

قواعد الوقاية من العدوى التي يجب على المسافرين إلى دول الشرق الأوسط الالتزام بها

طرق الوقاية

الفترة



قبل السفر

- الامتناع عن السفر بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من انخفاض المناعة، بمن فيهم المسنون الذين تتجاوز أعمارهم ٦٥ عامًا، والأطفال، والحوامل، والمرضى المصابون بالسرطان، والأشخاص المصابون بأمراض تحتاج أولوية في العلاج، بما فيها السكري، وارتفاع ضغط الدم، وأمراض القلب.

- الامتناع عن زيارة المزارع أثناء السفر، وتجنب الاتصال المباشر مع الجمال وعدم تناول لحوم الجمال النيئة وحليب الإبل الخام



- الامتناع عن زيارة الأماكن المكتظة بالناس قدر الإمكان (وفي حالة الاضطرار يوصى بارتداء أقنعة)



- تجنب الاتصال المباشر مع الناس الذين لديهم حمى أو أعراض تنفسية



- غسل الأيدي بالماء والصابون مرارا وتكرارا
- في حالة عدم وجود صابون، يمكن تطهير الأيدي بمطهر لليد يحتوي على الكحول



في فترة السفر

- تغطية الفم والأنف باستخدام أكمام الملابس عند السعال أو العطس
- ارتداء أقنعة عند ظهور أعراض تنفسية



- عدم لمس العين أو الأنف أو الفم دون غسل الأيدي



- إذا كان لديكم حمى أو أعراض تنفسية في غضون ١٤ يوم بعد زيارتكم إلى منطقة الشرق الأوسط، نرجو منكم الاتصال برقم 1339 الخاص بمركز الاتصالات التابع لهيئة السيطرة على الأمراض والوقاية منها، قبل أن تزوروا أي مستشفى أو عيادة طبية.



بعد السفر

