

راهنما

برای
فصل

ویروس های
تنفسی



منابع

معلومات بیشتر در مورد واکسین‌ها
را دریابید

bit.ly/FluPHL •

bit.ly/COVIDvaxPHL •

bit.ly/RSVvaxPHL •

یک ارائه دهنده خدمات صحتی را دریابید
www.phila.gov/primary-care

از ریاست صحت پیرسید

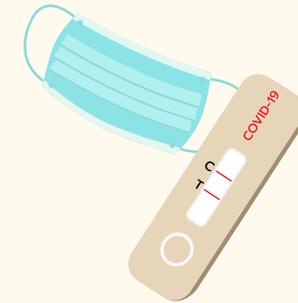
215-685-5488 (از دوشنبه الی جمعه،

از ساعت 8:30 صبح الی 5:00 بعد از ظهر
باز میباشد.)

برای ترجمه شفاهی، برای اسپانیایی عدد 2 و
برای ترجمه به زبان خودتان عدد 3 را
فشار دهید.

برای کمک TRS/TTY شماره 711 را
دایل نمائید.

استراتژی های اضافی برای جلوگیری



ماسک پوشید

یک معاینه

انجام دهید

از استراتژی های اضافی در موارد
ذیل استفاده نمائید:

- بسیاری از افراد در جامعه شما
مریض هستند.
- شما یا اطرافیان تان اخیراً در معرض
مریضی قرار گرفته‌اید، مریض هستید یا
در حال بهبودی هستید.
- به احتمال زیاد که شما یا اطرافیان تان
ممکن به شدت مریض شوید.



جلوگیری از مریضی



خود را واکسین کنید

دستان تان را بشویید

در صورت نیاز دوا بگیرید

برای جلوگیری از شیوع مریضی

در خانه بمانید

احرص علی تهویه الأماكن

اگر احساس مریضی می‌کنید، به مدت

24 ساعت در خانه بمانید و از دیگران دور

بمانید تا هر دو:

• علائم شما رو به بهبود است

• شما (بدون دوا) تب ندارید

بعداً برای 5 روز آینده اقدامات احتیاطی

بیشتر را مد نظر بگیرید.

اگر پرسش‌های دارید، با ارائه دهنده خدمات

مراقبت صحی خود مشوره کنید.

مشهورترین انواع
ویروس‌های تنفسی
عبارتند از:

RSV کوفید-19 زوکام

علائم ویروس تنفسی

سردرد



تب



الإرهاق



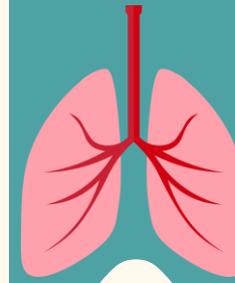
السعال



قشعريرة



ویروس تنفسی چیست؟



ویروس تنفسی نوعی ویروس است که سیستم تنفسی شما (بینی، گلو، شش‌ها و مجراهای هوایی) را آلوده می‌سازد.

ویروس‌های تنفسی می‌توانند همه ما را تحت تأثیر قرار دهند، اما افرادی که احتمال ابتلای آنها به مریضی شدید بیشتر است عبارتند از:

• بزرگسالان مسن‌تر

• نوزادان و اطفال

• افراد دارای معلولیت

• زنان حامله

• افراد دارای شرایط خاص صحی

• افراد دارای سیستم دفاعی ضعیف

