

ما هي أعراض المرض؟

يمكن لفيروس كورونا ان يصيب الاشخاص وان يسبب لهم العديد من الامراض: واكثر علامات الإصابة هي الحمى والسعال والتهاب الشعب التنفس. كما ويمكن أن يسبب فيروس كورونا، في حالات الإصابة الشديدة، الالتهاب الرئوي. ومن أجل ابطاء انتشار الفيروس والتخفيف من أعباء الأطباء والمستشفيات، وبالتالي الاستمرار في تحقيق إمكانية تقديم الرعاية الجيدة لجميع الأشخاص فانه **يجب** على الجميع في الوقت الحالي الالتزام ببعض الإجراءات.

كيف تحمون انفسكم من الإصابة؟

يجب عليكم البقاء في البيت.


إلا عندما

- ✓ تكونوا مجبرين للذهاب الى العمل (يرجى التحدث مع صاحب العمل).
- ✓ ينبغي عليكم التسوق ، أو الذهاب إلى الصيدلية ، أو إلى جهاز الصراف الآلي ، إلخ.
- ✓ أنتم تساعدون شخصًا يحتاج إلى مساعدة.
- ✓ ترغبون القيام بنزهة قصيرة.

إذا اضطررتم لمغادرة منزلكم، فابتعدوا مسافة متر واحد على الأقل عن الأشخاص الآخرين. وهذا ينطبق أيضًا أثناء التنقل بواسطة وسائل النقل العام مثل الحافلات والترام.

الممنوعات؟

- ✗ اماكن اللعب والحدائق والملاعب الرياضية والأماكن العامة المغلقة
- ✗ يمنع التجمهر باعداد كبيرة في الهواء الطلق.
- ✗ يُحظر أيضًا التجمهر للاحتفال بالاعيد (مثل عيد نوروز، فهذا ممنوع ايضاً).
- ✗ عدم زيارة الأصدقاء وأفراد الأسرة.

 في حالة تجاهل وعدم الالتزام بالمحظورات، يمكن للشرطة فرض غرامات باهظة.

من هم الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بالمرض؟

- كبار السن (أكثر من 60)
- الأشخاص من جميع الأعمار الذين يعانون من أمراض مثل ارتفاع ضغط الدم والسكري والسرطان أو أمراض الرئة أو القلب.
- ✗ لا تزور كبار السن والاشخاص المرضى.
- ✗ لا تسمحوا لأطفالكم الاختلاط مع الأجداد أو كبار السن.

كيف يمكن لكم حماية انفسكم بشكل أفضل من الفيروس؟

- ✗ لا مصافحة ولا عناق ولا تبادل للقبلات
- ✗ تجنبوا الاتصال بالأشخاص الذين يسعلون و / أو يعطسون
- ✓ غسل اليدين بالصابون بشكل متكرر
- ✓ ضعوا كوع المرفق أمام فمكم عند العطس أو السعال

كيف يمكن لكم التحدث مع الأصدقاء وأفراد الاسرة؟

- ✓ اتصلوا بالأصدقاء أو بأفراد الاسرة هاتفياً. 📞
- ✓ اكتبوا لهم الرسائل، كما ويمكنكم استخدام الرسائل الصوتية أو WhatsApp 📱
- ✓ أرسلوا لهم الصور عبر البريد الإلكتروني 📧

من يقدم لكم المساعدة في حالة الإصابة بالمرض؟

- ✓ في حالة التعرض للحمى والسعال: اتصلوا بطبيب العائلة! 📞
- ✓ في حالة وجود أعراض مُشابهة فيها (الحمى أو السعال أو ضيق في التنفس) إتصلوا برقم هاتف الطوارئ الصحية 📞 1450
- ✓ للحصول على معلومات عامة عن فيروس الكورونا يرجى الاتصال برقم الهاتف 📞 : 0800 555 621
- ✗ لا تذهبوا الى المستشفى أو الى طبيب العائلة !

ماذا يعني الحجر الصحي؟

في حالة إصابتكم بفيروس كورونا ، **فيجب** عليكم الحجر الصحي.

والحجر الصحي يعني = **يجب** عليكم البقاء في المنزل لمدة 14 يوماً.

كما وينبغي العمل وفقاً لقواعد النظافة الصحية.

حتى وان لا تعانيوا من مشاكل صحية، فانه ينبغي عليكم البقاء في الحجر الصحي (البيت).

- ✓ يجب فصل مكان تواجد الشخص المريض
- ✓ المراقبة الذاتية: قياس الحمى مرتين في اليوم ، وكتابة الأعراض يومياً (السعال والحمى وما إلى ذلك)
- ✓ اطلبوا من الأقارب والجيران الذهاب للتسوق - إذا لم يكن ذلك ممكناً ، فستساعدكم البلدية أو فريق من المتطوعين
- ✓ الحصول على الرعاية والمشورة الطبية عن طريق الاتصال الهاتفي مع طبيب الأسرة 📞
- ✓ الطبيب الرسمي هو المسؤول عن إنهاء الحجر الصحي.

وإن كنتم على اتصال بشخص مصاب بالمرض، فانه **يجب** عليكم البقاء لمدة 14 يوماً في البيت.

✗ **عدم الذهاب الى العمل** ✗ **عدم الذهاب للتسوق** ✗ **عدم الذهاب للتنزه** ✗ **عدم مساعدة الآخرين**

فأنتم بهذا ستحمون ليس فقط انفسكم بل وكل من حولكم من خطر الإصابة بهذا المرض!

الرابط ذو الصلة بالموضوع :

<https://www.integrationsfonds.at/coronainfo/>

المصادر

Gesundheit.gv.at

Gesundheitsministerium

ORF/WHO

Robert Koch Institut

Österreichisches Rotes Kreuz