

احم نفسك من إنفلونزا الطيور عند التعامل مع الأبقار الحلوب المصابة



يمكن أن تنتقل إنفلونزا الطيور من الأبقار إلى البشر وتسبب لك المرض.

- قد يوجد الفيروس في الحليب الخام (غير المبستر) أو سوائل الحيوانات أو على الأسطح.
- يمكن أن ينتقل الفيروس عن طريق الرذاذ أو الغبار أو القطرات العالقة في الهواء عند ملامستها العينين أو دخولها في الأنف والفم والرئتين.
- يمكن أن ينتقل الفيروس أيضاً إذا لمست الأسطح المصابة ثم لمست وجهك.

تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك.

ارتدي معدات الحماية الشخصية (PPE) عند القيام بمهام عالية الخطورة مثل:

- حلب الأبقار، والتعامل مع الحليب الخام (غير المبستر) أو تنظيف حظائر الحلب
- رعاية الأبقار المريضة أو تنظيف حظائرها
- التعامل مع الأبقار النافقة أو تنظيف حظائرها

كمامة N95 أو كمامه ذات قدرة أكبر على الحماية من الفيروسات الموجودة في الهواء



نظارات واقية (نظارات واقية ذات تهوية غير مباشرة) أو واقي وجه للحماية من الرذاذ. توفر النظارات الواقية حماية أكثر من واقي الوجه، بينما يحافظ واقي الوجه على جفاف الكمامة.



اغسل أو نظف يديك بالماء والصابون بشكل متكرر أثناء العمل. قبل العودة إلى المنزل، اغسل يديك ووجهك.



ارتدي القفازات ولا تلمس وجهك. غير القفازات بين المهام.



بالإضافة إلى ذلك، ارتدي معطفاً واقياً، ومئزرًا مقاوماً للماء (عند الحاجة)، وحذاءً ذا رقبة طويلة، وغطاءً للرأس أو الشعر. يوفر أصحاب العمل جميع معدات الحماية الشخصية مجاناً. بعد انتهاء المناوبة، انزع جميع معدات الحماية الشخصية واستحم.

راقب نفسك لاكتشاف أي أعراض لإنفلونزا الطيور.

إذا كنت تعاني من أعراض تشبه أعراض الإنفلونزا بما في ذلك احمرار العين أو خروج إفرازات منها، فاتصل بإدارة الصحة المحلية في منطقتك. يجب على أصحاب العمل تأمين التوعيات العماليّة للعمال الذين يصابون بإنفلونزا الطيور أثناء العمل. لمزيد من المعلومات حول التوعيات العماليّة والإجازات المرضية مدفوعة الأجر، اتصل بالرقم 1-800-736-7401.

مزيد من المعلومات:

صفحة الويب الخاصة بإنفلونزا الطيور التابعة لإدارة الصحة العامة في كاليفورنيا: go.cdph.ca.gov/birdflu

خط المساعدة لمخاطر مكان العمل التابع لنظام تقييم المخاطر وخدمة المعلومات: (866) 282-5516

خط المساعدة الصحية «Call for Health» التابع للمركز الوطني لصحة عمال المزارع: +1 (737) 377-9968 أو عبر تطبيق واتساب على الرقم +1 (800) 999-4162

