



MERS-COV

فيروس كورونا المسبب لمتلازمة الشرق الأوسط التنفسية

رسائل وقائية للحجاج والمعتمرين

فيروس كورونا يمكن أن يسبب مرضاً خطيراً ومميتاً في بعض الأحيان. ومع ذلك يمكنك، من خلال اتخاذ احتياطات معينة، حماية نفسك ووقف انتشار المرض.

الأعراض الشائعة هي:

صعوبة في التنفس



السعال



الحمى
(٣٨ درجة أو أكثر)



احرص على تغطية الفم عند السعال أو العطس بمنديل ورقي. وإذا لم يتوافر منديل، يمكنك السعال أو العطس في الجزء العلوي من الأكمام



إذا كنت تعاني مرضاً مزمناً (مثل الالتهاب الرئوي المزمن، أو الفشل الكلوي أو السكري)، يجب استشارة الطبيب قبل السفر للعمرة أو الحج



جُنب ملامسة الإبل. وكذلك شرب حليب الإبل غير المبستر، ولا تأكل لحم الإبل إلا إذا كان جيد الطهي



اغسل يديك بالماء والصابون بانتظام. وحافظ على نظافتك الشخصية



إذا شعرت بأعراض مثل الحمى أو السعال الشديد خلال أسبوعين من عودتك من العمرة أو الحج، اتصل على الفور بالمرفق الصحي الأقرب إليك



في حال شعورك بالحمى (٣٨ درجة أو أكثر) أو السعال أو ضيق في التنفس، سارع بالاتصال بالمرفق الصحي الأقرب إليك



MERS-CoV

Middle East respiratory syndrome coronavirus



Preventive messages for hajj and umrah pilgrims

MERS-CoV can cause serious and sometimes deadly illness. However, by adopting certain precautions you can protect yourself and stop the spread of disease.

► The common symptoms are:



Fever
(38° C and higher)



Cough



Difficulty in breathing



If you have a chronic disease (e.g. chronic lung disease, renal failure or diabetes), consult your physician before travelling for umrah or hajj



Cover your mouth with a disposable tissue when coughing or sneezing. If a tissue is not available, cough or sneeze into your upper sleeve



Wash your hands regularly with soap and water and maintain good personal hygiene



Avoid close contact with camels, drinking unpasteurized camel milk and only eat well cooked camel meat



If you have fever (38° C and higher), cough or difficulty in breathing during hajj or umrah, contact your nearest health worker



If you develop fever or severe cough within two weeks of returning from hajj or umrah contact your nearest health worker

Design and illustration by YAT Communication

WHO/EMR/CSR074/E



WWW.EMRO.WHO.INT
[/WHOEMRO](https://www.facebook.com/WHOEMRO)
[@WHOEMRO](https://twitter.com/WHOEMRO)

**Avoid unnecessary visits
to health care facilities**



**World Health
Organization**

Regional Office for the Eastern Mediterranean

MERS-CoV

Coronavirus du syndrome respiratoire du Moyen-Orient



Messages préventifs s'adressant aux pèlerins (Hadj et Omra)

Le coronavirus du syndrome respiratoire du Moyen-Orient (MERS-CoV) peut causer de graves maladies qui sont parfois même mortelles. Cependant, en respectant certaines précautions, vous pouvez vous protéger et arrêter la propagation de la maladie.

► Les symptômes courants sont les suivants :



La fièvre
(38°C ou plus)



La toux



Les difficultés respiratoires



Si vous êtes atteint d'une maladie chronique (par exemple, maladie pulmonaire chronique, insuffisance rénale ou diabète), consultez votre médecin avant d'effectuer un pèlerinage (Omra ou Hadj)



Couvrez-vous la bouche avec un mouchoir en papier jetable lorsque vous tousssez ou éternuez. Si vous n'avez pas de mouchoir, tousssez ou éternuez dans la manche de votre chemise



Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon régulièrement et maintenez une bonne hygiène personnelle



Évitez de vous approcher des chameaux, de boire du lait non pasteurisé et ne mangez que de la viande de chameau bien cuite



Si vous avez de la fièvre (38° C ou plus), si vous tousssez ou avez des difficultés à respirer, contactez l'agent de santé le plus proche



Pendant deux semaines après votre retour du pèlerinage (Omra ou Hadj), si vous présentez des symptômes tels de la fièvre ou une toux sévère, prenez contact immédiatement avec l'établissement de santé le plus proche

