

معلومات بلغة مبسطة عن فيروس كورونا

انتشر فيروس كورونا المستجد بسرعة حول كل العالم. يأتي المرض عند كثيراً من الناس مصطحباً بأعراض بسيطة. ثم يتعافى الناس بسرعة. يُصاب بعض الناس بالمرض بشكل خطير. على وجه الخصوص يصاب كبار السن أو الأشخاص الذين يعانون فيما قبل من مرض آخر غالباً بالمرض على شكل خطير. من الممكن إصابتهم بالتهاب رئوي. من الممكن أيضاً أن يموتوا بسبب فيروس كورونا.

لذلك عليك حماية نفسك:

يمكنك المساعدة في منع نفسك من الإصابة بفيروس كورونا.
يمكنك المساعدة في منع الآخرين من الإصابة بفيروس كورونا.

يوجد في هذه الصفحة مزيد من المعلومات حول فيروس كورونا:

https://www.rki.de/DE/Service/Leichte-Sprache/LS_Corona_Virus.pdf?_blob=publicationFile

مرض الكورونا

يمكن أن تكون أعراض المرض مختلفة من شخص لآخر. هذه هي العلامات (الأعراض) الأكثر شيوعاً:

- من الممكن أن لا يستطيع الشخص شم أي شيء
- من الممكن أن لا يستطيع الشخص تذوق أي شيء
- حمى

- سعال
- أوجاع الحلق
- سيلان الأنف
- شعور الشخص بالضعف
- مشاكل في التنفس

يوجد في هذه الصفحة مزيد من المعلومات حول المرض:

https://www.rki.de/DE/Service/Leichte-Sprache/LS_Corona_Krankheit.pdf?__blob=publicationFile

الحجر الصحي

ماذا يعني الحجر الصحي (العزل)؟

- البقاء في المنزل
- عدم استقبال الزوار
- فقط التوجه الى الشرفة الخاصة بك أو الى التراس الخاص بك أو الى حديقتك الخاصة
- عدم الخروج بنفسك لإلقاء القمامة في الخارج
- عدم الخروج إلى التسوق
- عدم الذهاب إلى العمل. (يجب إخبار صاحب العمل)
- عدم الذهاب إلى المدرسة
- عدم الذهاب مع الأطفال إلى ملعب الأطفال

• عدم الخروج للمشحي

• عدم الخروج مع الكلب

يتم مراقبة الحجر الصحي من قِبَل دائرة التنظيم. إذا لم يلتزم الأشخاص للحجر الصحي ، فيمكن أن يواجهون عقوبة لذلك.

مَن الذي يجب عليه الدخول في الحجر الصحي؟

إذا كان لدى الشخص نتيجة إيجابية لإختبار كورونا ، فهذا يعني أنه قد تعرض للعدوى بفيروس كورونا. هذا الشخص يمكن أن يعد الآخرين.

لهذا السبب تخبره وزارة الصحة أنه يجب عليه الدخول في الحجر الصحي. هذا يعني أن عليه البقاء في المنزل. للحجر الصحي مصطلح آخر هو العزل.

إذا كان الشخص على صلة وثيقة بشخص مصاب أو شخص كان مصاباً بفيروس كورونا ، فيجب عليه أيضاً الدخول في الحجر الصحي. يُطلق على هؤلاء الأشخاص المخالطون. هؤلاء على سبيل المثال ، رفاق السكن. تقوم وزارة الصحة بالاتصال بهم وإخبارهم بعدد الأيام لمدوامة الحجر الصحي.

ما هي مدة الحجر الصحي إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية؟

إذا كان الاختبار إيجابياً، فسيدوم الحجر الصحي ل(14) ٤ ايوماً على الأقل من بعد الاختبار. إذا استمرت الأعراض بالظهور (الزكام ، السعال والحمى وما إلى ذلك) فسيتم تمديد الحجر الصحي حتى إنتهاء يومين من بعد إختفاء أعراض المرض.

ما هي مدة الحجر الصحي للشخص المخالط؟

بالإمكان أن يمرض الشخص أيضاً من بعد (14) ١٤ يوماً من آخر إختلاط بشخص مصاب بفيروس كورونا ، لذلك ، يجب أن يظل الأشخاص المخالطين في الحجر الصحي لمدة ١٤ يوماً بعد آخر مخالطة.

كيف يتصرف الناس في الحجر الصحي حتى لا ينقلوا العدوى لزملائهم في السكن؟

يجب على المريض

- عدم العيش و النوم في نفس الغرفة مع الآخرين
- المحافظة دائماً على مسافة تزيد عن مترين من الآخرين
- يجب على كل الأشخاص في الشقة (رفقاء المنزل) ارتداء كمادة للفم والأنف بمجرد الإلتقاء ببعضهم البعض
- غسل اليدين جيداً بشكل منتظم
- عدم إستخدام الغرف مثل الحمام والمرحاض والمطبخ في نفس الوقت مع الآخرين وتنظيفها و تعقيمها جيداً
- استخدام المنشفة الخاصة بك
- تهوية الغرف جيداً
- عدم لمس الفضلات الخاصة بالمريض
- عدم إستقبال الزائرين، كما يجب على ساعي البريد ترك الطرود أمام باب المنزل

من مَن يتلقى الشخص المساعدة في حالة العزل المنزلي؟

إذا كان الشخص بحاجة إلى مساعدة في الحياة اليومية:

يمكن للمعارف والأقارب ، على سبيل المثال ، المساعدة في شراء
المشتريات المنزلية.

يمكن للمتطوعين تقديم المساعدة: اتصل بالمدينة التي تعيش فيها و استعلم
إذا ما كانت هذه الخدمة موجودة.

عندما يشتد المرض ويحتاج الشخص إلى مساعدة:

يمكنك الإتصال بهؤلاء الأشخاص:

١. الطبيب العام

٢. الخدمة المتأهبة للتأمين الصحي ، رقم الهاتف ١١٦١١٧
(116117)

٣. طبيب الطوارئ، رقم الهاتف ١١٢ (112)

في حالة وجود أطفال تحت الرعاية الإلزامية في المنزل:

يمكنك مراجعة الموقع الإلكتروني لوزارة التعليم الخاصة بمنطقة شمال
الراين وستفاليا NRW

[/https://www.schulministerium.nrw.de](https://www.schulministerium.nrw.de)

إذا كان لدى الشخص أسئلة أخرى حول الحجر الصحي:

يمكنك الاتصال بدائرة الصحة ٥ ٤ ٣ ٢ ٣ ١ ٨٣١ - ٠ ٢ ٢ ٧ ١

(02271-8312345)

أين يمكن للشخص الحصول على معلومات حول التطعيم؟

يوجد على موقع RKI بيان توضيحي و معلومات ب ١٩ لغة:

[https://www.rki.de/DE/Service/Leichte-Sprache/LS_Corona-Ratgeber_tab-](https://www.rki.de/DE/Service/Leichte-Sprache/LS_Corona-Ratgeber_tab-gesamt.html;jsessionid=FB752F49F39D2FB5CBB08089231CC333.internet072?nn=13490888)

[gesamt.html;jsessionid=FB752F49F39D2FB5CBB08089231CC333.internet072?nn=13490888](https://www.rki.de/DE/Service/Leichte-Sprache/LS_Corona-Ratgeber_tab-gesamt.html;jsessionid=FB752F49F39D2FB5CBB08089231CC333.internet072?nn=13490888)

يوجد في موقع RKI صفحات تعريفية و التي تُرجمت لعدة لغات و أيضاً شروحات للإستمارات بلغة بسيطة:

<https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html>

<https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html>

متى يمكن للشخص تسجيل نفسه للتطعيم؟

يوجد هناك تعاقب واضح مضبوط متى يمكن للشخص أخذ اللقاح، عندما يحين دور الشخص يمكنه التسجيل على الموقع الإلكتروني www.116117.de أو مجاناً عبر الهاتف على ٠١-١١٧-١١٧-٠٨٠٠ (080011711701)

أين يمكن للشخص أخذ التطعيم؟

يمكنك هنا إيجاد الطريق إلى مركز التطعيم في منطقة راين إرفت:

<https://www.rhein-erft-kreis.de/impfzentrum-rheinerftkreis/artikel/anfahrt-zum-impfzentrum>

ماذا يجب على الشخص إحضاره في موعد التطعيم؟

- إستمارة الموافقة لموعد التطعيم
- بطاقة الهوية
- بطاقة التطعيم
- البطاقة الصحية
- كمامة طبية
- إذا كنت تعاني من مرض مزمن، يجب عليك إحضار شهادة طبيب معك

ما العمل في حالة الإحتياج إلى مترجم لغوي في موعد التطعيم؟

يمكنك الإتصال بمترجمين متطوعين في منطقة راين إرفت:
٠ ٢٢٧١٨٣١ ٠ ٢٣٢ (02271-8310232).

<https://www.rhein-erft-kreis.de/kommunales-integrationszentrum-kommunales-integrationszentrum-kommunales-integrationszentrum-2>

إختبار الكورونا

يُظهر إختبار كورونا إذا ما كان الشخص مصاب بالكورونا.
في الوقت الراهن يوجد عدة إختبارات للكورونا:

- 1) **PoC** (Point-of-Care-Antigen-Test): إختبار سريع و إختبار ذاتي.
- 2) **PCR** (Polymerase Chain Reaction): إختبار مخبري.

يمكن أن يتم عمل **PoC**-الإختبار السريع في أماكن معينة:

- في العمل
- في إحدى مراكز الإختبارات

- في بعض العيادات الطبية و بعض الصيدليات

يُمكن لكل شخص على الأقل مرة في الأسبوع أن يعمل إختبار مجاني!

إذا كانت نتيجة **PoC**-الإختبار السريع إيجابية،
يتم إعلام الدائرة الصحية عن طريق نقطة الإختبار.
يجب على الشخص البقاء في الحجر الصحي لغاية أن يتم فحصه بإختبار **PCR**

إذا كانت نتيجة فحص **PCR** إيجابية أيضاً فيجب على الشخص أن يبقى في الحجر الصحي.
إذا كانت نتيجة فحص PCR سلبية، يستطيع الشخص أن يخرج من الحجر الصحي.

يوجد في الوقت الراهن أيضاً إختبار للكورونا عن طريق الفحص الذاتي.
إذا كانت نتيجة فحص الكورونا الذاتي إيجابية،
فيجب أن تبقى مباشرة في البيت،
يجب الإتصال مع طبيب العائلة و الدائرة الصحية.
هناك ضرورة ل فحص **PCR**.

إذا كان فحص PCR أيضاً إيجابي، فيجب على الشخص أن يبقى في الحجر الصحي.
إذا كانت نتيجة فحص PCR سلبية، يستطيع الشخص أن يخرج من الحجر الصحي.

هنا يوجد معلومات إضافية لإختبارات الكورونا و قائمة بالأمكنة التي يُمكن للشخص أن يعمل بها
إختبار سريع في ناحية راين-إرفت:

<https://www.rhein-erft-kreis.de/coronavirus-sarscov2/artikel/coronatestangebote-im-rheinerftkreis>