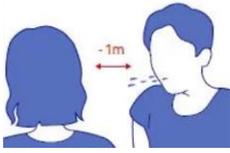


## ARABE

### نصائح الحجز و المراقبة

في الوقت الحالي ، تتطلب حالتك الصحية الحجز لمدة 14 يوماً ومراقبة أعراضك



البقاء في الداخل الأكثر امكانا

إذا كان ذلك ممكنا البقاء في غرفة واحدة

افتح نوافذ الغرفة بانتظام

الحد من الاتصال الجسدي مع المقيمين الآخرين

لا ينصح بالزيارات إلا إذا كانت ضرورية لتناول الطعام ، الممرضات ، إلخ

إذا كنت بحاجة إلى الأدوية أرسل قريباً إلى الصيدلي

### في حالة التنقل الضروري

ارتد قناعاً عند السفر بالحافلة والمترو وما إلى ذلك

حافظ على مسافة أمان لا تقل عن متر واحد مع الأشخاص الآخرين

تجنب الأماكن العامة و الأشخاص الضعفاء المستشفيات ، الأمومة ، المسنين

لا تنس شهادات السفر الخاصة بك بسبب خطر الغرامة

في حالة الموعد الطبي ، أبلغ طاقم التمريض وارتد قناعاً



### النظافة

اغسل يديك على الأقل 6 مرات في اليوم

اسعل في مرفقك

استخدم المناديل القابلة للإستخدام مرة واحدة

لا تلمس الأشياء التي غالباً ما يستخدمها من حولك للهاتف ، جهاز التحكم عن بعد ، إلخ

نظف الأسطح المستعملة في كثير من الأحيان بمقايض الأبواب والنوافذ والطاولات !!! بمنظف أو مبيض الجافيل مخفف



### المراقبة

سجل الأيام التي تعاني فيها من الحمى

إذا ساءت حالتك ، اتصل بطبيبك أو مركز لويس جيلو الطبي على الرقم 02-99-32-47-36

إذا شعرت بتوسعك أو واجهت صعوبة في إنهاء جملك ، اتصل برقم 15

عد إلى المركز الطبي في اليوم المشار إليه إذا كان لديك موعد. يمكننا أيضاً الاتصال بك للحصول على مزيد من المعلومات

### العلاج

العلاج الوحيد للحمى أو الألم هو الباراسيتامول

لا تتناول الأدوية المضادة للالتهابات إيبوبروفين ، نوروفين ، أدفيل ، فولتارين