

الترجمة أدناه هي فقرتين فقط من ضمن المعلومات الموجودة لدى مديرية الصحة. يمكنكم العثور على المزيد من المعلومات حول هذا على الرابط أدناه.

[إرشادات و نصائح للأشخاص المُعرَّضين للمخاطر بشكلٍ خاص](#)

إرشادات و نصائح لأفراد العائلة القريبين للأشخاص المُعرَّضين للمخاطر بشكلٍ خاص

- أهم شيء بإمكانك عمله كفرد عائلة قريب هو أن لا تُصاب بالعدوى
- من المهم أن تولي إهتماماً خاصاً بالقواعد العامة المتعلقة بنظافة اليدين وعند السُّعال، عليك الحدّ من الزيارات المنزلية، استعمل الهاتف أو الإنترنت للتواصل
- لا تقوم بزيارة الأشخاص المُعرَّضين بشكل خاص للإصابة بمرض كوفيد-19 الخطير إذا كانت لديك أعراض زكام ، سعال ، حرارة مرتفعة أو صعوبة في التنفس.
- بإمكانك مثلاً مساعدة أقاربك بشراء المواد الغذائية. عليك وضع المشتريات أمام الباب وبعدها الإتصال بهم لإعلامهم أنه باستطاعتهم استلامها. لا تنسى المحافظة على مسافة جيدة بينك وبينهم.
- إذا كنت مقيماً مع شخص يُشتبه بأنه مُصاب بالعدوى أو تم التأكد بأنه مصاب بعدوى كوفيد-19 ، يُنصح المحافظة على مسافة مترين على الأقل بينك وبين هذا الشخص. يتوجب على الشخص المريض البقاء والنوم في غرفة أخرى إذا أمكن. كذلك يتوجب عليه إستخدام حمام و تواليت خاص به إذا أمكن. وفي حال تعذّر ذلك الأمر فإنه من الضروري أن يستخدم هذا الشخص منشفة وأدوات حمام خاصة به.

الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة بأمراض خطيرة والوفاة إذا أصيبوا بعدوى فايروس الكورونا

- تتداخل المجموعات المُعرَّضة للخطر مع المجموعات التي تُنصح بأخذ لقاح الإنفلونزا كل موسم، والذي يُشكّل حوالي 1,6 مليون شخص.
- الكبار بالسن (ما فوق سن 65، و بالأخصّ من هم فوق سن الثمانين)
- الأشخاص الذين يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية
- الأشخاص الذين يعانون من الأمراض الرئوية المزمنة
- الأشخاص الذين يعانون من ضعف الجهاز المناعي
- الأشخاص الذين يعانون من مرض السكري
- الأشخاص المصابين بمرض السرطان

استناداً الى البيانات الغير منشورة من الممكن أن يزيد التدخين والسمنة من المخاطر ايضاً