



# مرض فيروس كورونا 2019 (COVID-19)

## كيف يمكن لمقدمي الرعاية الصحية حماية أنفسهم

### اتبع هذه الممارسات الجيدة

- اغسل يديك بالصابون أو افرك يديك بمُعقّم لليدين لمدة لا تقل عن ٤٠ ثانية:
- قبل التعامل مع مريض.
- قبل البدء في أي إجراءات تتطلب النظافة والتعقيم.
- بعد التعرض لسوائل الجسم التي قد تُمثّل خطرًا.
- بعد التعامل مع المرضى والبيئة المحيطة بهم.
- قبل ارتداء معدات الوقاية الشخصية وبعد نزعها.



ارتدِ كمامة طبية أثناء التعامل الروتيني مع المرضى المصابين بأعراض تنفسية حادة.



اتبع ممارسات النظافة التنفسية داخل مرافق الرعاية الصحية، بتغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس، وشجع الآخرين على ذلك.



أبلغ السلطات المعنية بمرضك على الفور، إذا بدأت في السعال أو العطس أو الشعور بالحمى بعد تقديم الرعاية لمريض مشتبّه في إصابته بالمرض.



عند القيام بإجراء خاص، مثل التّئيب، ارتدِ:

- رداء طويل الأكمام.
- قفازات.
- نظارات واقية للعينين.
- كمامة مرشحة للجسيمات، مثل كمامة N95.

