



Australian Government
Department of Health

استخدام أقنعة الوجه في المجتمع

ما هو فيروس كورونا

فيروس كورونا (COVID-19) هو عدوى تنفسية تنتشر من شخص لآخر من خلال قطرات من سعال أو عطس شخص مصاب.

يمكن أن ينتشر أيضاً عن طريق لمس الأشياء أو الأسطح التي تحتوي على قطرات من شخص مصاب، ثم تلمس فمك أو وجهك.

هل يجب علي ارتداء قناع؟

مع ارتفاع معدلات COVID-19 في بعض أجزاء أستراليا، يحتاج البعض منا الآن إلى ارتداء قناع الوجه في الأماكن العامة - إما أنه مطلوب أو موصى به. من المهم أن تظل على اطلاع على النصائح في منطقتك المحلية. إذا كنت في منطقة نصحت بها ولايتك أو إقليمك أو حكومتك المحلية بأنه يجب عليك أو يجب ارتداء قناع في الأماكن العامة، فالرجاء اتباع توجيهاتهم. تحقق بانتظام من مواقع حكومة الولاية أو الإقليم أو قم بزيارة Australia.gov.au.

يرجى أن تتذكر بأن الأقنعة مفيدة لمنع الأشخاص المصابين بالفيروس من نقله إلى الآخرين في المجتمع. يرجى العلم بأنها فعالة فقط عند استخدامها مع تدابير مكافحة العدوى الأخرى.

حتى إذا كنت ترتدي قناع وجه، يجب أن تتبع الابتعاد الجسدي، ونظافة الأيدي والجهاز التنفسي الجيدة، والبقاء في المنزل عندما لا تكون على ما يرام.

كيفية استخدام القناع بشكل صحيح؟

من المهم ارتداء القناع بشكل صحيح لتجنب زيادة خطر العدوى لنفسك وللآخرين. قد يؤدي لمس القناع أو إزالته إلى تلويث يديك.

يرجى غسل يديك قبل وضع القناع، مباشرة وبعد إزالته، وفي كل مرة تلمسه أثناء الاستخدام.

عند ارتدائه، تأكد من أنه يغطي أنفك وفمك وتلبسه بشكل جيد ومريح تحت ذقنك، وعلى جسر أنفك وعلى جانبي وجهك.

لا تدعه معلق حول العنق ويرجى عدم لمس الجزء الأمامي من القناع في أي وقت. إذا أصبح القناع رطباً، فأنت بحاجة إلى تغييره.

ماذا أفعل بالقناع بعد ان انتهيت من استخدامه؟

إذا كان القناع هو قناع يستخدم لمرة واحدة، فارنديه مرة واحدة فقط ثم ضعه في سلة المهملات.

إذا كان لديك قناع من القماش يمكن إعادة استخدامه، ضعه في كيس بلاستيكي حتى تتمكن من غسله.

يمكن غسل أقمعة القماش في الغسالة مع الملابس الأخرى.

يمكنك أيضاً أن تغسله باليدين باستخدام الصابون وأعلى درجة سخونة مناسبة للقماش المصنوع منه.

جفف القناع القماش بالكامل في نشافة الملابس أو في الهواء الطلق قبل إعادة استخدامه.

ابقِ خالياً من COVID

لحماية مجتمعاتنا، يجب على الجميع مواصلة القيام بالأشياء الثلاثة الأكثر أهمية لوقف انتشار الفيروس:

- ابقِ على بعد 1.5 متراً على الأقل عن الآخرين كلما وحيثما استطعنا.
- ممارسة النظافة الجيدة عن طريق غسل اليدين بانتظام بالماء والصابون. إذا لم يتوفر الماء والصابون، استخدم معقم اليدين الذي يحتوي على الكحول. لا تلمس وجهك، وتذكر السعال والعطس في مرفقك بدلاً من يدك.
- قم بتنزيل تطبيق COVIDSafe. يساعد التطبيق على تتبع الأشخاص الذين كنت على اتصال وثيق بهم.

الآن أكثر من أي وقت مضى، من المهم أن تبقى في المنزل إذا كنت تعاني من أعراض مثل البرد أو الأنفلونزا. إذا كنت مصاباً بالحمى أو السعال أو التهاب الحلق أو ضيق في التنفس، قم بإجراء اختبار فيروس كورونا. يمكننا جميعاً القيام بواجبنا للمساعدة في وقف انتشار COVID-19

تحديثات على تطبيق COVIDSafe

بالإضافة إلى اللغة الإنجليزية، يتوفر تطبيق COVIDSafe الآن باللغات العربية والصينية المبسطة والتقليدية والفيتنامية والكورية. سيتوفر التطبيق أيضاً باللغتين الإيطالية واليونانية قريباً.

يساعد تطبيق COVIDSafe مسؤولي الصحة العامة على إخطار الأشخاص الذين كانوا على اتصال بشخص مصاب بـ COVID-19. إذا قمت بتنزيل التطبيق، يمكنك اختيار السماح لمسؤولي الصحة بالوصول إلى المعلومات الموجودة على التطبيق. وهذا يسمح لهم بالتعرف بسرعة على الأشخاص المصابين والاتصال بهم ومنع الفيروس من الانتشار.

مزيد من المعلومات حول COVID-19

من المهم أن تبقى على اطلاع من خلال المصادر الرسمية. قم بزيارة health.gov.au ، اتصل بخط مساعدة Coronavirus على الرقم 1800 020 080 أو خدمة الترجمة الخطية و الشفهية على 131 450.