



اداره ملی ستندرد (انسفا)  
آمریت تدوین ستندرد های صحت



**خطر ابتلا به ویروس کرونا را کاهش دهید !!**

**Reduce your risk of CoronaVirus infection**

**نکاتی مهم برای جلوگیری آن**



از خوردن گوشت نیم پز و تخم  
مرغ نیم پز خودداری کنید.

**1**



از تماس نزدیک با کسانی که  
علائم بیماری تنفسی در آنها  
مشاهده می‌گردد، خودداری کنید.

**2**



دست ها را حد اقل ۲۰ ثانیه با  
آب و صابون بشویید.

3



اگر صابون و آب در دسترس  
نیست از ضد عفونی کننده  
دست استفاده شود.

4



سرفه ها و عطسه ها را با  
بافت بپوشانید.

5



در صورت بروز علائم بیماری  
سفر نکنید.

6



ANSAAFG



ANSA\_AFG



[www.ansa.gov.af](http://www.ansa.gov.af)



اداره ملی ستندرد (انسنا)  
آمریت تدوین ستندرد های صحت

## چگونه به دوستان خویش خوش آمدید بگویم؟؟



دست ها را با آب  
و صابون بشویید.



از تکان دادن دست  
خودداری کنید و موج بزنید.

در حالیکه علائم تنفسی  
مانند سرفه و سرما خوردگی  
وجود دارد.



از آغوش کشیدن و  
رو بوسی پرهیز کنید.



هنگام عطسه، بینی و  
دهان خود را با قسمت داخلی  
آرنج خود پوشانده به جای دست  
خود از دستمال کاغذی استفاده کنید.



از تماس نزدیک  
با مردم و مجامع  
عمومی خودداری  
کنید.

# چگونه می‌توانیم تفاوت بین

## آنفلوآنزای معمولی با کرونا را تشخیص دهیم

### کرونا

### آنفلوآنزای معمولی

سردرد شدید

سردرد عادی

تب شدید

تب معمولی

\* بدون انسداد بینی

\* انسداد بینی

\* بدون آبریزش بینی

\* آبریزش بینی

\* عطسه معمولی

\* عطسه مداوم

\* سرفه خشک

\* سرفه با خلط سینه

\* بدون گلودرد

\* گلودرد

لرزش شدید

لرزش عادی

درد شدید عضلانی

درد عضلانی عادی



وزارت صحت عامه

شفاخانه کنترول امراض ساری افغان – جاپان

لست تماس کارمندان کلیدی جهت سهولت هرچه بیشتر مراجعین

شماره	اسم	موقف	تماس	ملاحظات
۱	داکتر عتیق الله قاطع	ریس	۰۷۰۰۲۳۰۷۶۷ ۰۷۴۷۰۲۴۳۵۳	
۲	داکتر مراد مموزی	سرطیبیب	۰۷۹۹۱۴۳۷۷۲	
۳	خواجه الف شاه	مدیر نرسنگا	۰۷۰۰۸۸۹۹۷۱	
۴	داکتر محمدخان	مسول وارد	۰۷۸۰۴۶۱۷۹۵	
	رحیم اکیری	مدیر اداری	۰۷۰۰۰۶۱۳۵۳	
۵	شماره نیجیتل		۰۲۰۲۵۲۱۹۷۷	

آدرس : سرک دارالامان، کوچه سناتوریم، جوار کمیسیون اصلاحات اداری و خدمات ملکی

نوټ : شفاخانه کنترول امراض ساری افغان – جاپان برای اہتمامات و مدیریت واقعات مرتبط بہ مرض ویروسی کرونا COVID-19 اختصاص داده شده است