

# COVID-19

يرتفع الخطر الإجمالي لإصابة عامة الناس بكوفيد-19 في تكساس حاليًا بسبب تزايد الأدلة على انتقاله من شخص إلى آخر في الولايات المتحدة.

## الوقاية

إن أفضل طريقة لمنع الإصابة هي اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب التعرض لهذا الفيروس، وهو ما يشبه الاحتياطات التي تتخذها لتجنب الإصابة بالإنفلونزا:

- اغسل يديك كثيرًا بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل. إذا لم يتوفر الماء والصابون، استخدم معقم لليدين يحتوي على الكحول
- تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك قبل أن تغسل يديك
- تجنب الاتصال القريب بالمصابين
- البقاء في المنزل أثناء مرضك
- قم بتغطية فمك وأنفك أثناء السعال والعطس باستخدام منديل ثم التخلص منه في سلة المهملات
- تنظيف الأشياء والأسطح التي يتم لمسها باستمرار وتطهيرها
- ارتداء غطاء وجه عندما تكون بالقرب من الآخرين أو في العمل

لمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة:

[www.AustinTexas.gov/COVID19](http://www.AustinTexas.gov/COVID19)



06/26/2020

## كيف ينتشر؟

ينتشر الفيروس في معظم الأحيان من شخص مصاب إلى أشخاص آخرين عن طريق:

- ينتشر رذاذ الإفرازات التنفسية في الهواء عن طريق السعال والعطس
- اتصال شخصي قريب بشخص مصاب، مثل اللمس أو المصافحة بالأيدي
- لمس شيء أو سطح عليه الفيروس، ثم لمس فمك أو أنفك أو عينيك قبل غسل يديك

## الأعراض

يعاني المرضى الذين تأكد إصابتهم بالعدوى من مرض تنفسي تتراوح شدته من خفيف إلى حاد مصاحب بأعراض:

- الحمى
- السعال
- ضيق في التنفس
- سيلان الأنف
- فقدان حاسة الشم / التذوق
- التهاب الحلق
- الإسهال

إذا كنت تعاني من هذه الأعراض، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية.

احرص على الاتصال مسبقًا قبل الذهاب إلى مكتب طبيبك أو قسم الطوارئ لمنع أي انتشار محتمل.