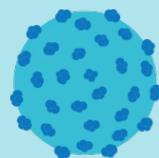




فهم الإنفلونزا وكوفيد-19

الإنفلونزا



المسبب:
فيروس الإنفلونزا

ينتقل من خلال:
قطيرات التنفس



المرض:
يبدأ بعد 1-4 أيام من التعرض

مُدّي:
يوم واحد قبل ظهور الأعراض و حوالي 7 أيام
بعد بدء المرض



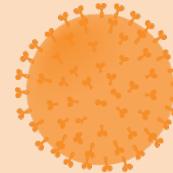
الوقاية:
لِقَاح الإنفلونزا
لِقَاح الإنفلونزا



اغسل يديك كثيّراً وتجنب ملامسة وجهك

قم بتغطية فمك عند السعال أو العطس ابق في المنزل إذا كنت مريضاً

كوفيد-19



المسبب:
فيروس سارس-كوف-2
(SARS-CoV-2)

ينتقل من خلال:
الرذاذ التنفسى والهواء في الأماكن المغلقة



المرض:
يبدأ بعد 1-4 أيام من التعرض

مُدّي:
يومان قبل ظهور الأعراض و 10 أيام
(بحد أقصى 20 يوماً) بعد ظهور الأعراض
اختر بعد 5 أيام ، إذا تعرضت

المضاعفات:
• التجلطات الدموية
• متلازمة الالتهابات متعددة الأجهزة في

الأطفال (MIS-C) وفي البالغين (MIS-A)



الوقاية:
لِقَاح كوفيد-19



نظف وطهر الأسطح التي كثيّراً ما تلمسها



ارتد غطاء الوجه



مارس التباعد الاجتماعي / البدني

