

للمزيد من المعلومات حول مرض نوفل كورونا فيروس ٢٠١٩ قم بزيارة الموقع الإلكتروني www.coronairus-sd.com إذا كان لديك أسئلة متعلقة بالصحة، اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك. للأسئلة العامة حول كورونا فيروس او معلومات عامة تخص موارد المجتمع، اتصل على 1-2-1.



COVID-19 كورونا فيروس دليل التطهير

كورونا فيروس ٢٠١٩ هو مرض تنفسي يمكن أن ينتشر من شخص لآخر. الفيروس الذي يسبب كورونا فيروس ٢٠١٩ هو فيروس جديد تم تحديده لأول مرة أثناء التحقيق في تفشي المرض في ووهان ، الصين. الاعراض تتضمن حمى، سعال وصعوبة التنفس / ضيق التنفس. كورونا فيروس ٢٠١٩ ينتشر بين الأشخاص الذين هم على اتصال وثيق ببعضهم البعض (في حدود 6 أقدام / 2 متر)، من خلال قطرات الجهاز التنفسي التي تنتج عندما يسعل أو يعطس المصاب، لمس الأشياء الملوثة بالفيروس ثم لمس عينيك وأنفك وفمك بأيدي غيرمغسولة

المطهرات الفعالة

للأسطح الغير المسامية ، محاليل التبييض المنزلية والمحاليل الكحولية المخففة بنسبة 70٪ على الأقل من الكحول من المعروف أنها فعالة استخدم قاعدة بيانات المنتجات المسجلة لوكالة حماية البيئة أدناه. تأكد من اتباع تعليمات الشركة المصنعة للتطهير السليم والمناولة الآمنة استخدم المطهرات في مناطق جيدة التهوية

للمطهرات المعتمدة والفعالة ضد الكورونا فيروس، يرجى زيارة الموقع الإلكتروني: <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>

في حالة استخدام مبيض الكلور المنزلي:

1. اغسل الأسطح غير المسامية (مقابض الأبواب والعدادات والأحواض (والمراحيض وما إلى ذلك).
2. اصنع محلول مبيض عن طريق خلط 1/3 كوب مبيض في 1 جالون من الماء
3. امسح السطح بمحلول التبييض. اسمح بوقت اتصال مناسب حسب توجيهات المنتج
4. شطف بالماء واترك الهواء يجف



الاسطح التي يتوجب تعييمها باستمرار

- عدادات
- مقابض الأبواب
- لوحات تشغيل الضوء
- سطح غرف المراحيض
- الهواتف
- لوحة مفاتيح وفأرة الحاسوب
- الطاولات والكراسي
- الاسوار
- أجهزة التحكم
- الالات الحاسبه
- الكراسي المتحركة / المشايات
- معدات الاستحمام
- كراسي الاطفال المرتفعة
- أسطح المطبخ
- زجاجات بهار

لمنع انتشار المرض

- ✓ اغسل يديك كثيرًا وحسب الحاجة ، بما في ذلك
 - ✓ بعد نفخ الأنف أو السعال أو العطس
 - ✓ بعد استخدام الحمام
 - ✓ قبل الأكل أو تحضير الطعام
 - ✓ بعد ملامسة الحيوانات أو الحيوانات الأليفة
- ✓ إذا لم يتوفر الماء والصابون استخدم معقم اليدين الكحولي الذي يحتوي على الاقل نسبة ٦٠ % من الكحول
- ✓ تجنب لمس العيون أوالانف أوالفم بأيدي غير مغسولة
- ✓ تنظيف وتطهير الأسطح التي تلمس بشكل متكرر
- ✓ اذا كنت مريضًا ابق في المنزل وحافظ على بعدك من الاخرين لحمايةهم من المرض أيضا
- ✓ غطِّ سعالك أو عطسك بالمناديل الورقية ثم ارمي المناديل المستعملة في سلة المهملات
- ✓ مارس عادات صحية أخرى جيدة، احصل على قسط وافر من النوم كن نشطا بدنيا، تحكم في ضغوطك، اشرب الكثير من السوائل وتناول الطعام المغذي



عملية غسل اليدين

تدرب على غسل اليدين بشكل صحيح بغسل اليدين والاذرعة جيدًا بالماء الدافئ والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل؛ شطف جيدا بالماء الجاري النظيف وتجفيف اليدين والذراعين بشكل صحيح. تأكد من نشر لافتات غسل اليدين في المواقع المناسبة

مصادر إضافية

- مستجدات كورونا فيروس ٢٠١٩ في مقاطعة سان دييغو:
<https://www.coronavirus-sd.com>
- إرشادات تطهير إضافية من مركز السيطرة على الأمراض يمكن العثور عليها هنا
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/home/cleaning-disinfection.html>