



هل أنت من الفئات الأكثر عرضة للإصابة بمرض فيروس كورونا (COVID-19)؟

فيما يلي سبل الوقاية من الإصابة:

ابق في المنزل إذا كان ممكناً.



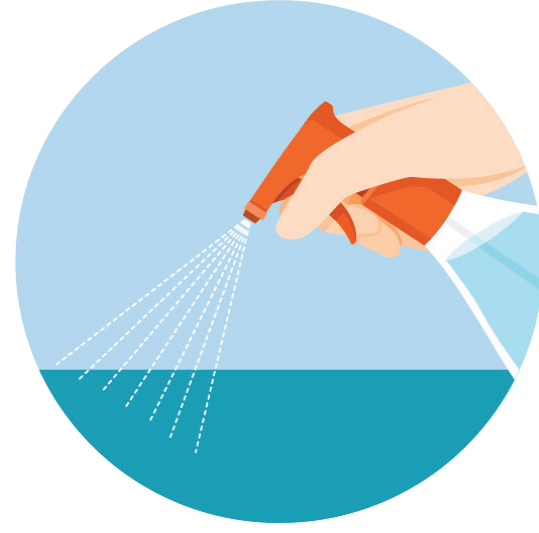
أكثر من غسل يديك بالصابون والماء لمدة
20 ثانية على الأقل.



تجنب المخالطة اللصيقة مع الآخرين.
حافظ على مسافة 6 أقدام على الأقل.



بادر بتنظيف وتطهير الأسطح التي "يكثُر
لمسها" مثل الهواتف، وأجهزة التحكم عن
بعد، والطاولات، والحمامات، ومقابض
الأبواب.



ارتدِ كمامة على وجهك عندما لا تستطيع
الحفاظ على مسافة 6 أقدام مع الآخرين.



تجنب السفر غير الضروري.



اتصل بمقدم الرعاية الصحية (الطبيب)
إذا كانت لديك مخاوف بشأن مرض فيروس
كورونا (COVID-19)، أو ظروفك الصحية
الكامنة، أو إذا كنت مريضاً.



مَن الفئات الأكثر عرضة لخطر الإصابة بمرض فيروس كورونا (COVID-19)؟

بناءً على ما نعرفه حتى الآن، فإن الأشخاص الأكثر عرضة
للإصابة بمرض شديد من فيروس كورونا (COVID-19) هم:

- الأشخاص الذين يبلغون 65 عامًا أو أكثر.
- الأشخاص الذين يعيشون في دار مسنين، أو منشأة رعاية طويلة الأجل مثل منشأة للرعاية المتخصصة للمسنين.
- الأشخاص من جميع الفئات العمرية الذين يعانون من حالات طبية كامنة، خاصة إذا لم يكن مُحكَّمًا فيها جيدًا، بما في ذلك:
 - الأشخاص الذين يعانون من أمراض الرئة المزمنة.
 - الأشخاص الذين يعانون من الربو المتوسط إلى الشديد.
 - الأشخاص الذين يعانون من أمراض قلبية خطيرة.
 - الأشخاص الذين يعانون من ضعف المناعة:
 - قد تسبب العديد من الحالات المرضية ضعف الجهاز المناعي للشخص، بما في ذلك علاج السرطان، والتدخين، وزرع نخاع العظام أو الأعضاء، ونقص المناعة، وإصابة غير مُحكَّم فيها بفيروس نقص المناعة البشري (HIV) أو الإيدز (AIDS)، أو استخدام الكورتيكوستيرويدات على المدى الطويل وغيرها من أدوية ضعف المناعة.
 - الأشخاص الذين يعانون من السمنة المفرطة (مقدار مؤشر كتلة الجسم 40 أو أعلى).
 - مرضى داء السكري.
 - الأشخاص الذين يعانون من أمراض الكلى المزمنة ويخضعون للغسيل الكلوي.
 - الأشخاص الذين يعانون من أمراض الكبد.

إجراء اختبار مرض فيروس كورونا (COVID-19) مجاناً
إذا كنت تظن أنك أو شخصاً ما في منزلك مصاب بمرض فيروس كورونا (COVID-19) وكنت ترغب في إجراء الاختبار،
فبادر بزيارة الرابط ohealthinfo.com/covidtest لتتعرف على أماكن إجراء الاختبار.

مصادر مرض فيروس كورونا (COVID-19)
لمزيد من المعلومات عن الحصول على مساعدة من أجل البطالة، والإعاقة، والطعام، بادر بزيارة together.ocgov.com.

