



جامعة عجمان  
AJMAN UNIVERSITY



## Office of Environmental Health and Safety

Dear AU Community Members,

As you may know, influenza season generally occurs this time of year. However, there have been recent reports in the news about the "new coronavirus", which originated in China but now has confirmed infection cases around the world.

Coronavirus symptoms are generally flu-like and include fever, cough, runny nose and difficulty breathing, and they may appear in as few as 2 days or as long as 14 days after exposure. The virus can be spread when an infected person coughs or sneezes in close proximity to others and can affect both people and animals. There is currently no vaccine to prevent the virus and no specific treatment, however the following precautionary measures and tips are very helpful in preventing the spread of the virus:

- Hand hygiene: cleaning hands for at least 20 seconds. Use hand sanitizer in case soap and water are not accessible.
- Cough and sneeze etiquette: covering the mouth with inner elbow or by using tissue papers instead of hands.
- Wash and prepare food carefully and thoroughly cook meat and eggs.
- Exercise and have proper sleep to bolster the immune system.
- Avoid close contact with anyone with cold or flu-like symptoms.
- Avoid unprotected contact with live wild or farm animals.

In case you believe you may have been exposed to the Coronavirus, contact the medical clinic immediately on 06-7056294.

Please see attached leaflet for more information.

Wishing you continued health!

مُنتسبي جامعة عجمان الأعزاء،

إن الإصابة بالأنفلونزا الموسمية تنتشر في هذا الوقت من العام. غير أن تقارير تحدثت مؤخراً عن ظهور "كورونا المستجد". والذي كان أول ظهور له في الصين، وتم تأكيد الإصابة بهذا الفيروس في عدد من دول العالم.

وعادة ما تكون أعراض الإصابة بفيروس كورونا شبيهة بفيروس الأنفلونزا، وتشمل الحمى والسعال وسعال الأنف وصعوبة في التنفس. وقد تظهر هذه الأعراض خلال أقل من يومين أو في فترة تصل إلى 14 يوماً بعد التعرض للإصابة بالفيروس. ومن الممكن أن ينتشر الفيروس عن طريق السعال أو العطس، ويمكن أن يصيب الفيروس البشر والحيوانات على حد سواء.

ولم يتم التوصل حتى الآن إلى إيجاد لقاح أو علاج لهذا الفيروس، لذا يرجى مراعاة هذه النصائح والإجراءات الوقائية المهمة التي قد تساعد على منع انتشار الفيروس:

- نظافة اليدين: غسل اليدين بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل.
- استخدام مطهر الأيدي إذا لم يتوفّر الصابون والماء.
- آداب السعال والعطس: تغطية الفم بباطن الكوع، أو باستخدام المناديل بدلاً من اليد.
- غسل وتحضير الطعام بعناية، وطهي اللحوم والبيض جيداً.
- ممارسة الرياضة والنوم بقدر كافٍ يعزّزان من مناعة الجسم.
- تجنب الاتصال المباشر مع أي شخص لديه أعراض الإصابة بالبرد أو شبيهه بأعراض الأنفلونزا.
- تجنب المخالطة بالحيوانات الأليفة أو البرية.

في حال كنت تعتقد أنك قد تعرضت للإصابة بفيروس كورونا المستجد أو لأية استفسارات ذات علاقة، يرجى عدم التردد بالاتصال مباشرة بالعيادة الطبية في الجامعة على الرقم (067056294).

لمزيد من المعلومات، يرجى الاطلاع على النشرة المرفقة.

مع خالص تمنياتنا لكم بدوام الصحة

إدارة البيئة والسلامة والصحة المهنية