



ما يجب أن تعرفه عن COVID-19

تم التحديث **20/28/12** ستقوم BPHC بتحديث هذه المعلومات حالما تتوفر معلومات جديدة.

ما هو COVID-19؟

COVID-19 هو مرض تنفسي جديد يسببه فيروس كورونا جديد لم يراه البشر من قبل. كيف ينتشر COVID-19؟

ينتشر COVID-19 بسهولة من شخص لآخر، من خلال الاتصال الوثيق (حوالي 6 أقدام أو ذراعين) مع شخص مصاب بـ COVID-19. ينتشر من خلال قطرات الجهاز التنفسي التي تنتج عندما يتنفس الشخص المصاب، يسعال، يعطس، يتحدث أو يغني. يمكن للأشخاص المصابين أن ينشروا COVID-19 لمدة تصل إلى 48 ساعة قبل ظهور الأعراض عليهم. العديد من الأشخاص المصابين لا تظهر عليهم الأعراض ولكن لا يزال بإمكانهم نشر COVID-19.

ما هي علامات وأعراض COVID-19؟

- حمى أو قشعريرة
- سعال
- ضيق في التنفس أو صعوبة في التنفس
- إعياء
- آلام في العضلات أو الجسم
- صداع الرأس
- فقدان حاسة التذوق أو الشم
- التهاب الحلق
- احتقان أو سيلان الأنف
- الغثيان أو القيء
- إسهال

ما هو خطر إصابتك بمرض شديد؟

يعتبر بعض الأشخاص أكثر عرضة للإصابة بالمرض الشديد من COVID-19. هذا يشمل:

- كبار السن
- الأشخاص الذين يعانون من ظروف صحية أساسية، بما في ذلك على سبيل المثال لا الحصر، أمراض الكلى المزمنة، مرض الانسداد الرئوي المزمن، ضعف جهاز المناعة، أمراض القلب، السكري، السمنة ومرض فقر الدم المنجلي

متى يجب أن تخضع للاختبار؟

احصل على الاختبار إذا:

- كنت تعاني من أعراض تشبه أعراض COVID
- أنت في خطورة عالية للإصابة بمضاعفات من COVID-19
- كنت على اتصال بشخص مصاب بفيروس COVID-19
- لقد سافرت أو كنت في تجمعات كبيرة
- لقد اجتمعت مع أناس لا يعيشون في منزلك

الاختبار متاح على نطاق واسع في مدينة بوسطن. إذا كنت مهتمًا بالوصول إلى اختبار COVID-19، فراجع مواقع اختبار المدينة هنا. الاختبار في مواقع المتحركة مجاني ومتاح لأي شخص، بغض النظر عن الأعراض أو التغطية التأمينية.

ماذا يجب أن تفعل إذا كنت مريضاً أو تعتقد أنك مصاب بـ COVID-19؟

- قم باختبار!
- ابقى في المنزل، إلا للحصول على الرعاية الطبية.
- افصل نفسك عن الأشخاص الآخرين في منزلك لمنع إصابتهم بالمرض.
- إذا اضطررت إلى ترك العزلة، ارتدِ قناعاً، وابقَ بعيداً عن الآخرين بمقدار 6 أقدام، واغسل يديك كثيراً، ونظف جميع الأسطح التي تم لمسها.
- حتى إذا كنت لا تشعر بالمرض، يمكنك نقل COVID-19 للآخرين.
- إذا كنت بحاجة إلى الذهاب إلى مكتب مقدم الرعاية الصحية أو غرفة الطوارئ، فاتصل مسبقاً لإخبارهم بأنك مصاب بـ COVID-19 وأخبرهم بأعراضك. البس قناعاً.

متى تطلب العناية الطبية الطارئة:

إذا كنت تعاني من أي من هذه الأعراض، فاتصل برقم 911 على الفور:

- صعوبة في التنفس
- ألم أو ضغط مستمر في الصدر
- ارتباك جديد
- زرقة الشفاه أو الوجه
- عدم القدرة على الاستيقاظ أو البقاء مستيقظاً