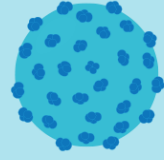




الإنفلونزا



المسبب:
فيروس الإنفلونزا

ينتقل من خلال:
قطرات التنفس



المرض:
يبدأ بعد 1-4 أيام من التعرض

مُعدي:
يوم واحد قبل ظهور الأعراض وحوالي 7 أيام بعد بدء المرض



الوقاية:
لقاح الإنفلونزا

كلاهما

ينتقل من خلال:
الرذاذ التنفسي من شخص مصاب

الأعراض:

- حمى
- سيلان الأنف
- آلام في الجسم
- صعوبة في التنفس
- صداع
- إعياء
- التهاب الحل

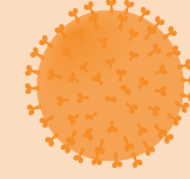
من الممكن عدم ظهور أي أعراض

المضاعفات:

الالتهاب الرئوي، من بين أمور أخرى*،
بما في ذلك الوفاة

الوقاية:

كوفيد-19



المسبب:
فيروس سارس-كوف-2
(SARS-CoV-2)

ينتقل من خلال:
الرذاذ التنفسي والهواء في الأماكن المغلقة

المرض:
يبدأ بعد 2-14 يومًا من التعرض

الأعراض:

• فقدان لحاسة التذوق أو الشم

مُعدي:
يومان قبل ظهور الأعراض و 10 أيام
(بعد أقصى 20 يومًا) بعد ظهور الأعراض

المضاعفات:

- التجلطات الدموية
- متلازمة الالتهابات متعددة الأجهزة في الأطفال (MIS-C) وفي البالغين (MIS-A)



ابق في المنزل إذا كنت مريضًا



قم بتغطية فمك عند السعال أو العطس



تجنب لمس وجهك



قم بغسل يديك



نظف واطهر الأسطح التي كثيرًا ما تلمسها



ارتد غطاء الوجه



مارس التباعد الاجتماعي / البدني

***المضاعفات:** الالتهاب الرئوي والفشل التنفسي ومشاكل القلب وفشل الأعضاء وازدياد سوء الحالات الطبية المزمنة والتهاب القلب أو الدماغ أو الأنسجة العضلية.