

# فهم كوفيد-19 والإنفلونزا والفيروس المخلوي التنفسي

## كوفيد-19

### السبب له:

فيروس كورونا 2 المرتبط  
بالمتلازمة التنفسية الحادة  
الشديدة (SARS-CoV-2)

### ينتقل عبر:

الرذاذ المتطاير أثناء التنفس والهواء في الأماكن المغلقة



### المرض:

يبدأ خلال 1-4 أيام من المخالطة

### مُعد:

يوماً قبل بدء ظهور الأعراض و10 أيام (حتى 20 يوماً) بعد ظهور الأعراض. عمل اختبار بعد 5 أيام في مخالطة أحد المصابين.

### المضاعفات:

- الجلطات الدموية
- متلازمة التهاب الأجهزة
- المتعددة لدى الأطفال
- (MIS-C) ولدى
- البالغين (MIS-A)

## كلاهما

### الاختبار:

بإمكان مقدم الرعاية الصحية إجراء الاختبار لكل من الفيروس المخلوي التنفسي وكوفيد-19



## كلاهما الأعراض

- آلام الجسم
- فقدان التنوع والشم
- صعوبة في التنفس

قد لا تظهر أي أعراض

**المضاعفات:** الالتهاب الرئوي، من بين مضاعفات أخرى\*، بما في ذلك الوفاة.

## الثلاثة جميعها

### ينتقل عبر:

الرذاذ المتطاير أثناء التنفس

### الأعراض:

- صعوبة في التنفس
- التهاب الحلق
- سيلان الأنف
- السعال
- الحمى
- الصداع
- التعب

### الوقاية: خذ اللقاح!



## الإنفلونزا

السبب له: فيروس الأنفلونزا

ينتقل عبر: الرذاذ المتطاير أثناء التنفس

### المرض:

يبدأ خلال 1-4 أيام من المخالطة



### مُعد:

يوم واحد قبل بدء ظهور الأعراض وحوالي 7 أيام بعد بدء المرض.

## كلاهما

### المضاعفات:

يمكن أن يؤدي إلى أمراض أخرى، مثل الالتهاب الرئوي.

### الأعراض: العطس

## الفيروس المخلوي التنفسي

### ينتقل عبر:

الرذاذ المتطاير أثناء التنفس

### السبب له:

الفيروس المخلوي التنفسي

### المرض:

يبدأ خلال 4 إلى 6 أيام بعد المخالطة



### مُعد:

يوم إلى يومين قبل بدء الأعراض و3-8 أيام قبل بدء المرض

• توقف التنفس

• تحول لون اللسان أو الشفتين أو الجلد إلى الرمادي أو الأزرق

• حمى في المواليد أقل من 3 أشهر

## الوقاية:



الالتزام بالتباعد الاجتماعي/الجسدي



خذ اللقاح



وضع غطاء على الوجه



تنظيف الأسطح وتطهيرها مراراً



غسل اليدين مراراً وتجنب لمس الوجه



تغطية الفم والأنف أثناء السعال والعطس



البقاء في المنزل عند التعرض للمرض