

# هل تعيش في منطقة تنتشر فيها الملاريا أو حمى الضنك أو غيرها من الأمراض المعدية المتوطنة؟

خلال جائحة كوفيد-19، تكتسي حماية الأطفال من الإنفلونزا أكثر أهمية من أي وقت مضى.

وإذا كان لديك شك في أنك مصاب بالإنفلونزا أو ظهرت عليك أي من الأعراض التالية، فالتمس الرعاية الطبية على الفور:



صعوبة التنفس أو ضيق النفس



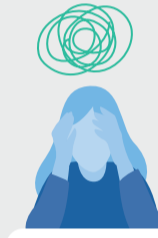
فقدان القدرة على الكلام أو الحركة



حمى أو سعال تنخفض شدتهما بعض الشيء ثم يعاودان الظهور أو يتفاقمان



نوبات



الدوخة أو التخليط



ألم أو ضغط في الصدر أو البطن



الضعف أو عدم الثبات



عدم القدرة على التبول



ألم شديد في العضلات



تفاقم الحالات المرضية المزمنة

ونظرًا لأن لقاح الإنفلونزا لا يحميك من كوفيد-19، فيرجى اتخاذ الاحتياطات التالية:



افتح النافذة



تجنب التجمعات أو الأنشطة الجماهيرية الحاشدة



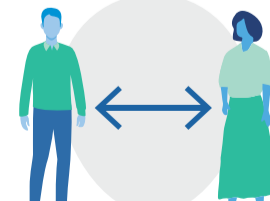
تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك



اسعل أو اعطس في مرفقك في المني أو في منديل ورقي



ارتدِ كمامة عندما يتعدّر عليك الحفاظ على مسافة متر واحد من الآخرين



حافظ على مسافة لا تقل عن متر واحد من الآخرين



نظّف يديك بشكل متكرر