

الوقاية من COVID-19
لذوي المناعة الضعيفة
أو المسنين

COVID-19
PREVENTION FOR THE
IMMUNOCOMPROMISED
OR ELDERLY



PRECAUTIONS

FOR 14 DAYS

If you are immunocompromised or elderly:



Wash your hands frequently using soap and water or using alcohol hand sanitizer



Clean surfaces frequently with any home detergent



Stay away from sick contacts



Avoid crowded areas



Avoid visiting hospitals or clinics or healthcare facilities unless medically needed



If you come to a medical care facility, wear a medical mask before entering and keep it during your visit until you leave



Minimize your visit time at the healthcare facility



Avoid crowded waiting areas



Keep your hand sanitizer with you at all time, and use it frequently as needed



Wash your hands before entering and when leaving the healthcare facility



If somebody else uses your car, clean it from the inside with a regular detergent before you use it

الاحتياطات

مدة ١٤ يومًا

إذا كنت من ذوي المناعة الضعيفة أو المسنين:

اغسل يديك بشكل متكرر مستخدماً الصابون والماء أو من خلال وضع سائل تطهير اليدين



نظّف الأسطح بشكل متكرر مستخدماً أيّ منظّف منزليّ



ابق بعيداً عن ملامسة المرضى



تجنّب الأماكن المكتظة



تجنّب زيارة المستشفيات أو العيادات أو مراكز الرعاية الصحيّة إن لم تكن هناك حاجة طبيّة



إذا حضرت إلى مركز للرعاية الطبيّة، ضع قناعاً طبياً قبل الدخول، ابق عليه طيلة فترة زيارتك وحتى حين مغادرتك



قم بتقليص مدّة زيارتك لأي منشأة للرعاية الصحيّة



تجنّب مناطق الانتظار المزدحمة



احتفظ بسائل تطهير اليدين معك دائماً واستخدمه بشكل متكرر حسب الحاجة



اغسل يديك قبل دخولك وعند مغادرتك مركز الرعاية الصحيّة



في حال استخدم شخص آخر سيارتك، فعليك تنظيفها من الداخل بمنظف عادي قبل قيادتها من جديد

