القلب والدورة الدموية، أمراض الجهاز التنفسي المزمنة، السرطان، والأمراض والعلاجات التي تضعف جهاز المناعة.

إذا التزمنا جميعاً بالقواعد، فسوف نتمكن من حماية هؤلاء الأشخاص بشكل أفضل. وبذلك نستطيع أيضاً أن نساهم في حصول الأشخاص المصابين بأمراض خطيرة على علاج أفضل داخل المنشآت الصحية، لأنه لا يتوفر سوى عدد محدود من غرف الرعاية وأجهزة التنفس الصناعي في وحدات العناية المركزة.

#### من الذين ترتفع لديهم مخاطر الإصابة؟

يعد مرض فيروس كورونا الجديد غير ضارٍ بالنسبة لمعظم الأشخاص. أما الأشخاص الذين ترتفع لديهم مخاطر الإصابة الشديدة بالمرض، فهم من تزيد أعمارهم عن 65 عاماً وأولئك المصابون بالفعل بأحد الأمراض التالية:

- ارتفاع ضغط الدم
- السكري
- أمراض القلب والدورة الدموية
- أمراض الجهاز التنفسي المزمنة
- الأمراض والعلاجات التي تضعف جهاز المناعة
- السرطان

#### هل هناك احتمالات للإصابة بالعدوى بفيروس كورونا الجديد في سويسرا؟

نعم، ترتفع مخاطر الإصابة بفيروس كورونا الجديد في سويسرا.

#### كيف ينتقل فيروس كورونا الجديد؟

ينتقل فيروس كورونا الجديد بشكل أساسي عندما يكون هناك اتصال وثيق ولمدة طويلة: عند الاقتراب من شخص مصاب على مسافة أقل من مترين ولأكثر من 15 دقيقة. ينتقل المرض عبر الرذاذ: إذا كان الشخص المريض يعطس أو يسعل، يمكن للفيروسات أن تنتقل مباشرة إلى الأغشية المخاطية بأنف أو فم أو عيون الأشخاص المحيطين. عن طريق اليدين: قد يتواجد رذاذ السعال والعطس المعدى على اليدين، وبالتالي فسوف يصل إلى الفم، أو الأنف، أو العينين إذا تم لمسها.

## الأعراض، والتشخيص، والعلاج

### ما أعراض مرض فيروس كورونا الجديد؟

الأعراض الأكثر شيوعًا هي الحمى، والسعال، وصعوبة التنفس. ويمكن أن تختلف هذه الأعراض في درجة شدتها. قد تحدث مضاعفات أخرى أيضًا مثل الالتهاب الرئوي. بعض المرضى يصاب أيضًا بمشاكل في الجهاز الهضمي أو العين (التهاب الملتحمة).

### لدى حمى وسعال، ماذا أفعل؟

في حالة ظهور أية أعراض مرضية، يجب عليك البقاء في المنزل كي لا تصيب أي شخص بالعدوى. ونعني بالأعراض المرضية:

- الحمى (حرارة الجسم أعلى من 38 درجة مئوية، مصحوبة بالشعور بالتعب، وأحيانًا بألم في العضلات)
- السعال الجاف، ويمكن أن يكون مصحوبًا بالتهاب في الحلق

إذا كانت الأعراض خفيفة، فيمكنك الاعتناء بنفسك. لا تغادر المنزل إلا بعد 24 ساعة من اختفاء الأعراض، حتى لا تتسبب في إصابة الأشخاص الآخرين. التزم باتباع قواعد النظافة والسلوك (انظر الصفحة الأولى "ماذا يمكنك أن تفعل؟").

إذا كانت لديك مخاطر كبيرة للإصابة بمرض شديد، أو إذا ساءت الأعراض: اتصل بالطبيب. سيتم اتخاذ القرار ما إذا كان ينبغي إجراء كشف طبي، أو ما إذا كان البقاء في المنزل والعلاج الذاتي كافيين.

### كيف يتم العلاج من مرض فيروس كورونا الجديد؟

لا يوجد أي علاج لفيروس كورونا في الوقت الحالي، ويقتصر العلاج فقط على تخفيف الأعراض. يتم عزل المرضى لحماية الأشخاص الآخرين. أما في الحالات المرضية الخطيرة، فيلزم عادة إخضاع المريض للعلاج في وحدة العناية المركزة. كما قد تكون هناك حاجة لوضع المريض على أجهزة التنفس الصناعي.

## إجراءات الحماية

### ما الأمور التي يجب الالتفات إليها عند السفر؟

يتواجد خطر الإصابة بفيروس كورونا الجديد في جميع أنحاء العالم تقريبًا. ولكن منظمة الصحة العالمية لم تصدر أية قيود على السفر حتى الآن. هناك إجراءات مراقبة صارمة على الركاب في العديد من المطارات.

يرجى أيضًا الالتزام بتوصيات النظافة والسلوك عند السفر. فهذا يمكن أن يساعد في حمايتك من الإصابة بفيروس كورونا.

هل يزيد عمرك على 65 عامًا، أو هل لديك مرض سابق (ارتفاع ضغط الدم، أمراض الجهاز التنفسي المزمنة، السكري، أمراض القلب والدورة الدموية، الأمراض والعلاجات التي تضعف الجهاز المناعي، السرطان)؟ اتبع توصياتنا للأشخاص المعرضين للخطر بشكل خاص.

بعض البلاد يتواجد بها مناطق خاضعة للحجر الصحي. ولا يمكن السفر من وإلى هذه المناطق - إن وجد - إلا بتصريح خاص. لا يمكننا معرفة إلى متى سيستمر تطبيق هذه القيود واللوائح.

يجب على المسافرين توقع تطبيق إجراءات مراقبة صارمة في المطارات الدولية.

### خط الاستعلامات للأشخاص المسافرين إلى سويسرا:

هل لديك أعراض (صعوبة في التنفس، سعال، حمى) وترغب في السفر إلى سويسرا، ولديك استفسارات طبية؟ يرجى الاتصال بالرقم: +41 (0)58 464 44 88

معلومات وإجابات على الاستفسارات الطبية خلال رحلتك:

[www.safetravel.ch](http://www.safetravel.ch)

قبل السفر، استفسر من سفارة أو قنصلية البلد المسافر إليه عن الإجراءات المطبقة حاليًا (موقع EDA < الممثلات الأجنبية في سويسرا >).

## ما هو فيروس كورونا الجديد؟ ما المقصود بـ SARS-CoV-2 وما هو COVID-19؟

اكتشف فيروس كورونا الجديد في الصين في نهاية عام 2019 بعد الانتشار الاستثنائي لحالات الالتهاب الرئوي في مدينة ووهان بوسط الصين. حصل الفيروس على اسم SARS-CoV-2، وهو ينتمي إلى نفس عائلة مسببات أمراض متلازمة الشرق الأوسط التنفسية "MERS" ومتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد "سارس".

في 11 فبراير/شباط 2020 أطلقت منظمة الصحة العالمية (WHO) على المرض الناجم عن فيروس كورونا الجديد اسمًا رسميًا: COVID-19، اختصارًا لـ «coronavirus disease 2019» أو بالعربية "مرض فيروس كورونا 2019".

تشير المعلومات المتوفرة حاليًا إلى أن الفيروس انتقل إلى البشر عن طريق الحيوانات، وأنه ينتشر الآن عن طريق الانتقال من شخص لآخر. من المحتمل أن يكون الموطن الأصلي الذي خرج منه الفيروس هو سوق للأسماك والحيوانات في مدينة ووهان، وقد قامت السلطات الصينية بإغلاقه منذ ذلك الحين.

لمزيد من المعلومات:

[www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch)

[www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus)

(باللغات الألمانية، والفرنسية، والإيطالية، والإنجليزية)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG  
Office fédéral de la santé publique OFSP  
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP  
Federal Office of Public Health FOPH