



01

إرشادات الوقاية والمتابعة للشخص
المخالط وأسرته لحالة مؤكدة الإصابة
بفيروس كورونا المستجد
أثناء العزل المنزلي

لمزيد من المعلومات والإستفسار
الخط الساخن

105



02 تعليمات الشخص المخالط

01

الارشادات التالية

يتم تنفيذها

لمدة 14 يوم

02

عليك الالتزام

بعدهم الخروج من المنزل

طوال فترة العزل الذاتي

المقررة

04

تجنب الأنشطة

مع الحد من الانتقال من المكان

المخصص للعزل الى مكان آخر

والتأكد من أن المساحة المشتركة

(مثل المطابخ والحمامات)

جيدة التهوية

(مع إبقاء النوافذ مفتوحة)

05

من الأفضل أن يكون

لديك فرد من أفراد الأسرة

يتمتع بصحة جيدة

ولا يعاني من الأمراض المزمنة

لرعايتك

03

خصص مكان منعزل

بالمنزل، كغرفة مغلقة

مرتبة نظيفة جيدة التهوية،

وتجنب جميع الزيارات

06

يجب عليك ارتداء كمامة

تناسب الوجه خاصة

عند المخالطة والتخلص منها

بعد الاستخدام بوضعها داخل

كيس مغلق

والقائه بسلة المهملات

07

أثناء العطس

أو الكحة، غط الأنف والفم

بمنديل ورقي، ثم تخلص منه

بوضعه داخل كيس مغلق

والقائه بسلة المهملات

واغسل يديك فوراً بالماء

والصابون

لمزيد من المعلومات والإستفسار

الخط الساخن

105



تعليمات الشخص المخالط

03



• غسل اليدين باستمرار بالماء والصابون لمدة ٢٠ ثانية على الأقل أو قم بتنظيف يديك بمطهر كحولي

• عدم مشاركة الأدوات المنزلية الشخصية مثل الأطباق أو الأكواب أو المناشف



• قم بارتداء الكمامة بشكل صحيح، وتناول وجبات الطعام بشكل منفصل عن أفراد الأسرة، والحفاظ على مسافة ٢ متر على الأقل من أفراد الأسرة.



• احرص على الراحة، وحافظ على نظام غذائي متوازن دون الدهون والزيت والسكر.



• اشرب الماء الدافئ بدلا من المشروبات الباردة

لمزيد من المعلومات والإستفسار

الخط الساخن

105



@mohpegypt



@egypt.mohp



@mohpegypt



/mohpegypt



تعليمات باقى أفراد الأسرة

04

• تجنب الاستخدام المفرط أو الاستخدام غير المناسب للمضادات الحيوية

• راقب درجة حرارتك كل ٨ ساعات .

• إذا حدث أى عرض من الأعراض التالية لك أو لأى فرد من أفراد الأسرة استشر الطبيب أو اتصل بالخط الساخن (١٠٥) مباشرة:

١. صعوبة في التنفس

(بما في ذلك زيادة ضيق الصدر والاختناق وضيق التنفس بعد الأنشطة).

٢. اضطرابات الوعي

٣. الإسهال.

٤. أي ارتفاع في درجة حرارة الجسم

• إذا استدعى الأمر التوجه إلى المستشفى، حافظ على ارتداء الكمامة وتجنب المواصلات العامة والمزدحمة قدر الإمكان

لمزيد من المعلومات والإستفسار

الخط الساخن

105

[@mohpegypt](https://twitter.com/mohpegypt)

[@egypt.mohp](https://www.facebook.com/egypt.mohp)

[@mohpegypt](https://www.instagram.com/mohpegypt)

[/mohpegypt](https://www.linkedin.com/company/mohpegypt)



تعليمات باقى أفراد الأسرة

05

• يجب على أفراد الأسرة البقاء في غرفة غير غرفة الشخص الخاضع للعزل الذاتي المنزلي قدر الامكان. والبقاء على بعد مترين على الأقل في حالة ضرورة الاختلاط



• يجب على باقى أفراد الأسرة استخدام غرفة منفصلة للنوم وحمام منفصلاً إذا كان ذلك متاحاً.

• منع الزوار الذين ليس لهم حاجة أساسية ليكونوا في المنزل.



• قم بارتداء الكمامة الطبية عندما تكون بالقرب من الشخص المعزول (على سبيل المثال عند دخول غرفته). والتخلص منها بعد الاستخدام بوضعها داخل كيس مغلق والقائها بسلة المهملات

• أثناء العطس أو الكحة، غط الأنف والفم بمنديل ورقي ثم تخلص منه بوضعه داخل كيس مغلق والقائه بسلة المهملات واغسل يديك فوراً.

لمزيد من المعلومات والإستفسار
الخط الساخن

105



@mohpegypt



@egypt.mohp



@mohpegypt



/mohpegypt



تعليمات باقى أفراد الأسرة

06

• غسل اليدين باستمرار بالماء والصابون لمدة ٢٠ ثانية على الأقل أو قم بتنظيف يديك بمطهر كحولي

• تجنب لمس العين والأنف والفم بأيدي غير مغسولة.



• عدم مشاركة الأدوات المنزلية الشخصية مثل الأطباق أو الأكواب أو المناشف أو الفراش أو الملابس مع الشخص المعزول وبعد استخدام هذه الأدوات يجب غسلها جيدا بالماء والصابون مع ضرورة ارتداء قفازات مطاطية أثناء الغسل.

• تنظيف جميع الأسطح التي يتم لمسها كثيرا مثل أجهزة الكمبيوتر المشتركة، قبضات الأبواب، الهواتف المنزلية، تجهيزات الحمام، الطاولات بجانب السرير مع ضرورة ارتداء قفازات مطاطية .



• التأكد من أن المساحات المشتركة في المنزل بها تهوية جيدة.

• تجنب الاختلاط قدر الامكان والتجمعات وتقليل وقت الإقامة في الأماكن المزدحمة أقصر وقت ممكن.

لمزيد من المعلومات والإستفسار

الخط الساخن

105



@mohpegypt



@egypt.mohp



@mohpegypt



/mohpegypt