

# #CORONAVIRUS

Numeri utili in Trentino

Per informazioni di  
carattere tecnico/sanitario



Tutti i giorni dalle 8 alle 20

Solo per le emergenze



#Resta a casa, passo io



Tutti i giorni dalle 8 alle 20

ELASTIBUS, servizio  
di trasporto gratuito



Tutti i giorni dalle 8 alle 17,  
entro le ore 17 del giorno precedente

LAVATI SPESO LE MANI CON ACQUA E SAPONE O USA UN GEL A BASE ALCOLICA



NON TOCCARTI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI



EVITA LE STRETTI DI MANO E GLI ABRACCI FINO A QUANDO QUESTA EMERGENZA SARÀ FINITA



ALCUNE SEMPLICI RACCOMANDAZIONI PER CONTENERE IL CONTAGIO DA CORONAVIRUS

EVITA CONTATTI RAVVICINATI MANTENENDO LA DISTANZA DI ALMENO UN METRO



EVITA LUOGHI AFFOLLATI



COPRI BOCCA E NASO CON FAZZOLETTI MONOUSO QUANDO STARNUTISCI O TOSSISCI. ALTRIMENTI USA LA PIEGA DEL GOMITO



SE HAI SINTOMI SIMILI ALL'INFLUENZA RESTA A CASA,  
NON RECARTI AL PRONTO SOCCORSO O PRESSO GLI STUDI MEDICI, MA CONTATTA IL MEDICO DI MEDICINA GENERALE, I PEDIATRI DI LIBERA SCELTA, LA GUARDIA MEDICA O I NUMERI REGIONALI



[SALUTE.GOV.IT/NUOVOCORONAVIRUS](http://SALUTE.GOV.IT/NUOVOCORONAVIRUS)



Ministero della Salute



# #COVID19

## LE RACCOMANDAZIONI DA SEGUIRE



Lava spesso le mani con acqua e sapone o, in assenza, frizionale con un gel a base alcolica



Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani. Se non puoi evitarlo, lavati comunque le mani prima e dopo il contatto



Quando starnutisci copri bocca e naso con fazzoletti monouso. Se non ne hai, usa la piega del gomito



Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol



Copri mento, bocca e naso possibilmente con una mascherina in tutti i luoghi affollati e ad ogni contatto sociale con distanza minore di un metro



Utilizza guanti monouso per scegliere i prodotti sugli scaffali e i banchi degli esercizi commerciali



Evita abbracci e strette di mano



Evita sempre contatti ravvicinati mantenendo la distanza di almeno un metro



Non usare bottiglie e bicchieri toccati da altri



Ministero della Salute

1500

[www.salute.gov.it/nuovocoronavirus](http://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus)

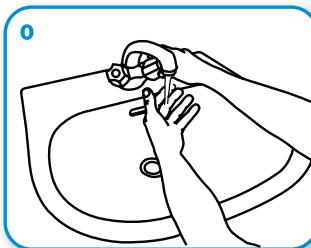
#RESTIAMO A DISTANZA

# Come lavarsi le mani con acqua e sapone?

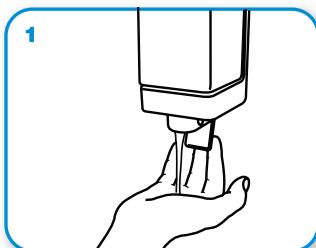
**LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!**



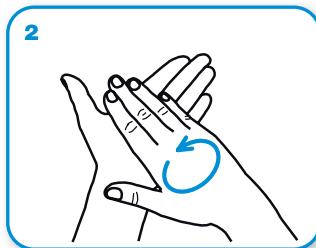
Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**



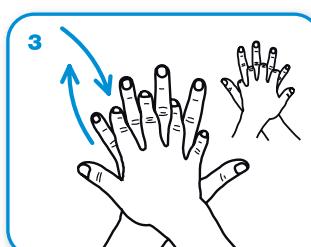
Bagna le mani con l'acqua



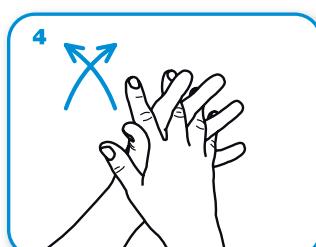
applica una quantità di sapone  
sufficiente per coprire tutta la  
superficie delle mani



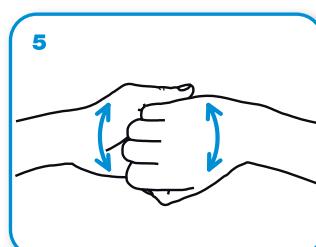
frizione le mani palmo  
contro palmo



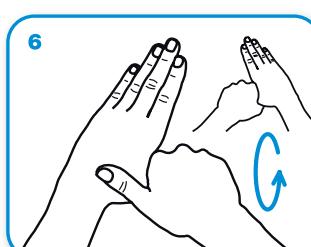
il palmo destro sopra il  
dorso sinistro intrecciando le  
dita tra loro e viceversa



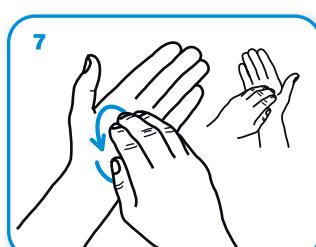
palmo contro palmo  
intrecciando le dita tra loro



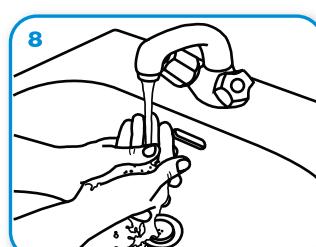
dorso delle dita contro il  
palmo opposto tenendo le  
dita strette tra loro



frizione rotazionale  
del pollice sinistro stretto nel  
palmo destro e viceversa



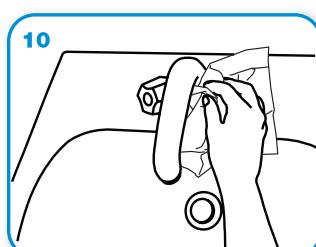
frizione rotazionale, in avanti  
ed indietro con le dita della  
mano destra strette tra loro  
nel palmo sinistro e viceversa



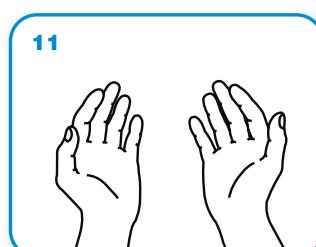
Risciacqua le mani  
con l'acqua



asciuga accuratamente con  
una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere  
il rubinetto



...una volta asciutte, le tue  
mani sono sicure.

# Come frizionare le mani con la soluzione alcolica?

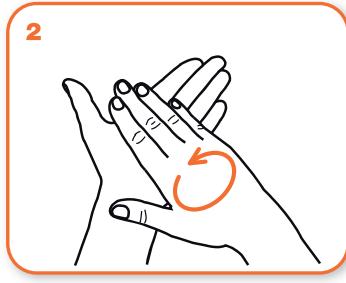
**USA LA SOLUZIONE ALCOLICA PER L'IGIENE DELLE MANI!  
LAVALE CON ACQUA E SAPONE SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE!**



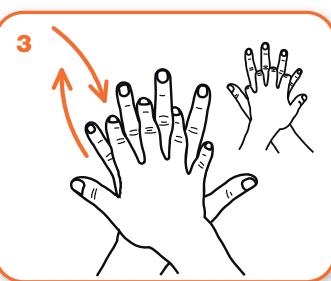
Durata dell'intera procedura: **20-30 secondi**



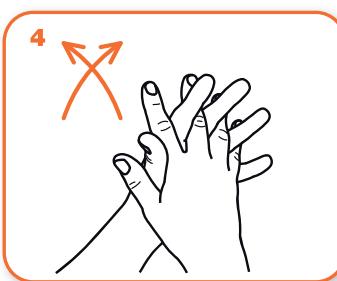
Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.



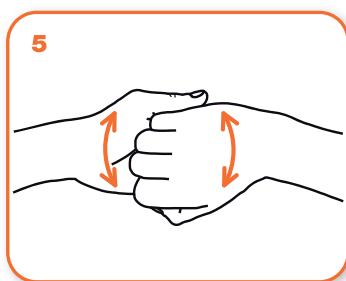
frizionare le mani palmo contro palmo



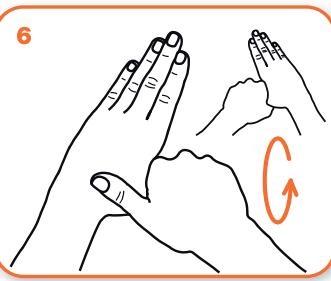
il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



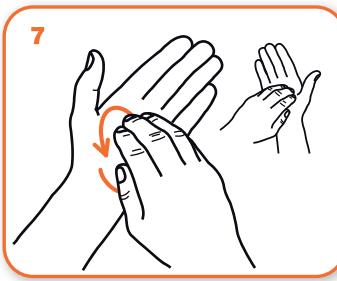
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



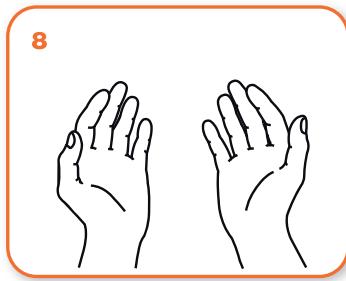
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.



## ENGLISH

### **WHAT IS A CORONAVIRUS**

Coronaviruses are a large family of viruses which may cause illness in animals or humans. In humans, several coronaviruses are known to cause respiratory infections ranging from the common cold to more severe diseases.

### **WHAT IS A COVID-19?**

COVID-19 is the infectious disease caused by the most recently discovered coronavirus (“CO” stands for corona; “VI” for virus; “19” the year in which it appeared). This new virus and disease were unknown before the outbreak began in Wuhan, China, in December 2019.

### **WHAT ARE THE SYMPTOMS OF COVID-19?**

The most common symptoms of COVID-19 are fever, tiredness, and dry cough. In more severe cases, infection can cause pneumonia, severe acute respiratory syndrome and even death.

### **IS THERE A VACCINE, DRUG OR TREATMENT FOR COVID-19?**

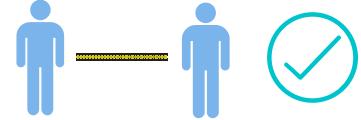
Not yet. To date, there is no vaccine and no specific antiviral medicine to prevent or treat COVID-2019. However, those affected should receive care to relieve symptoms. People with serious illness should be hospitalized. Most patients recover thanks to supportive care. Possible vaccines and some specific drug treatments are under investigation.

### **WHO IS AT RISK OF DEVELOPING SEVERE ILLNESS?**

While we are still learning about how COVID-2019 affects people, older persons and persons with pre-existing medical conditions (such as high blood pressure, heart disease, lung disease, cancer or diabetes) appear to develop serious illness more often than others.

## WHAT CAN I DO TO PROTECT MYSELF AND PREVENT THE SPREAD OF DISEASE?

You can reduce your chances of being infected or spreading COVID-19 by taking some simple precautions:

- Regularly and thoroughly clean your hands with an alcoholbased hand rub or wash them with soap and water, because these actions kill viruses that may be on your hands.
- Keep a safe distance of at least 1 metre (3 feet) from people. The virus is contained in saliva droplets and can be transmitted by breathing at close range, particularly when they cough, sneeze or have a fever.
- Avoid touching eyes, nose and mouth, because hands touch many surfaces and can pick up viruses. Once contaminated, hands can transfer the virus to your eyes, nose or mouth. From there, the virus can enter your body and can make you sick.
- Make sure you, and the people around you, follow good respiratory hygiene. This means covering your mouth and nose with your bent elbow or tissue when you cough or sneeze. Then dispose of the used tissue immediately. Why? Droplets spread virus. By following good respiratory hygiene you protect the people around you from viruses such as cold, flu and COVID-19.
- Avoid shaking hands and hugging, for the reasons mentioned above. Stay at home as much as possible, following the rules indicated by the authorities. If you have a fever, cough and difficulty breathing, seek medical attention and call in advance. This will allow your health care provider to quickly direct you to the right health facility. This will also protect you and help prevent spread of viruses and other infections.

All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## FRENCH

### QU'EST-CE QU'UN CORONAVIRUS?

Les coronavirus sont une grande famille de virus connus pour provoquer des maladies tant chez les animaux que chez les hommes; chez ces derniers, les coronavirus provoquent des infections respiratoires allant du simple rhume à des maladies plus graves.

### QU'EST-CE QUE COVID-19?

COVID-19 est la maladie infectieuse causée par le nouveau coronavirus ("CO" signifie couronne, "VI" pour virus, "D" pour maladie et "19" l'année où elle est apparue). Ce nouveau virus et cette nouvelle maladie étaient inconnus avant son apparition à Wuhan, en Chine, en décembre 2019.

### QUELS SONT LES SYMPTÔMES D'UNE PERSONNE ATTEINTE DE COVID-19?

Les symptômes les plus courants sont la fièvre, la fatigue et la toux sèche. Dans les cas les plus graves, l'infection peut provoquer une pneumonie, un syndrome respiratoire aigu sévère et même la mort.

### EXISTE-T-IL UN TRAITEMENT OU UN VACCIN POUR LA COVID-19?

Il n'existe pas encore de vaccins ou de médicaments antiviraux spécifiques pour prévenir ou traiter COVID-2019. Toutefois, les personnes concernées doivent recevoir une thérapie appropriée pour le traitement des symptômes, tandis que celles qui souffrent d'une maladie grave doivent être hospitalisées. La plupart des patients se rétablissent grâce à des soins de soutien.

Des vaccins éventuels et certains traitements spécifiques sont à l'étude.

### QUI RISQUE DE DÉVELOPPER UNE MALADIE GRAVE?

Alors que l'impact de COVID-19 sur les personnes est encore à l'étude, ceux qui semblent développer une maladie grave plus fréquemment que d'autres sont: les personnes âgées et celles souffrant de maladies préexistantes, telles que l'hypertension, les maladies cardiaques, les maladies pulmonaires, le cancer ou le diabète.

## QUE PUIS-JE FAIRE POUR ME PROTÉGER ET EMPÊCHER LA PROPAGATION DE L'INFECTION?

Vous pouvez réduire les risques d'être infecté ou de propager le COVID-19 en prenant quelques précautions simples:

- Lavez-vous souvent les mains avec de l'eau et du savon ou avec des solutions à base d'alcool pour éliminer le virus de vos mains.
- Tenez-vous à au moins un mètre des autres personnes. Le virus est contenu dans des gouttelettes de salive et peut être transmis par la respiration à distance rapprochée, en particulier lorsqu'elles toussent, éternuent ou ont de la fièvre.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche avec vos mains car vos mains, en touchant de nombreuses surfaces, peuvent collecter le virus et, une fois contaminées, peuvent transférer le virus à vos yeux, votre nez et votre bouche. De là, le virus se transfère dans votre corps et peut vous rendre malade.
- Suivez une bonne hygiène respiratoire, c'est-à-dire couvrez votre bouche et votre nez avec des mouchoirs jetables ou, en leur absence, avec le pli du coude: les gouttelettes propagent le virus et, en suivant une bonne hygiène respiratoire, protégez les personnes à côté de vous contre les virus tels que le rhume, la grippe et le COVID-19.
- Évitez les poignées de main et les câlins, pour les raisons déjà mentionnées.
- Restez chez vous autant que possible, en suivant les règles indiquées par les autorités. Si vous avez de la fièvre, de la toux ou des difficultés à respirer,appelez votre médecin de famille qui pourra vous orienter vers le service de santé approprié. Ainsi, vous serez mieux protégé et vous contribuerez à limiter la propagation des virus et autres infections.

All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## SLOVAK

### ČO JE KORONAVÍRUS?

Koronavírusy sú veľkou skupinou vírusov, ktoré môžu spôsobiť ochorenie u zvierat alebo u ľudí. U ľudí je známych niekoľko koronavírusov, ktoré spôsobujú respiračné infekcie od bežnej nádchy až po závažnejšie ochorenia.

### ČO JE COVID-19?

COVID-19 je infekčné ochorenie spôsobené novoobjaveným koronavírusom („CO“ je označenie pre skupinu vírusov – korona; „VI“ znamená vírus; „19“ označuje rok, v ktorom sa objavil). Predtým ako v decembri 2019 prepukla nákaza v čínskej provincii Wuhan, nebol tento nový virus ani táto choroba známe.

### AKÉ SÚ PRÍZNAKY OCHORENIA COVID-19?

Najčastejšími príznakmi ochorenia COVID-19 sú horúčka, únava a suchý kašeľ. V závažnejších prípadoch môže infekcia spôsobiť zápal plúc, závažný akútne respiračné syndróm alebo dokonca smrť.

### EXISTUJE VAKCÍNA, LIEK ALEBO LIEČBA PROTI OCHORENIU COVID-19?

Momentálne nie. K dnešnému dňu neexistuje vakcína ani špecifický antivírusový liek na prevenciu alebo liečbu ochorenia COVID-2019. Postihnutým by však mala byť poskytnutá lekárska starostlivosť pre zmiernenie ich príznakov. Ľudia so závažným ochorením by mali byť hospitalizovaní. Väčšina pacientov sa vďaka poskytnutej lekárskej starostlivosti rýchlo zotavuje. Vakcíny a možnosti liečby sa v súčasnosti skúmajú.

### KTO JE NAVIAC OHROZENÝ ROZVINUTÍM ZÁVAŽNEJ FORMY OCHORENIA?

Zatial čo stále zistújeme dopady ochorenia COVID-19 na ľudí, u starších osôb a u osôb s existujúcimi zdravotnými ťažkostami (ako je vysoký krvný tlak, ochorenie srdca, ochorenie plúc, rakovina alebo cukrovka), môže byť priebeh ochorenia závažnejší ako u iných.

## AKO SA MÔŽEM CHRÁNIŤ A AKO ZABRÁNIM ŠÍRENIU OCHORENIA?

Pravdepodobnosť infikovania alebo šírenia ochorenia COVID-19 môžete znížiť dodržiavaním nasledujúcich opatrení:

Pravidelne a dôkladne si umývajte ruky s čistiacim prostriedkom na báze alkoholu alebo mydlem a vodou. Týmto spôsobom zabijete vírusy, ktoré môžu byť na vašich rukách.



Udržujte bezpečnú vzdialenosť od ľudí najmenej 1 meter. Vírus sa nachádza v kvapôčkach slín a môže sa prenášať pri dýchaní zblízka, najmä v prípade kašľania, kýchania alebo horúčky.

Nedotýkajte sa očí, nosa a úst, pretože Vaše ruky sa dotýkajú mnohých povrchov a môžu zachytávať vírusy. Po kontaminácii môžu ruky preniesť vírus do očí, nosa alebo úst. Odtiaľ sa môže vírus dostaviť do vášho tela a spôsobiť ochorenie.



Uistite sa, že vy a ľudia vo vašom okolí dodržiavate správne respiračné hygienické návyky. To znamená, že pri kašľaní alebo kýchaní si zakrývate ústa a nos laktom alebo vreckovkou. Použitú vreckovku ihneď zlikvidujte. Prečo? Kvapôčky šíria vírus. Dodržiavaním správnych hygienických návykov chránite ľudí vo vašom okolí pred vírusmi a ochoreniami, ako sú nachladnutie, chrípka a COVID-19.

Vyvarujte sa podávaniu rúk a objímaniu z dôvodov uvedených vyššie. Snažte sa čo najviac zostať doma a dodržiavajte usmernenia stanovené úradmi. Ak máte horúčku, kašeľ a ťažkosti s dýchaním, vyhľadajte lekársku pomoc. Vášmu ošetrujúcemu lekárovi zavolajte vopred, aby Vás mohol rýchlo nasmerovať do správneho zdravotníckeho zariadenia. Toto opatrenie chráni nielen Vás ale pomôže zabrániť aj ďalšiemu šíreniu vírusov a iných infekcií.



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)





## HINDI

### COVID -19 आपातकालीन में प्रवासी आबादी के लिए जानकारी

#### क्रोनावायरस क्या है ?

क्रोनावायरस वायरसों के एक बड़े परिवार से है जोकि जानवरों या इंसानों में बीमारी का कारण हो सकते हैं।

#### COVID-19 क्या है ?

COVID-19 संक्रामक रोग है जो हाल ही में खोजे गए क्रोनावायरस के कारण होता है।

("CO" का अर्थ क्रोना है; "VI" वायरस के लिए; "19" वह वर्ष जिसमें यह दिखाई दिया)। यह नया वायरस दिसंबर 2019 में चीन के वुहान में बीमारी के प्रकोप शुरू होने से पहले अज्ञात था ।

#### COVID-19 के लक्षण क्या हैं?

COVID-19 के सबसे आम लक्षण बुखार, थकान और सूखी खांसी हैं। अधिकतर गंभीर मामलों में, संक्रमण से निमोनिया, गंभीर तीव्र श्वसन(साँस)सिंड्रोम और यहाँ तक की मौत भी हो सकती है।

#### क्या COVID-19 के लिए कोई टीका, दवाई या इलाज है?

अभी नहीं। आज की तिथि तक COVID-2019 का कोई टीका इलाज के लिए नहीं है और इसे रोकने के लिए या कोई विशिष्ट एंटीवायरल दवा नहीं है।

हालांकि, प्रभावित लोगों को लक्षणों से राहत पाने के लिए देखभाल करनी चाहिए। गंभीर बीमारी वाले लोगों को अस्पताल में भर्ती होना चाहिए। अधिकांश रोगी सहायक देखभाल की मदद के साथ ठीक हो जाते हैं।

संभावित टीके और कुछ विशिष्ट दवा उपचार की जाँच पड़ताल के तहत चल रहे हैं।

#### गंभीर बीमारी के विकसित होने के जोखिम पर कौन है?

हम अभी भी कैसे COVID -2019 लोगों को, वृद्ध व्यक्तियों और पहले से मौजूद चिकित्सा शर्तों के साथ लोगों को (जैसे उच्च रक्तचाप, हृदय रोग, फेफड़ों के रोग, कैंसर या मधुमेह) को प्रभावित करता है, के बारे में सीख रहे हैं क्योंकि दूसरों की तुलना में ये ज्यादातर गंभीर बीमारी को विकसित करते हुए दिखाई देते हैं।

## मैं अपने आप खुद को बचाने और बीमारी को ना फैलना के लिए क्या कर सकता हूँ?

कुछ सरल सावधानियां अपनाकर COVID-19 से आप संक्रमित होने या फैलने की अपनी संभावनाओं को कम कर सकते हैं:

- अलकोहल से नियुक्त हाथ धोने वाले पदार्थ से अपने हाथों को नियमित रूप से हाथ रगड़ें या साबुन और पानी से धोएं, क्योंकि ये क्रियाएं उन वायरस को मारती हैं जो आपके हाथों पर हो सकते हैं।
- लोगों से कम से कम 1 मीटर (3 फीट) की सुरक्षित दूरी बनाए रखें। वायरस थूक, छींक की बूंदों में मौजूद होता है और विशेष रूप से जब ये लोग जिनको खासकर कर खांसी, छींक या बुखार होता है, के करीब से सांस लेने से संक्रमण हो सकता है।
- आंखों, नाक और मुँह को छूने से बचें, क्योंकि हाथ कई सतहों को छूते हैं और वायरस उठा सकते हैं। एक बार दृष्टि होने पर, हाथ वायरस को आपकी आंखों, नाक या मुँह में स्थानांतरित कर सकते हैं। वहां से, वायरस आपके शरीर में प्रवेश कर सकता है और आपको बीमार कर सकता है।
- आप और अपने आसपास के लोगों के अच्छे सांस की स्वच्छता का पालन करने को सुनिश्चित करें। इसका मतलब है खांसी या छींक आने पर अपनी मुँड़ी हुई कोहनी या टिश्यु पेपर से अपने मुँह और नाक को ढंकना। फिर उपयोग किए गए टिश्यु पेपर का तुरंत निपटान करें। क्यों? बूंदों से वायरस फैलता है। अच्छा सांस की स्वच्छता का पालन करके आप इस तरह ठंड, फ्लू और COVID -19 के रूप में वायरस से अपने आसपास के लोगों की रक्षा करते हैं।
- ऊपर बताए गए कारणों की वजह से, हाथ मिलाने और गले लगने से बचें। अधिकारियों द्वारा बताए गए नियमों का पालन करते हुए, जितना संभव हो सके घर पर रहें। यदि आपको बुखार, खांसी और सांस लेने में कठिनाई हो, तो चिकित्सा पर ध्यान दें और पहले से फोन करें। यह आपके स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करने वाले को जल्दी से आपको सही स्वास्थ्य सुविधा के लिए निर्देशित करने की अनुमति देगा।



All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## ROMANIAN

### CE ESTE UN CORONAVIRUS?

Coronavirusurile sunt o familie numeroasă de virusuri care pot provoca boli la animale sau la oameni. La om, o parte dintre coronavirusuri pot provoca infecții respiratorii, de la răceală comună la boli mai severe.

### CE ESTE COVID-19?

COVID-19 este boala infecțioasă cauzată de coronavirusul cel mai recent descoperit. („CO” înseamnă corona; „VI” pentru virus; „19” pentru anul în care a apărut). Acest nou virus și această boală nu au fost cunoscute încă dinainte de apariția focarului în Wuhan, China, în decembrie 2019.

### CARE SUNT SIMPTOMELE COVID-19?

Cele mai frecvente simptome ale COVID-19 sunt febra, oboseala și tusea uscată. În cazurile mai grave, infecția poate provoca pneumonie, sindromul respirator acut sever și chiar moarte.

### EXISTĂ UN VACCIN, MEDICAMENT SAU TRATAMENT PENTRU COVID-19?

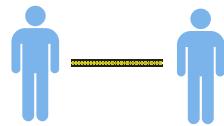
Nu încă. Până în prezent, nu există niciun vaccin și niciun medicament antiviral specific care să prevină sau să trateze COVID-2019. Cei afectați trebuie să fie plasați în îngrijire pentru ameliorarea simptomelor. Persoanele cu boli grave trebuie spitalizate. Majoritatea pacienților se recuperează datorită îngrijirii primite din faza incipientă. Posibile vaccinuri și unele tratamente medicamentoase specifice sunt în curs de investigare.

### CINE RISCĂ SĂ DEZVOLTE FORME SEVERE ALE BOLII?

În timp ce se strâng informații despre modul în care COVID-2019 afectează oamenii, persoanele în vîrstă și persoanele cu afecțiuni medicale preexistente (cum ar fi hipertensiunea arterială, boli cardice, afecțiuni pulmonare, cancer sau diabet) par să dezvolte o formă gravă de boală, mai des decât celelalte categorii.

## **CE POT FACE SĂ MĂ PROTEJEZ ȘI SĂ PREVIN RĂSPÂNDIREA BOLII?**

PUTEȚI REDUCE ȘANSELE DE A FI INFECTAT SAU DE A RĂSPÂNDI COVID-19 LUÂND SIMPLE MĂSURI DE PRECAUȚIE:

- Spălați-vă pe mâini bine și regulat cu apă și săpun sau cu soluții pe bază de alcool pentru a omori posibilele virusuri aflate de pe mâinile dumneavoastră.
- Mențineți o distanță de cel puțin 1 metru față de alte persoane. Virusul se găsește în particulele de salivă și poate fi transmis prin respirație la distanță apropiată, în special când persoanele tușesc, strănută sau au febră.
- Evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura deoarece mâinile intră în contact cu suprafețe multiple și pot lua virusul. Odată contaminate, mâinile pot transfera virusul la ochii, nasul sau gura dumneavoastră. De aici, virusul poate intra corp și vă poate îmbolnăvi.
- Aveți grijă ca dumneavoastră și persoanele din preajma dumneavoastră să respectați o igienă respiratorie cât mai bună. Acest lucru însemnând acoperirea gurii și a nasului cu interiorul cotului sau cu un șervețel de unică folosință în momentul în care tușiți sau strănutăți. Aruncați șervețelul la coș imediat după utilizare. De ce? Particulele răspândesc virusul. Având o igienă respiratorie corectă puteți să protejați oamenii din preajma dumneavoastră de răceală, gripă și COVID-19.
- Evitați să dați mâna sau să vă îmbrățișați, din motivele mai sus-menționate. Stați acasă cât mai mult posibil și urmăriți indicațiile date de autorități. Dacă aveți febră, tuse și dificultăți respiratorii contactați telefonic medicul de familie. În acest mod medicul de familie vă poate asigura rapid servicii de îngrijire medicală necesare. De asemenea, în acest mod vă protejați și contribuiți la prevenirea răspândirii virsurilor sau a altor infecții.

All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)



## ARABIC

انتبه، معلومات تهم صحتك

### ما هو فيروس كورونا؟

فيروس كورونا هو فصيلة كبيرة من الفيروسات التي تسبب المرض للحيوان والإنسان، ومن المعروف أن عدداً من فيروсовت كورونا تسبب للبشر حالات عدوى الجهاز التنفسي التي تراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض التنفسية الخطيرة.

### ما هو مرض كوفيد-19؟

مرض كوفيد-19 هو مرض شديد العدوى، يسببه فيروس كورونا المستجد ( ومصطلح كوفيد-19 يعني الآتي: (كوف) اختصار كورونا، (في) اختصار فيروس، (د) اختصار ديزيس ومعناها مرض بالإنجليزية و 19 هي السنة التي ظهر فيها المرض)، ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس وهذا المرض المستجدين قبل ظهورهم في مدينة يوهان الصينية في ديسمبر 2019.

### ما هي الأعراض التي تظهر على الشخص المصاب بكوفيد-19؟

تنتمل الأعراض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد-19 في الإرتفاع الشديد في درجة الحرارة والشعور بالإرهاق والسعال الجاف، وفي الحالات الأشد قد يصاب المريض بالتهاب رئوي وصعوبة في التنفس قد تؤدي في بعض الحالات إلى الوفاة.

### هل هناك لقاح أو دواء لمرض كوفيد-2019؟

لا يوجد حتى يومنا هذا لقاح أو دواء محدد مضاد للفيروسات للوقاية من مرض كوفيد-19 أو علاجه، ولذلك ينبغي علاج جميع المصابين بالفيروس حسب الأعراض التي تظهر على كلا منهم على وجه السرعة، أما المصابين الذين يعانون من أمراض مزمنة مسبقة فلابد من نقلهم للمستشفيات المتخصصة لاتخاذ الإجراءات اللازمة لهم، وهناك حالات يتم شفائها من المرض بعد تلقّيها الرعاية الطبية المناسبة. ويسعى العلماء حالياً في البحث عن لقاح ضد هذا الفيروس المستجد.

### من هو الشخص المعرض للإصابة بمرض خطير؟

وحتى الان ما زال البحث جارياً لاكتشاف لقاح لفيروس كورونا المستجد(كوفيد 19)، فنجد أن أكثر الناس تعرضاً للخطر هم كبار السن والأشخاص الذين يعانون من امراض مزمنة، مثل ارتفاع ضغط الدم والذين يعانون من أمراض الرئتين والقلب ومرضى السرطان والسكري.

## ماذا يمكنني فعله لحماية نفسي ومنع إنتشار العدو؟

• اتخاذ بعض الخطوات لتقليل خطر الإصابة به والوقاية منه باتباع الاحتياطات التالية:



• غسل اليدين بصفه متكرره بالماء والصابون أو بمحلول كحولي لإزالة الفيروس من اليدين.



• المحافظة على مسافة الأمان وتكون على الأقل مسافة متر بين الأشخاص حيث ان الفيروس يمكن ان ينتقل عن طريق الكحة او العطس أو التنفس من خلال المسافات القريبة.



• تجنب لمس العينين أو الفم أو الأنف باليدين حيث أن الایادي تلمس أسطح عديدة من المحتمل أن تكون ملوثة بالفيروس وبالتالي ينتقل إلى الجسم من خلال الفم أو الأنف أو العينين .

• استخدام المنديل الورقيه لتفطير الأنف والفم عند العطس أو السعال واذا لم تجد استخدم مرفق الذراع (زاوية الكوع) حتى تحمي من حولك من انتقال العدوى اليهم.



• تجنب المصافحة والمعانقة ، للأسباب التي سبق ذكرها

• التزم بيتك في حالة الشعور بالتعب أو وجود سعال أو ارتفاع في درجة الحرارة أو الشعور بصعوبة في التنفس وعليك بالإتصال بالطبيب لإعطائك التعليمات المناسبة، وبهذا الشكل ستكون في أمان وسوف تساهم في عدم إنتشار الفيروس أو العدوى.

All the measures included in the present leaflet follow what established by the world health organization (WHO)

**IOM Coordination Office for the Mediterranean**

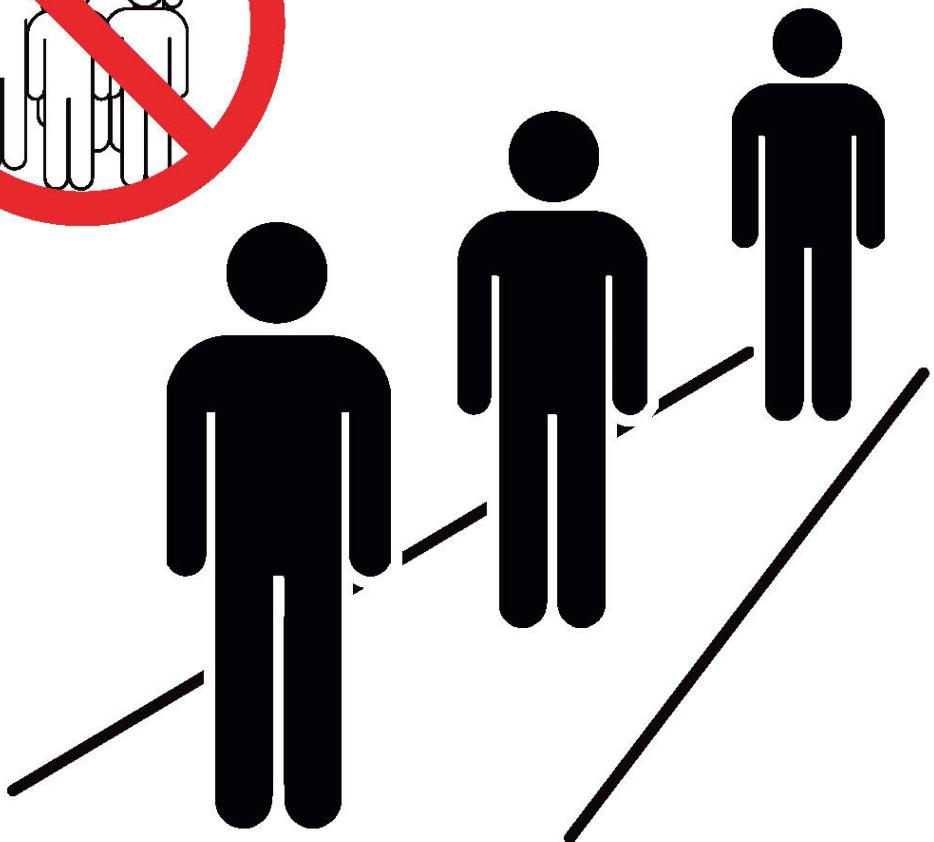
[www.italy.iom.int](http://www.italy.iom.int)



---

## **VIETATO L'ACCESSO SE**

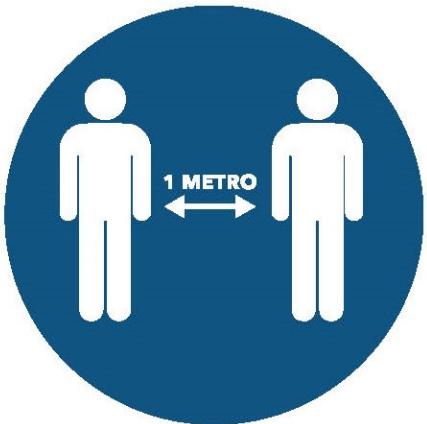
- SI HA LA TEMPERATURA CORPOREA SUPERIORE A 37.5°C**
- SI AVVERTONO SINTOMI INFLUENZALI**
- SI HA AVUTO CONTATTO NEGLI ULTIMI 15 GIORNI CON SOGGETTI RISULTATI POSITIVI AL COVID-19**



**È CONSENTITO  
L'INGRESSO A  
      PERSONE  
       ALLA VOLTA**



**È OBBLIGATORIO  
INDOSSARE LA  
MASCHERINA**



**MANTENERE LA  
DISTANZA DI  
ALMENO UN METRO**



**È CONSENTITO  
L'INGRESSO A  
■ PERSONE ALLA  
VOLTA**



**È OBBLIGATORIO  
INDOSSARE LA  
MASCHERINA**



**È OBBLIGATORIO  
L'UTILIZZO DEI  
GUANTI**