

الإجراءات التي يمكنك القيام بها إذا كنت أكثر عرضة لخطر الإصابة بمرض وخيم نتيجة للإصابة بمرض كوفيد-19

بناءً على المعلومات المتاحة
حاليًا، فإن أولئك الأشخاص
الأكثر عرضة لخطر الإصابة
بمرض وخيم نتيجة للإصابة
بمرض كوفيد-19 هم:



- عدوى فيروس نقص المناعة البشرية
- حالة المناعة المنقوصة (ضعف الجهاز المناعي)
- أمراض الكبد
- زيادة الوزن والسمنة
- الحمل
- مرض فقر الدم المنجلي أو الثلاسيميا
- التدخين، سواء كان حاليًا أو في وقت سابق
- زراعة عضو صلب أو خلية جذعية مكونة للدم
- السكتة الدماغية أو الأمراض الدماغية الوعائية، والتي تؤثر على تدفق الدم إلى المخ
- اضطرابات استخدام المواد

- كبار السن
- المصابين بالأمراض التالية من مختلف الفئات العمرية:
- السرطان
- مرض الكلى المزمن
- أمراض الرئة المزمنة، بما في ذلك داء الانسداد الرئوي المزمن (COPD)، الربو (المتوسط إلى الشديد)، المرض الرئوي الخلالي، التليف الكيسي، فرط ضغط الدم الرئوي
- الخرف أو الحالات العصبية الأخرى
- السكري (النوع 1 أو النوع 2)
- متلازمة داون
- أمراض القلب (مثل قصور القلب أو مرض الشريان التاجي أو أمراض اعتلال عضلة القلب أو فرط الضغط)

cdc.gov/coronavirus

اتصل بمقدم الرعاية الصحية المتابع لك إذا أصابك المرض.
لمزيد من المعلومات حول الخطوات التي يمكنك اتخاذها لحماية
نفسك، راجع نشرة مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها
بمعنوان **كيف تحمي نفسك**.



324017-C June 10, 2021 5:10 PM

ساعد في حماية نفسك والآخرين باتباع الخطوات التالية:



خلال السفر



غسل الأيدي باستمرار أو استخدام معقم كحولي للأيدي.



ارتد قناعاً يغطي أنفك وفمك تماماً ويناسب بشكل مريح جانبي وجهك حتى إذا تلقيت اللقاح.



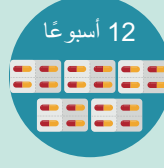
أخطر IOM وموظفي شركة الخطوط الجوية إذا كنت تشعر بالمرض أثناء السفر.



تجنب الاختلاط عن قرب (متران/6 أقدام) مع الأشخاص الذين لا يعيشون معك.



قبل المغادرة



تلقى إمداد دوائي يكفي لمدة 12 أسبوعاً.



زيارة مقدم الرعاية الصحية المتابع لك وإعداد سجلاتك الطبية.



سوف تحتاج إلى اختبار فيروسي لمرض كوفيد-19 فيما لا يزيد على 3 أيام قبل السفر أو مستند شفاء* من مرض كوفيد-19.



ناقش خيارات تلقيح مرض كوفيد-19 مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك.

*مستندات الشفاء تشمل دليل اختبار فيروسي في آخر 3 شهور وخطاباً من مقدم رعاية صحية أو مسؤول صحة عامة يفيد بأنه مسموح لك بالسفر.



في حال شعورك بالإعياء واشتباك في الإصابة بمرض كوفيد-19، عليك:



اتصل بـ 911 واطلب الرعاية الطبية على الفور إذا ظهرت عليك العلامات التحذيرية الطارئة (بما في ذلك صعوبة التنفس).



الاتصال بمقدم الرعاية الصحية المتابع لك والأخصائي الاجتماعي بوكالة التوطين. إذا كنت بحاجة إلى مترجم للتحدث مع مقدم الرعاية الطبية المتابع لك، فيمكن أن يساعدك الأخصائي الاجتماعي الخاص بك.



قومي بالبقاء في المنزل. تجنب مخالطة الآخرين قدر الإمكان.



بعد الوصول



مراقبة أعراض كوفيد-19. قم بقياس درجة الحرارة في حال الشعور بالمرض.



اتصل بالموظف الاجتماعي لمؤسسة التسوية الخاصة بك للحصول على المتطلبات والتوصيات المحددة في منطقتك.



استمر في القيام بالخطوات المذكورة في "أثناء السفر" حتى يتم تلقيحك بشكل تام ضد فيروس كوفيد-19 (أسبوعان بعد جرعتك الأخيرة).



اسأل مقدم الرعاية الصحية أو الموظف الاجتماعي لمؤسسة التسوية الخاصة بك حول تلقي لقاح فيروس كوفيد-19 إذا لم تكن قد حصلت على اللقاح بعد.