

## الدليل الإرشادي الوقائي الخاص بفيروس كورونا الجديد (COVID-19) في المساجد

### عن الفيروس

فيروسات كورونا (CoV) هي عائلة كبيرة من فيروسات الحمض النووي الريبي RNA التي تسبب أمراضًا تتراوح من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأكثر حدة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS-CoV) ومتلازمة الجهاز التنفسي الحادة الوخيمة (SARS-CoV). وعلى الرغم من أنه تم تسجيل معظم الحالات مبدأً في جمهورية الصين، إلا أن (COVID-19) امتد إلى عدد من الدول حول العالم.

### كيف ينتشر (COVID-19):

عندما يقوم الشخص المصاب بـ (COVID-19) بالسعال أو الزفير فإنه يقوم بإطلاق قطرات من السوائل المصابة بالمرض، وتقوم تلك القطرات المصاحبة لذلك بالسقوط على الأسطح والأشياء القريبة منه مثل المكاتب أو الطاولة أو الهواتف. ومن ثم ينتقل المرض عن طريق لمس الأشخاص لتلك الأسطح الملوثة ثم لمس العين أو الفم أو الوجه. كذلك من الممكن انتقال المرض إذا كان الشخص يقف على بعد متر واحد أو مترين من الشخص المصاب بـ (COVID-19) وذلك عن طريق المخالطة المباشرة من خلال الرذاذ المتطاير من هؤلاء المصابين. مع العلم بأن معظم الأشخاص المصابين بـ (COVID-19) يعانون من أعراض خفيفة ويتعافون منها، إلا أن البعض قد يمر بتجربة أكثر خطورة وقد يحتاج إلى رعاية في المستشفى.

### خطر الإصابة:

يرتفع خطر الإصابة بين بعض الفئات مثل:

- ١- كبار السن.
- ٢- الأشخاص الذين يعانون من حالات مرضية مثل مرض السكري وأمراض القلب والرئة.
- ٣- الأشخاص الذين يعانون من ضعف في المناعة وبعض الفئات المعرضة للأمراض.

### أعراض الإصابة:

من أبرز أعراض الإصابة: الحمى، والسعال، وضيق في التنفس، وقد تتطور الأعراض -أحيانًا- إلى التهاب رئوي. وقد تسبب العدوى مضاعفات حادة لمن يعانون ضعفًا في الجهاز المناعي، أو أمراضًا مزمنة، وكبار السن.

### بعض الطرق البسيطة لمنع انتشار COVID-19 بين المصلين داخل المساجد

الاستعداد والتزود بأحدث التدابير الوقائية الواجب اتخاذها يساعد على وضع خطط لحماية نفسك والآخرين من العدوى، حيث يمكن أن تنتشر العدوى بسهولة بين المصلين في المساجد. يمكن أن تؤدي التجمعات العامة إلى ارتفاع نسبة الإصابة بالعدوى بمعدل ١٠% لذلك احرص على:

- تجنب المصافحة
- الحرص على تعقيم اليدين قبل وبعد استخدام المصاحف والمنشورات في المساجد
- أخذ لقاح الأنفلونزا
- الحرص على تغطية الفم والأنف عند السعال أو العطاس بمحارم ورقية والتخلص منها مباشرة في سلة المهملات
- الحرص على عدم لمس الوجه (العين، الأنف، الفم) إلا للضرورة
- تجنب مشاركة جهاز الهاتف المحمول
- البقاء في المنزل عند الشعور بالأعراض، حيث يمكن أن ينتشر الفيروس من خلال الشخص المصاب لمدة تصل إلى ٢٤ ساعة بعد أن تهدأ الأعراض

لطلب المساعدة اتصل على 937

