

Brief voor overige contacten (Arabisch)

معلومات للأشخاص الذين كانوا مع شخص مصاب بفيروس كورونا (كوفيد-19)

عزيزي السيد، عزيزتي السيدة،

تُمنح هذه المعلومات لأنك كنت مع شخص مصاب بفيروس كورونا (كوفيد-19).

يجب عليك الانتباه إلى صحتك بشكل جيد لمدة 14 يوما.

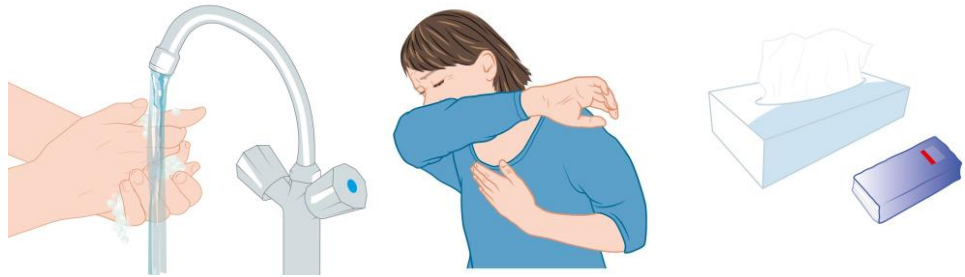
يمكن أن تكون مصابا بفيروس كورونا.

يمكن ان تصاب بشكاوى مثل:

- شكاوى الزكام مثل زكام الأنف، سيلان الأنف، العطاس، ألم الحلق
- السعال
- ضعف الشم أو التذوق فجأة
- صعوبة التنفس
- ارتفاع درجة الحرارة أو الحمى

يجب عليك الانتباه لمدة 14 يومًا بشكل جيد وعمل التالي:

السعال والعطاس في داخل مرفقك وغسل اليدين



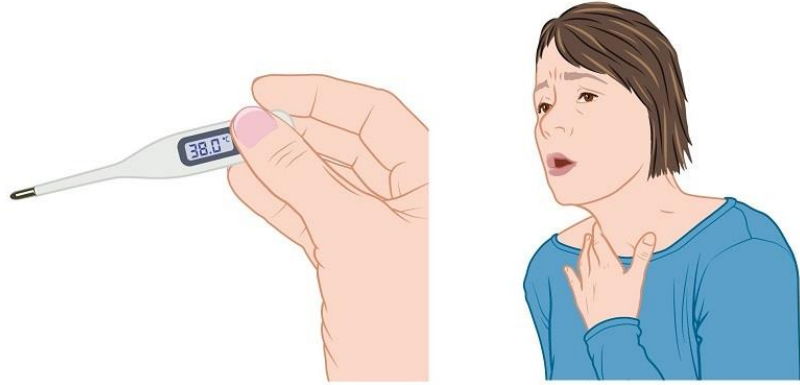
- اغسل يديك بانتظام بالماء والصابون. قم بذلك دائما:
 - بعد السعال والعطاس
 - بعد زيارتك للمرحاض
 - بعد التنظيف والترتيب
 - قبل الطبخ والأكل
- استخدم المناديل الورقية للسعال.
- إذا لم يكن لديك منديل ورقي، اسعل عندئذ في داخل مرفقك.
- استخدم المنديل لمرة واحدة فقط وارمه في سلة المهملات. اغسل يديك بعد ذلك.

اترك مسافة



- ابتعد عن الأماكن المزدحمة.
- ابق على مسافة 1,5 متر عن الآخرين.
- اعمل في المنزل بقدر الإمكان.

هل لديك شكاوى؟



- هل لديك شكاوى تشبه فيروس كورونا؟ اتصل عندئذ بمصلحة صحة البلديات GGD. يتم فحصك بالنسبة لفيروس كورونا إذا كان ذلك ضروريا. ابق في المنزل حتى ظهور النتيجة.
- يمكن أن تصاب بالأعراض التالية بالنسبة لفيروس كورونا.
 - شكاوى الزكام (زكام الأنف، سيلان الأنف، العطاس، ألم الحلق)
 - السعال
 - ضعف الشم أو التذوق فجأة
 - صعوبة التنفس.
 - ارتفاع درجة الحرارة أو الحمى لأكثر من 38 درجة.
- إذا كنت تعتقد أن لديك حمى، قم بقياس درجة حرارتك باستخدام محرار. يمكنك القياس عن طريق فتحة الشرج أو الأذن. تكون مصابا بالحمى إذا كانت درجة حرارتك 38 درجة مئوية أو أعلى.



هل أنت مريض جدا و تحتاج إلى مساعدة طبية؟ لا تذهب إلى طبيب العائلة أو المستشفى، بل اتصل هاتفيا مباشرة بطبيب العائلة الخاص بك.

إذا لم تصب بشكاوى بعد مرور 14 يوما اتبع عندئذ النصائح العامة ضد فيروس كورونا. أنظر على Rijksoverheid.nl للمزيد من المعلومات.

هل لديك أسئلة؟ اتصل عندئذ هاتفيا بمصلحة صحة البلديات في الجوار أو انظر فيروس كورونا كوفيد 19 على Rijksoverheid.nl.