

In partnership with



Government
of South Australia

SA Health



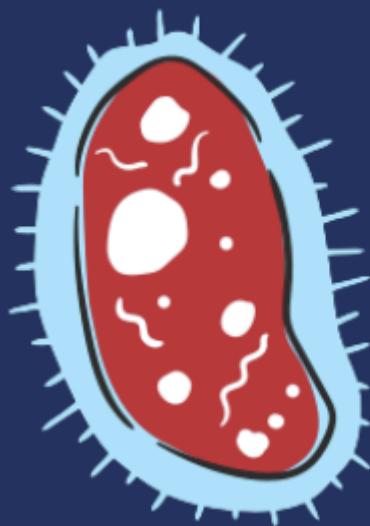
AUSTRALIAN
multicultural
foundation

ARABIC

دزمنة معلومات خاصة بالحالات الطارئة

كوفيد - ١٩

فيروس كورونا المستجد



إن «كوفيد-19» مرض مُعد سببه فيروس كورونا المستجد، وهو فيروس من عائلة كورونا فيروس الذي يسبب أمراضًا عدّة ابتداءً من الزكام الشائع حتى تصل إلى المزيد من الأمراض الأشد خطورة.

أعراض المرض



قلل من تعريض نفسك للخطر



ماذا عليك أن تفعل



Reduce Your Risk

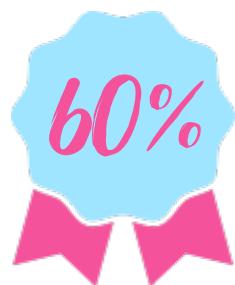


أغسل يديك باستمرار لمدة لا تقل عن 20 ثانية، خاصةً بعد الخروج من المرحاض، أو بعد التمثّط ولمسك للمنديل المستعمل.

استعمل مطهر اليدين (Hand sanitizer) الذي يحتوي على أكثر من 60% من الكحول.



تجنب لمس وجهك.



غط فمك وأنفك بكتو عك عندما تسعل أو تعطس.



أليس القناع المخصص لتغطية الفم والأنف
إذا كنت مريضاً أو عندما تخرج من المنزل.



إلزم منزلك إلا عند الضرورة للخروج. إذا خرجم من المنزل إبق على مسافة مترين (1.5¹⁾ على الأقل من الأشخاص الآخرين.



إمسح الأسطح التي يتم لمسها باستمرار مثل مغاسل الحمام وطاولات المطبخ.



تابع ممارسة عاداتك الصحية: قم بالتمارين الرياضية، إشرب ماء واخلد إلى النوم الطويل.

أعراض مرض كوفيد-19

الإنفلونزا	الزكام	كوفيد-19	الأعراض
ظهور الأعراض بشكل مفاجئ	ظهور الأعراض بشكل تدريجي	تتراوح الأعراض ما بين طفيفة وخطيرة	 حمى / حرارة عالية
شائع	نادرًا	شائع	 سعال
شائع	شائع	أحياناً	 آلام الحنجرة
لا	لا	أحياناً	 ضيق النفس
شائع	أحياناً	أحياناً	 الإرهاق
شائع	لا	أحياناً	 أوجاع وألم
شائع	شائع	أحياناً	 صداع
أحياناً	شائع	أحياناً	 سيلان أو انسداد الأنف
أحياناً، خاصة عند الأطفال	لا	نادرًا	 إسهال
لا	شائع	لا	 العطس



Australian Government

معًا نستطيع المساعدة في وقف انتشار
الوباء والحفاظ على صحتنا
للمزيد من المعلومات بشأن فيروس كورونا كوفيد-19
زوروا موقع وزارة الصحة: health.gov.au



إذا كنت تشكو من أعراض خطيرة إتصل بالرقم ٠٠٠

CALL ٠٠٠

لتحصل على مساعدة طبية عاجلة



للحصول على المساعدة الطبية من الطبيب أو المستشفى، إتصل بهم في وقت مبكر من أجل تحديد موعد لزيارة.

خدمة كبار السن

إذا كنت أنت أو أي شخص تعرفه قد تجاوزت الستين سنة (٦٠) من العمر وأنت بحاجة إلى مساعدة مثل توصيل أغراض التسوق وأدواء، أو إذا كنت تحتاج إلى شخص تتحدث إليه بشأن الأوضاع الراهنة:

اتصل على هذا الرقم ٨٣٧٤ ٢٢٨٠

الجمعية الإسلامية في جنوب أستراليا - Islamic Society of South Australia

هل أنت بحاجة إلى مترجم؟

اتصل على الرقم:

١٣١ ٤٥٠

واطلب أحد المתרגمين الذين يتكلمون لغتك المفضلة