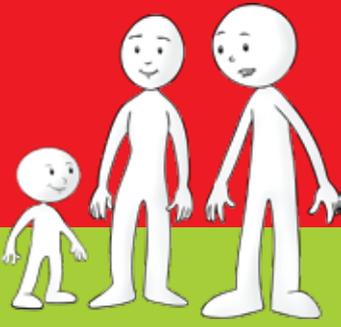


كيف حمي أطفالك



جائحة (H1N1) 2009



اطلب من أطفالك أن يغطوا الفم والأنف عند السعال أو العطاس وأكد لهم أنه يمكنهم استخدام الجزء العلوي من الذراع، أو منديل ورقي أو منديل قماشي نظيف



تأكد أن أطفالك يغسلون أيديهم بالماء والصابون عدة مرات كل يوم، وأنهم يجففونها جيداً



الأطفال الذين تظهر عليهم أعراض بسيطة للإنفلونزا ولا يعانون من أوضاع صحية مزمنة لا بد من إبقائهم بالمنزل، مع الراحة التامة حتى اكتمال شفائهم



احذر أعراض الإنفلونزا وأهمها: ارتفاع درجة الحرارة لأكثر من 38 درجة مئوية، سيلان الأنف، والسعال، الصداع، وآلام العضلات والمفاصل



إذا كان طفلك فوق سن الخامسة وارتفعت حرارته لأكثر من 38 درجة مئوية، وظهرت عليه أعراض تنفسية أخرى، واستمرت هذه الأعراض لأكثر من ثلاثة أيام، رغم تناول الأدوية الخافضة للحرارة، فعليك طلب الرعاية الطبية فوراً



إذا كان طفلك دون سن الخامسة وظهرت عليه أعراض الإنفلونزا سارع بطلب الرعاية الطبية على الفور



ينبغي عزل الأطفال المرضى الذين يتم علاجهم بالمنزل عن سائر أفراد الأسرة



إذا كان طفلك يعاني من أوضاع صحية مزمنة وظهرت عليه فجأة أعراض الإنفلونزا سارع بطلب الرعاية الطبية فوراً

لا تعطي أي دواء من الأدوية المضادة للفيروسات أو المضادات الحيوية أو الأدوية التي تحتوي على الأسبرين دون مشورة طبية ملائمة



اطلب من أطفالك تجنب الذهاب إلى الأماكن المزدحمة إلا عند الضرورة، والامتناع عن عناق الآخرين وتقبيلهم عند التحية



علم أطفالك أن يتجنبوا تبادل أكواب الشرب والمناشف وغيرها ويتجنبوا لمس العينين أو الأنف أو الفم دون غسل اليدين

الغالبية العظمى من المصابين بالإنفلونزا (H1N1) 2009 تتحسن حالتهم دون تدخل طبي

في حالة الطوارئ سارع بالاتصال بأقرب طبيب

لمزيد من المعلومات :

<http://www.emro.who.int/csr/h1n1>
<http://www.who.int>

الوقاية خير من العلاج

منظمة الصحة العالمية
المكتب الإقليمي لشرق المتوسط