

# التدابير الوقائية ضد فيروس كورونا لعمال البيوت



- (1) غسل اليدين بانتظام
- (2) استعمال القفازات والملابس الواقية
- (3) تجنب الإصابة عند العطس والسعال
- (4) إذا شعرت بأعراض اتصل بالرعاية الصحية فوراً



أعراض

كستيبيا إليون 900 222 000

نصائح استعمال القفازين  
والملابس الواقية

- استعمال قفازات

- رغم استعمالك للقفازات يجب عليك غسل يديك بانتظام وخصوصاً قبل لمس المواد الغذائية وكذلك الأدوية والأسطح التي تلامس اليدين أو الوجه أو الإنسان بصفة عامة

- ينصح استخدام قفازات للاستعمال مرة واحدة

- وإذا اضطر الشخص استعمال القفازات مرتين يجب عليه تطهيرهما قبل خلعهما

- غسل اليدين عند ازالته القفازات

كيف تغسل يدك بالماء والصابون ؟

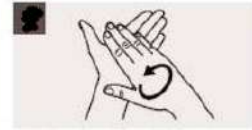
مدة الإجراء من 40 الى 60 ثانية



بلل يدك بالماء



ضع كمية من الصابون بحيث تغطي سطح اليد



باطن اليد بباطن اليد الأخرى



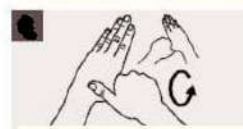
باطن اليد اليمنى على ظهر الأصابع وعكس اليد اليسرى مع التداخل



باطن اليد الأخرى مع تداخل الأصابع



ظهر الأصابع بباطن اليد الأخرى والأصابع مضمومة



الدلك الدائري للإبهام اليسرى ثم الأيمن



الدلك الدائري للأمام والخلف بأصابع اليد اليمنى بباطن اليد اليسرى والعكس



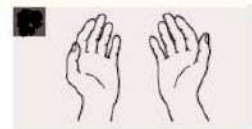
شطف اليدين بماء جاربي



تجفيف اليدين باستخدام فوطة نظيفة احادية الاستخدام



اغلق المياه باستخدام فوطة نظيفة احادية الاستخدام



يدك آمنة الان

Organización Mundial de la Salud  
Seguridad del paciente  
Alianza mundial en pro de una atención de salud más segura  
SALVE VIDAS  
Limpiese las manos



# تدابير العزل المنزلي (كوفيد-19)

## توصيات لافراد الأسرة

- > تجنب الاتصال المباشر مع الشخص المصاب. وخصوصا الأشخاص الذين يعانون من مشاكل صحية
- > حاول بقدر الإمكان انه شخص واحد يوفر العناية للمريض
- > غسل اليدين بالماء والصابون أو الكحول المعقم بعد اتصالك بالمريض
- > تنظيف الأسطح التي يتم لمسها من طرف المريض وتطهيرها يوميًا

إذا أراد المريض الخروج من الغرفة وجب عليه وضع الكمامة



الهاتف مشغل في حالة الطوارئ



يمكن استخدام محاليل التبييض المنزلية المخففة 10 سل في اللتر ماء

تهوية الغرفة جيدًا



من الأفضل ان يكون حمام خاص للمريض



من الأفضل ان تكون سلة القمامة تفتح بالأرجل



غلق الباب



تطهير وغسل أحصنة الأكل على درجة عالية



إذا أمكن الملابس وعناصر الاستعمال ان تضع في كيس لنقلها الغسالة وغسلها على درجة 60-90 درجة



تنظيف اليدين بشكل متكرر من 40-60 ثانية



## توصيات لتنظيف وتطهير المطبخ

1. ازالة الأوساخ وبقايا الأكل من المطبخ
2. نظف جيدا حاويات الأجهزة المنزلية وأدوات المطبخ باستخدام منتجات مطهرة
3. تنظيف سطح العمل بالماء الفاتر باستخدام منظف وقم بفركه، لا تقم بإزالته على الفور إتركه لمدة دقيقة أو دقيقتين ثم اشطفه بالماء الفاتر وأخيرًا قم بتجفيف السطح
4. لا تستخدم أدوات المطبخ الخشبية
5. قم من حين الى اخر بتغيير أدوات وقماش النظافة

## نصائح لتجنب العدوى

- في كل مرة يعطس شخص ما أو يسعل ، يجب ان يغطي فمه وأنفه
- قم بتنظيف الهاتف بشكل متكرر
- إذا كنا نعمل مع شخص أثبتت إصابتهم بفيروس كورونا ، فيجب عليهم ارتداء قناع وتزويد العامل بمعدات واقية.
- إذا كنا معرضين لخطر الإصابة بالعدوى ، فاتصل بالسلطات الصحية لإبلاغها بالحالة. لديك الحق في إيقاف نشاطك عندما يكون هناك خطر كبير على صحتك

