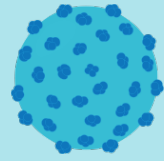




# فهم الإنفلونزا وكوفيد-19

## 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  
لقاح الإنفلونزا

## كلاهما

**ينتقل من خلال:**  
الرذاذ التنفسي من شخص مصاب

**الأعراض:**

- حمى
- سيلان الأنف
- صعوبة في التنفس
- صداع
- إعياء
- فقدان لحاسة التذوق أو الشم (أكثر شيوعًا مع كوفيد-19)

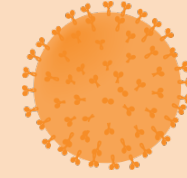
من الممكن عدم ظهور أي أعراض

**المضاعفات:**

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

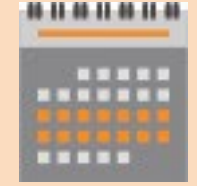
**الوقاية:**

## كوفيد-19



**المسبب:**  
فيروس سارس-كوف-2  
(SARS-CoV-2)

**ينتقل من خلال:**  
الرذاذ التنفسي والهواء في الأماكن المغلقة



**المرض:**  
يبدأ بعد 1-4 أيام من التعرض

**مُعدي:**  
يومان قبل ظهور الأعراض و 10 أيام (بعد أقصى 20 يومًا) بعد ظهور الأعراض  
اختبر بعد 5 أيام ، إذا تعرضت

**المضاعفات:**

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

**الوقاية:**  
لقاح كوفيد-19



احصل على اللقاح!



مارس التباعد الاجتماعي / البدني

ارتد غطاء الوجه

نظف وطهر الأسطح التي كثيرًا ما تلمسها

اغسل يديك كثيرًا وتجنب ملامسة وجهك

قم بتغطية فمك عند السعال أو العطس

ابق في المنزل إذا كنت مريضًا

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