

# تقرير كورونا فيروس المستجد كوفيد-19 من ("RHCP") شراكة المجتمع الصحي بروتشيستر

تقرير الحالة (اعتبارًا من أبريل 27, 2020)

مقاطعة أولمستيد : 251 حالة

مينيسوتا: 4,181 حالة

الولايات المتحدة الأمريكية: 957,875 حالة ( أبريل 26, 2020)

(المرجع: مينيسوتا دائرة الصحة MN, مراكز مكافحة الأمراض واتقائها CDC)

أوقف الإنتشار

إستخدم غطاء من القماش للوجه في الأماكن العامة.

قم بتغطية فمك عند السعال أو العطاس.

إغسل يديك بالماء والصابون أو قم بإستخدام معقم اليدين بشكل متكرر.

حافظ على التباعد الإجتماعي الخاص بك – ابقَ على بعد 6 أقدام من الآخرين.

تمت الإجابة على أسئلتك

1. من الذي يجب عليه أن يرتدي قناع/غطاء من القماش للوجه؟

- يجب على الجميع ارتداء غطاء للوجه من القماش عند الخروج في الأماكن العامة أو عندما يكون الناس في بيئة مجتمعية، خاصة في الحالات التي قد تكون فيها بالقرب من الناس حيث يصعب الحفاظ على تدايير الإبتعاد الاجتماعي، على سبيل المثال في محلات البقالة.



قم بارتداء غطاء من القماش للوجه عند الخروج في الأماكن العامة.

ومع ذلك، لاينبغي وضع أغطية من القماش للوجه على المجموعات التالية من الناس:

- الأطفال الصغار من هم أصغر من سنتين 2
- أي شخص لديه صعوبة في التنفس
- أي شخص فاقد للوعي، عاجز أو غير قادر على إزالة القناع دون مساعدة

## 2. لماذا يستحسن ارتداء القناع أو غطاء من القماش للوجه؟

- ينتشر الفيروس المسبب لفيروس كورونا المستجد كوفيد-19 بشكل رئيسي من شخص إلى شخص من خلال قطرات الجهاز التنفسي التي تنتج عندما يسعل الشخص المصاب أو يعطس أو يتحدث. وينتشر بين الناس الذين هم على اتصال وثيق مع بعضهما البعض.
- أظهرت الدراسات مؤخرًا أن فيروس كورونا المستجد كوفيد-19 يمكن أن ينتشر من أناس لا تظهر عليهم أعراض.
- يهدف ارتداء غطاء من القماش للوجه إلى حماية الناس من حولك إذا كنت مصابًا ولكن لم يكن لديك أعراض.
- الغطاء من القماش لا يحل محل الابتعاد الاجتماعي على الأقل 6 أقدام وغسل اليدين لمنع انتشار فيروس كورونا كوفيد-19.
- لا يزال الابتعاد الاجتماعي الذي يبلغ طوله 6 أقدام أمرًا بالغ الأهمية لإبطاء انتشار الفيروس.

## 3. ماهو الفرق بين الأقنعة الجراحية ، N-95 أجهزة التنفس و الأقنعة البديلة/الأغطية القماشية للوجه؟

- يتم تنظيم الأقنعة و أجهزة التنفس N-95 من قبل وكالة فدرالية؛ يجب أن يكون استخدامها محجورًا للعاملين في مجال الرعاية الصحية أو غيرهم من المسعفين الطبيين الفوريين.
- الأقنعة البديلة أو الأغطية القماشية للوجه، والتي يمكن أن تكون مصنوعة في المنزل من المواد الشائعة (مثل القميص أو قطعة من القماش) يقلل من احتمال نقل الفيروس من قبل مرتديها. فهي تحمي الناس من حولك إذا كنت مصابًا ولكن لا تظهر عليك علامات المرض.

## 4. ماهي الطريقة المناسبة لارتداء القناع/غطاء من القماش للوجه؟

- يجب على الأغطية القماشية للوجه أن تكون مناسبة بشكل مريح ضد جانب الوجه، وتكون مثبتة عن طريق المطاط أو ربطة على الأذن. يجب أن تغطي الفم والأنف، والسماح للتنفس دون صعوبة.
- يجب على الأفراد تنظيف أيديهم بالماء والصابون أو استخدام مطهر اليدين قبل وضع غطاء الوجه ومباشرة بعد إزالة الغطاء.
- يجب على الأفراد أن يحرصوا على عدم لمس أعينهم أو أنفهم أو أفواههم عند وضع أو إزالة الأغطية من على الوجه.
- يجب غسل الأغطية القماشية للوجه بشكل روتيني.
- يمكن الاطلاع على التعليمات على الموقع الإلكتروني لمنظمة الصحة العالمية <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks>

## 5. كيف يمكنني صنع القناع الخاص بي؟

- إنه من السهل أن تصنع الأقنعة للوجه. التعليمات متاحة على الموقع الإلكتروني لمراكز مكافحة الأمراض واتقائها ("CDC")

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/DIY-cloth-face-covering-instructions.pdf>.

أنت، الناس في المجتمع، في الصفوف الأمامية لوقف فيروس كورونا المستجد كوفيد-19. بالحفاظ على نظافة اليدين، النظافة والتعقيم. بالتباعد الاجتماعي. بالبقاء في المنزل. كلنا في هذا معاً. سوف نتعافى كشخص واحد