



# حارب الإنفلونزا

## A (H1N1)

### ما هي إنفلونزا A (H1N1) (إنفلونزا الخنازير)؟

هي مرض يسببه فيروس الإنفلونزا من نوع A (H1N1) يصيب الجهاز التنفسي في الخنازير. قد يصاب الإنسان بإنفلونزا الخنازير حيث تنتقل العدوى من شخص لآخر، وقد تم التبليغ عن حالات عدوى بين الأشخاص في مناطق مختلفة من العالم.

### ما هي طرق العدوى؟

ينتقل الفيروس من شخص إلى آخر عن طريق التعرض للسعال أو العطس من قبل أشخاص مصابين أو ملامسة الأدوات والأسطح الملوثة بالرذاذ الناتج عن السعال أو العطس أو التعامل المباشر مع الخنازير المصابة.

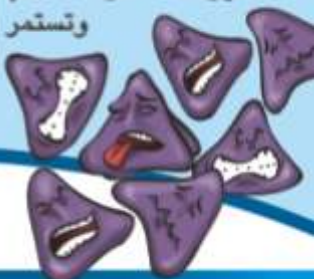
### ما هي الأعراض؟

أعراض إنفلونزا الخنازير في الإنسان مشابهة لأعراض الإنفلونزا الموسمية وتشمل ارتفاع في درجة حرارة الجسم، سعال، ألم في العضلات، قشعريرة، سيلان في الأنف، إحتقان في الحلق، إسهال، قيء وصداع.



### ما هي فترة العدوى؟

يكون الشخص المصاب معدياً قبل يوم من ظهور الأعراض وتستمر العدوى لمدة سبعة أيام بعد ظهور الأعراض.



صحتنا ... مسؤوليتنا



# كيف تحمي نفسك وأسرتك من الإنفلونزا؟

● اغسل يديك بالماء  
والصابون باستمرار



● تأكد من تغطية فمك  
وأنفك أثناء السعال أو  
العطس (من الأفضل  
أن تستخدم منديلا  
وتخلص منه بعد  
الاستعمال مباشرة)



● ابعده يديك عن أنفك  
وفمك وعينيك



● احرص على التنظيف  
المستمر للأسطح  
والأرضيات بالمطهرات



● التزم البيت عند الشعور  
بأعراض الإنفلونزا  
واستشر الطبيب  
● تجنب الأماكن  
المزدحمة

