

مرض فيروس كورونا 2019

تعرف على الأعراض وما يجب فعله إذا كنت مريضاً

لعرض هذا المستند بلغات مختلفة أو بتنسيق الويب، تفضل بزيارة ph.lacounty.gov/acd/ncorona2019/covidcare

ملحوظة هامة: هذا الدليل مخصص للأشخاص الذين يعانون من أعراض بسبب COVID-19 قد تسبب لهم القلق. إذا اعتقد طبيبك أنك مصاب بـ COVID-19 - أو - لديك اختبار إيجابي لـ COVID-19، يجب عليك عزل نفسك وأن تتبع [تعليمات العزل المنزلي](#) عن بانتباه.

أعراض COVID-19

لقد عانى الأشخاص المصابين بـ COVID-19 من مجموعة واسعة من الأعراض، بدءاً من الأعراض الخفيفة إلى المرض الشديد. إن كبار السن والأشخاص الذين يعانون من حالات طبية كامنة مثل أمراض القلب أو الرئة أو مرض السكري معرضون لخطر الإصابة بمضاعفات أكثر خطورة من COVID-19.

إذا كنت تعاني من الحمى مع السعال أو ضيق التنفس، فمن المفترض أن تكون مصاباً بـ COVID-19. أخبر طبيبك واحصل على اختبار لـ COVID-19. لحماية الآخرين، ابق في المنزل، وارتدي كمامة عند طلب الرعاية الطبية، واتبع [تعليمات العزل المنزلي](#).

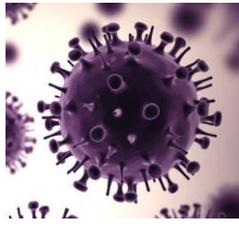
قد تظهر الأعراض بعد يومين إلى 14 يوماً من التعرض للفيروس وقد تشمل:

ألم في العضلات أو الجسم	حمى
صداع	سعال
التهاب الحلق	ضيق في التنفس/صعوبة في التنفس
غثيان أو قيء	إرهاق
إسهال	قشعريرة
فقدان جديد لحاستي التذوق والشم	احتقان أو سيلان بالأنف

لا تشمل هذه القائمة جميع أعراض COVID-19.
قد لا يعاني بعض المصابين بـ COVID-19 من أعراض.

السعي للحصول على استشارة أو رعاية طبية

- إذا كنت تعاني من الحمى مع السعال أو ضيق التنفس، فمن المفترض أن تكون مصاباً بـ COVID-19. يجب أن تخبر طبيبك وتحصل على اختبار COVID-19. تأكد من ارتداء غطاء للوجه عند إجراء الاختبار واتباع [تعليمات العزل المنزلي](#).
- إذا ظهرت عليك أي من الأعراض الأخرى المذكورة أعلاه، أو أي أعراض ليست في القائمة ولكن تثير قلقك، فتحدث مع طبيبك. إذا كان عمرك 65 عاماً أو أكثر أو لديك مشكلة صحية مثل مرض مزمن أو ضعف جهاز المناعة، فمن المهم بشكل خاص أن تخبر طبيبك أن لديك هذه الأعراض الجديدة.
- دُون اليوم الذي بدأت فيه الأعراض لأول مرة وراقب صحتك.
- اطلب رعاية طبية فورية إذا تفاقمت الأعراض. إذا كانت تلك الأعراض تهدد حياتك، فاتصل برقم 911.



مرض فيروس كورونا 2019

تعرف على الأعراض وما يجب فعله إذا كنت مريضاً

اتصل على 911 في حالة وجود علامات تحذيرية طارئة



إذا أخبرك طبيبك أنه يعتقد أنك مصاب بـ COVID-19، أو إذا كان الاختبار إيجابياً لـ COVID-19، أو إذا كنت تعاني من الحمى والسعال أو ضيق في التنفس، يجب عليك:

- البقاء في المنزل باستثناء الحصول على الرعاية الطبية.
- اتباع [تعليمات العزل المنزلي](#) بعناية.
- إخبار جميع الأشخاص الذين كنت على اتصال وثيق بهم، بدءاً من يومين قبل أن تبدأ أعراضك أنهم بحاجة إلى الحجر الصحي. أخبرهم أنهم بحاجة إلى اتباع [تعليمات الحجر الصحي المنزلي](#).

من المهم جداً اتباع هذه التعليمات للمساعدة في منع انتشار المرض إلى الأشخاص الموجودين في منزلك ومجتمعك.

العثور على الرعاية الطبية

- إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في العثور على طبيب، فاتصل بخط معلومات مقاطعة لوس أنجلوس 2-1-1، المتاح على مدار 24 ساعة طوال أيام الأسبوع.
- للحصول على اختبار COVID-19، اتصل بطبيبك أو قم بزيارة covid19.lacounty.gov/testing، أو اتصل على 2-1-1. اضغط [هنا](#) لمزيد من المعلومات حول اختبارات COVID-19.

الصحة النفسية

- يعتبر هذا وقت مقلق ومرهق. تتوفر نصائح للمساعدة في التأقلم [هنا](#)، وتتوفر مصادر الصحة النفسية والمصادر الأخرى من خلال زيارة 211la.org/resources/subcategory/mental-health أو بالاتصال على 2-1-1.
- إذا كنت بحاجة إلى التحدث مع شخص ما بشأن صحتك النفسية، فاتصل بطبيبك أو بخط المساعدة الخاص بمركز الوصول إلى الصحة النفسية التابع لمقاطعة لوس أنجلوس على مدار 24 ساعة طوال أيام الأسبوع على الرقم (800) 854-7771 أو اتصل على 2-1-1.