

## "فيروس كورونا - توصيات للعمل"

خط المساعدة دريسدن "Helpline Dresden" هو خط للطوارئ والرد على استفسارات المهاجرين باللغات الإنجليزية والألمانية والعربية. يعمل خط المساعدة دريسدن بالتعاون مع متطوعين مدربين. فيما يلي سنزودك بمعلومات عن فيروس كورونا المستجد وتوصيات العمل المتعلقة به. يرجى الاتصال بنا فقط في حال لم تثمر اتصالاتك مع أرقام الهاتف المدرجة أدناه. ماعدا ذلك فإننا نطلب منك إبقاء خط المساعدة دريسدن متاحاً لمهمته الفعلية، أي لحالات الطوارئ.

ما يمكن أن يفعله متطوعو خط المساعدة دريسدن على الهاتف:

1. لا يمكننا إجراء التشخيص.
2. نشير إلى المعلومات العامة من معهد روبرت كوخ وعاصمة الولاية دريسدن. هذه هي:

### الأعراض:

- الحمى، السعال، آلام الحلق، مشاكل في التنفس، آلام الأطراف، والإرهاق.
- قد يحدث الإسهال في حالات فردية.

### الإجراءات:

- إذا كنت قادم من منطقة خطر ولديك أعراض: إذا عدت من منطقة خطر حددها معهد روبرت كوخ (مناطق الخطر من هنا: [www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html)) وظهرت لديك أعراض، يرجى الاتصال بمكتب صحة المدينة على الفور (الخط الساخن للمعلومات **+49 (0351) 4885322** ، متاح بالألمانية بشكل أساسي) أو إرسال رسالة مباشرة عبر فيسبوك <https://www.facebook.com/stadt.dresden>. بالإضافة إلى ذلك، يرجى الاتصال بطبيب الأسرة. (ملاحظات حول العثور على طبيب أدناه \*)
- إذا كنت قادم من منطقة خطر وليس لديك أعراض: إذا كنت قادماً من منطقة خطر وليس لديك أعراض، عليك إجراء فحص مخبري خلال 72 ساعة وإخبار مكتب صحة المدينة (**+4903514885322**). توقف عن الاختلاط بالناس وابقى في المنزل لمدة 14 يوماً. راقب حالتك الصحية وأبلغ طبيب الأسرة عن أي أعراض. (ملاحظات حول العثور على طبيب أدناه \*)
- اختلاط وأعراض: إذا كان لديك اختلاط مع شخص ثبت أنه مريض وظهرت لديك الأعراض، عليك إخبار مكتب صحة المدينة وطبيب الأسرة على الفور. سوف يقومون بإجراء فحص مخبري، والتكاليف سيدفعها التأمين الصحي.
- الأعراض فقط: يمكن لجميع المواطنين الآخرين الذين يعانون من الأعراض الاتصال بطبيب الأسرة ومن ثم الذهاب إليه.
- اختلاط فقط: بإمكانك إجراء الفحص المخبري لدى طبيب الأسرة. التكاليف سيدفعها التأمين الصحي. على أي حال عليك أيضاً إخبار مكتب صحة المدينة (**+4903514885322**) كي يمكنه تتبع سلسلة العدوى.

### \* المساعدة في بحث الطبيب:

- إذا لم يكن لديك طبيب أسرة، يرجى إيجاد طبيب أسرة والاتصال به.
- ستجد هنا قائمة بالأطباء الذين يتحدثون لغات أخرى غير الألمانية. القائمة مرتبة أبجدياً حسب اللغة:

[https://www.mpi-cbg.de/fileadmin/UPLOAD/CoreFacilities/InternationalOffice/documents/doctorslist\\_mpi\\_280519.xls](https://www.mpi-cbg.de/fileadmin/UPLOAD/CoreFacilities/InternationalOffice/documents/doctorslist_mpi_280519.xls)

- مساءً يمكنك الاتصال بخدمة الطوارئ الطبية على الرقم **116 117** (7 مساءً حتى 7 صباحاً ، وكذلك في عطلات نهاية الأسبوع والعطلات الرسمية).

### الفحص المخبري:

- يمكن إجراء الفحص المخبري لأي شخص يدخل ألمانيا في غضون 72 ساعة. توجد محطات اختبار في مطاري Leipzig/Halle و Dresden وكذلك محطات اختبار الطريق السريع (A4: An der ، A17: Heidenholz car park)

- Neisse car park). ويمكن إجراء الفحص المخبري لدى طبيب الأسرة أيضاً. الاختبار مجاني (يتم تغطية التكاليف من قبل التأمين الصحي) في حال تواجد إثبات أن الشخص عائد من الخارج.
- الأشخاص الذين يأتون من مناطق الخطر ملزمون بإجراء الاختبار.
  - من الممكن أيضاً إجراء الاختبار دون أي شروط مسبقة. في هذه الحالة على الشخص دفع ثمن الاختبار بنفسه، يمكن إجراء ذلك على سبيل المثال في مركز اختبار كورونا التابع للمستشفى الجامعي ( Corona-Test-Center des Uniklinikums).
  - يمكنك أيضاً العثور على معلومات شاملة عن اختبارات كورونا باللغة الألمانية هنا:  
<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/corona-test-vo.html>

#### تدابير الحماية:

- غسل شامل لليدين (30 ثانية)
- قم بتغطية الأنف و الفم بمنديل عند السعال أو العطاس. و تخلص منه فوراً بعد الاستخدام.
- السعال أو العطاس في الجزء العلوي من أكمامك أو ذراعك إذا لم تجد منديلاً.
- أبعد يديك عن وجهك.
- حافظ على مسافة مترين من الآخرين.
- تجنّب المصافحة.
- تهوية الغرف بانتظام.

#### أرقام هاتف أخرى:

- خدمة الطوارئ الطبية للحصول على معلومات عن الحالات المشتبه بها: 116 117
- هاتف وزارة الصحة في ولاية ساكسن المخصص لموضوع فيروس كورونا: **+49 (0351) 564 55855**
- الخط الساخن للمعلومات التابع لمكتب صحة المدينة: **+49 (0351) 4885322** الاثنين والأربعاء من 8 صباحاً إلى 4 مساءً، الثلاثاء والخميس من 8 صباحاً إلى 6 مساءً والجمعة من 8 صباحاً إلى 2 مساءً (متاح بالألمانية بشكل أساسي) أو إرسال رسالة مباشرة عبر فيسبوك <https://www.facebook.com/stadt.dresden>.

#### روابط:

- معهد روبرت كوخ:  
[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/nCoV\\_node.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/nCoV_node.html)
- دريسدن: <https://www.dresden.de/de/leben/gesundheit/hygiene/infektionsschutz/corona.php>
- الإنجليزية: [https://www.dresden.de/en/city/corona\\_en.php](https://www.dresden.de/en/city/corona_en.php)
- الإسبانية: <https://www.dresden.de/es/Nuevo-virus-Corona-SARS-CoV-2.php>