



الحملة الوطنية التحسيسية للتوقّي من مرض النزلة الوافدة الجمعة 12 جانفي 2018



الحملة الوطنية التحسيسية للتوقّي من مرض النزلة الوافدة الموسمية
بالتعاون مع وزارة الصحة.



كيف تحمي التلاميذ في المدارس و رياض الأطفال و المكتاتب

الغزلة الموسميّة (La grippe Saisonnière)



علم التلاميذ أهمية تغطية الفم
والأنف أثناء السعال أو العطاس
بالمرفق أو بمنديل ورقي



تأكد من توفر الماء و الصابون طوال
الوقت و من مداومة التلاميذ على
غسل أيديهم



أترك نوافذ القسم مفتوحة على
الأقل خلال أوقات الراحة لضمان
التهوئة الجيدة



ينبغي تنظيف دورات المياه
والأرضيات و سائر الأسطح بما فيها
المناد و المقاعد و اللعب و مقابض
الأبواب و النوافذ بانتظام باستخدام
المطهرات



إحرص على الإبعاد المدرسي
للتلاميذ الذين تظهر عليهم أعراض
الغزلة



إذا ظهرت على أحد التلاميذ أعراض
الغزلة (ارتفاع درجة الحرارة لأكثر
من 38 درجة، سيلان الأنف،
السعال، الصداع، آلام العضلات
و المفاصل) باعد بينه و بين زملائه
و سارع بإبلاغ والديه



شجع التلاميذ على تجنب العناق
و التقبيل خلال موسم الغزلة خاصة
إذا ظهرت على أحدهم أعراض المرض



إحرص على أن تكون عملية دخول
و خروج التلاميذ من القسم هادئة
و منظمة لتحد من الإحتكاك



إحرص على توعية التلاميذ لتجنب
تبادل أكواب الشرب و المناشف
وتجنب لمس العينين أو الأنف
أو الفم دون غسل اليدين



وزارة الصحة

الغالبية العظمى من المصابين بالغزلة الموسميّة يشعرون بالتحمّس دون تدخل طبي

لزيد من المعلومات :

N° Vert : 80 103 160

www.santetunisie.rns.tn

الوقاية خير من العلاج



الجمعية الوطنية للمكافحة للسل



كيف تحمي نفسك و الآخرين

النزلة الموسميّة (La grippe Saisonnière)



تخلص من المنديل الورقي في سلة المهملات بعد استعماله



أغسل يديك بانتظام بالماء و الصابون



غط فمك و أنفك بمرفق ذراعك أو بمنديل نظيف عند العطاس أو السعال



إغسل يديك أولاً قبل لمس العين أو الأنف أو الفم.



لاتصافح الآخرين أو تعانقهم إذا ظهرت عليك أو على الآخرين أعراض النزلة



إذا ظهرت عليك أعراض النزلة (ارتفاع درجة الحرارة لأكثر من 38 درجة، سيلان الأنف، السعال و الصداع و آلام العضلات و المفاصل) أو على من حولك ابتعد عن الآخرين مسافة لاتقل عن 1 متر



وزارة الصحة

الفالبيّة العظمى من المصابين بالنزلة الموسميّة يشعرون بالتّحسّن دون تدخّل طبّي

لمزيد من المعلومات :

N° Vert : 80 103 160

www.santetunisie.rns.tn

الوقاية خير من العلاج



المعهد الوطني للصحة العامة

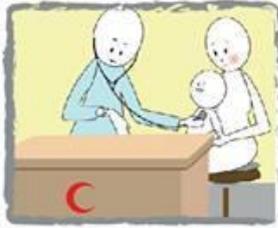


كيف تحمي نفسك والآخرين

الفئات الأكثر عرضة للمخطورة

كبار السن فوق 65 سنة، الحوامل، المصابون بأمراض مزمنة و أعوان الصحة

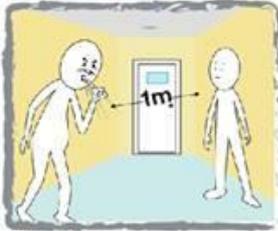
النزلة الموسميّة (La grippe Saisonnière)



إتصل بالطبيب اذا ظهرت عليك أعراض النزلة



إحرص على التلقيح سنويًا قبل موسم النزلة



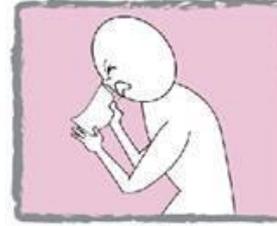
حافظ على مسافة 1 متر
بينك وبين المرضى



إتخذ أكثر احتياطات عند مخالطة
الأشخاص حاملي أعراض النزلة



إغسل يديك أولاً قبل لمس
العين أو الأنف أو الفم



غط فمك و أنفك بالمرق أو بمنديل
نظيف عند العطاس أو السعال



اغسل يديك بانتظام بالماء و الصابون



وزارة الصحة

لمزيد من المعلومات :
N° Vert : 80 103 160
www.santetunisie.rns.tn

الوقاية خير من العلاج

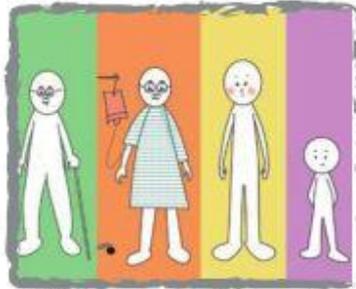


المعهد الوطني لبحوث الصحة العامة



كيف تحمي نفسك والآخريين أعوان الصّحة

النّزلة الموسميّة (La grippe Saisonnière)



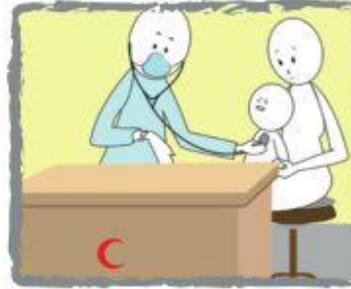
حسّس و شجّع على تلقّيح الفئات
الأكثر عرضة للخطورة



إحرص على التلقّيح سنويًا
قبل موسم النّزلة



غطّ فمك و أنفك بمنديل نظيف عند
العطاس أو السعال



إحرص على وضع الكمامة باستمرار
عند العناية بالمرضى



إغسل يديك بانتظام بالماء
و الصابون



تخلص من المنديل الورقي في سلة
المهملات بعد استعماله



وزارة الصحة

القابلية العظمى من المصابين بالنّزلة الموسميّة يشعرون بالتّحسن دون تدخّل طبّي

لمزيد من المعلومات :

N° Vert : 80 103 160
www.santetunisie.rns.tn

الوقاية خير من العلاج



Observatoire National de
Santé et Sécurité



منظمة الصحة العالمية
المنظمة العالمية للصحة