

توصيات الحجر المنزلي للحالات الغير المستعجلة من COVID-19

غير و خ ف د فة حال تك و منزل ية عزلة في ك نت إذا ات باعها ي جب ال تي ال توصيات هي هذه COVID-19 من مسد تعجلة
(الهاتف عبر) شكوك أو أسئلة أي طرح و بعناية ال توصيات هذه قراءة المرجو
المعلومة تلقى واج بهم من بك المدبطين أو أقربائك.

مكان العزل (يجب أن يكون لديك هاتف في الغرفة)



ابق في المنزل ، تجنب مغادرة الغرفة،
الباب مغلق و المحافظة على التهوية



تجنب المسافات الأقل من
مترين مع الناس
المحيطين بك



بق في المنزل مع تجنب
استقبال الزيارات



قمت إذا الخاص، حمامك اسد تعمل
أخرين أشخاص مع ب مشاركة
أن قبل تعقمه ي جب
الأخرون ي سد تخدمه



يجب أن تتوفر مواد نظافة
اليدين في الغرفة



ضع سلة قمامة
بدواسة في الغرفة

جيدا عقدها إحكام مع السلة الموجود ال بلاستيكي الكيس في ي رميها ال نفايات من ال تخلص ي جب

منع العدوى



تغطية الفم و الأنف
بمنديل من ورق أثناء
العطس أو الكح



ارم المنديل في سلة
القمامة



اغسل يديك بالماء و
الصابون

مقدم الرعاية



استعمل القفازات لأي
لمس لافرازات.



استعمل وافي الأنف
و الفم عند مقاسمة
المكان.



اغسل يديك عند
الملامسة حتى ولو
استعملت قفازات



عوامل فيهم تتوفر لأن الرعاية مقدمو على
ذاتي ك شف إجراء عليهم المضاء فات، و ال خطر
لاعراضهم.



لا تقاسم الاواني الشخصية مثل الفوط، الكؤوس،
الصحون، أدوات المائدة و فرشاة الأسنان.



استعمل وافي الأنف و الفم إذا للاماكن
العمومية أو إذا دخل أحد إلى غرفتك، اغسل
يديك عند المغادرة

النظافة



استعمل غسالة
الأواني أو افرم بالماء
الفاتر.



لا تنفض الملابس، ضعها في
كيس محكم الإغلاق، اغسل
دائما يديك عند لمس الملابس



اغسل الملابس
بدرجة حرارة
60-90 و
جففها جيدا .



قم يوميا بغسل الأماكن التي يتم لمسها بشكل
متكرر، حمام، مرحاض بمناديل قابلة للرمي و
%99 ل %). 5 جافيل (1 قدر من جافيل إلى
إغسل يديك عند الانتهاء.

إذا لاحظت تدهورا في حالتك اتصل فورًا بالمهني الخاص بك أو اتصل ب 112 .

13 mars 2020

إذا ظهرت أعراض على الأشخاص المحيطين بك أو مقدمي الرعاية لا تلج مركز صحي بل اتصل بالرقم
الهاتفي المخصص من طرف المجلس الجماعي

Fuentes:

- Basada en la [Infografía de Recomendaciones para el paciente caso en investigación o caso confirmado leve en aislamiento domiciliario](#). Consejería de Sanidad de Asturias.
- [Manejo domiciliario de casos en investigación, probables o confirmados de COVID-19](#). Ministerio de Sanidad.
- COVID-19: self-isolation for patients undergoing testing. Public Health England.