

# حقائق عن الكورونا

- فيروس الكورونا يخرج مع الرزاز المصاحب للكحة والعطس ولذلك يجب على الفرد أن يعطس أو يكح في منديل و يرميه في سلة مغلقة أو في كوعه حتى لا ينتشر في الهواء ومن تجده يكح أو يبعطس في الهواء الطلق مفيش مانع تسيبله ذكرى أسفل رأسه من الخلف أو كلمتين في العضم - الفيروس يفضّل في الهواء أربعة ساعات فأكثرأى ممكن حد يعطس أو يكح في مكان و يمشى منه حد تانى فياخذ العدوى خلال مدة وجوده - مدد بقاء الفيروس على الأسطح تصل الى ٣ أيام، علشان كده لازم نقلل ملامسة الأسطح ونغسل الأيدي بالماء والصابون باستمرار - فترة حضانة الفيروس تصل إلى ١٤ يوم (وممكن أكثر) خلال الفترة دي الشخص المصاب قد لا تظهر عليه أى أعراض إنما ممكن يعدى الى حواليه - الحل لازم تقعد في البيت - ولو لازم تخرج ابعده عن أى تجمعات أو زحام قدر الإمكان ، لو متأكد إنك مش هتعرف تعمل كده يبقى تلبس كمامة - غسل اليدين بالماء والصابون عشرين ثانية مهم جداً للتخلص من الفيروس - لو شاكك لا قدر الله إنك أخذت العدوى، اعزل نفسك في البيت أسبوع على الأقل ومتنزلش إلا لو الوضع تدهور و لازم رعاية طبية عاجلة



# فيروس كورونا

الفيروس ترابى و ليس هوائى بمعنى ينتقل عن طريق :  
اللمس ، المصافحة ، العناق ، التقبيل ، السعال ، العطس  
أعراضه : الحمى ، صعوبة التنفس ، السعال ، الحرارة المرتفعة  
تدابير الوقاية : غسل اليدين بالصابون عشرون ثانية بانتظام  
ممارسات النظافة التنفسية من استعمال ماسكات وقفازات  
تجنب لمس العينين والأنف والضم والأسطح - التغذية الجيدة  
عدم الاقتراب من الناس وعدم المصافحة والعناق والتقبيل

## أعراض الكورونا

4 القيء  
والإسهال



1 الحمى  
وارتفاع درجة  
الحرارة



5 سيلان  
الأنف



2 السعال



6 التهاب  
الحلق



3 ضيق النفس  
والإجهاد العام



تتدرج حدة الأعراض  
وفقاً لنوع الفيروس وجيله