

Frequently Asked Questions - Workers

أسئلة متكررة من الموظفين

Q1: What is COVID-19?

It is the Novel Coronavirus (COVID-19), a new strain of coronavirus that causes an infectious disease. The virus and the disease it causes were never known before. It spread across the world starting from Wuhan city of Hubei, a province in China, during December 2019.

Q2: What is the source of COVID-19?

The source of the Novel Coronavirus (COVID-19) has not been identified; however, most of the cases were epidemiologically linked to the seafood and animal market in Wuhan, China, as the initial spread happened amongst the shoppers who were present there. There are current studies taking place to determine the actual source of the disease.

Q3: What symptoms can COVID-19 cause?

Symptoms can include mild to severe respiratory illness with fever, dry cough, shortness of breath and difficulty in breathing. Some patients experience body aches, muscle pain, headaches nasal congestion, runny nose, sore throat, diarrhea, nausea or loss of sense of smell.

Q4: How does the virus spread?

Novel Coronavirus (COVID-19) strains are spread from person to person through contaminated droplets, that would travel from a sick person through coughing or sneezing or through touching an infected surface, then touching the eyes, nose and/or mouth.

Q5: How can I protect myself from having the disease?

The best way to prevent infection is to avoid exposure to the virus. The recommended preventive actions include:

- Staying home

س 1: ما هو مرض كوفيد 19؟

إن فيروس كورونا المستجد (كوفيد 19) هو أحدث الفيروسات التاجية المكتشفة، والذي يسبب مرضاً معدياً. هذا الفيروس والمرض الذي يسببه لم يكونا معروفين من قبل. بدأ تفشي المرض في جميع أنحاء العالم ابتداءً من منطقة ووهان بمحافظة هوبي في الصين ابتداءً من ديسمبر 2019.

س 2: ما هو مصدر مرض كوفيد 19؟

لم يتم تحديد مصدر فيروس كورونا المستجد (كوفيد 19) حتى الآن. حيث ورد في بداية انتشاره في منطقة ووهان في الصين أن العديد من المصابين كانوا على تواصل مع بعضهم البعض خلال تواجدهم في سوق كبير للمأكولات البحرية والحيوانية، مما يشير إلى احتمالية ظهور الفيروس من مصدر حيواني، علماً بأن تحاليل جينات هذا الفيروس مستمرة في المختبرات العالمية للتعرف على المصدر الحقيقي للفيروس.

س 3: ما هي الأعراض التي يمكن أن يسببها كوفيد 19؟

يمكن أن تشمل الأعراض أمراض الجهاز التنفسي التي تتراوح بين الطفيفة إلى الشديدة، مع الحمى والسعال الجاف، وضيق وصعوبة في التنفس. يعاني بعض المرضى من آلام في الجسم، والعضلات، والصداع، واحتقان وسيلان بالأنف، والتهاب الحلق، واللوعة، والإسهال، وفقدان حاستي الشم والتذوق.

س 4: كيف ينتشر الفيروس؟

ينتشر فيروس كورونا المستجد (كوفيد 19) من شخص لآخر عبر سوائل الجسم الملوثة، والتي يمكن أن تنتقل بين الأفراد من خلال السعال أو العطس أو عن طريق الأيدي الملوثة. يمكن أن ينتشر الفيروس من خلال لمس سطح ملوث ومن ثم لمس العينين، أو الأنف أو الفم.

س 5: كيف يمكنني حماية نفسي من الإصابة بالمرض؟

أفضل طريقة للوقاية من العدوى هي تجنب التعرض لهذا الفيروس. تشمل الإجراءات الوقائية الموصى بها ما يلي:

- البقاء في المنزل

- Regularly and thoroughly washing the hands with soap and water for a minimum of 20 seconds or sanitizing them with an alcohol-based hand rub.
- Avoid touching eyes, nose and mouth with unwashed hands.
- Maintaining a minimum 2-meter distance with anyone who is coughing or sneezing.
- Follow good respiratory hygiene. This means covering the mouth and nose with the inside of the elbow or a tissue when coughing or sneezing. Then ensure immediate disposal of the used tissue.
- Ensure proper use of personal protective equipment's (i.e. masks and gloves)
- Keep in general good health, in terms of good nutrition, exercise and adequate sleep.
- Monitor yourself regularly for any symptoms or fever.
- Be alert and follow updated advisory from government.

Q6: Is there a vaccine, drug or treatment for COVID-19?

To date, there is no vaccine and no specific antiviral medicine to prevent or treat COVID-19. However, those affected should receive medical care and follow up to relieve their symptoms while people with serious illness should be hospitalized.

Possible vaccines and some specific drug treatments are under investigation, noting that the patient's recovery depends on two main factors: The patient's immunity and the quality of the medical care provided to the patient.

Q7: How long do symptoms take to present?

The "incubation period" means the time between catching the virus and beginning to have symptoms of the disease. Most estimates of the incubation period for COVID-19 range from 1 to 14 days, and most commonly, the first symptoms start to appear around five days from the date of infection.

- غسل اليدين بانتظام وبشكل مكثف بالصابون والماء لمدة لا تقل عن 20 ثانية، أو تنظيف اليدين باستخدام المعقم الكحولي.
- تجنب لمس العينين والأنف والفم بأيدي غير مغسولة.
- المحافظة على مسافة مترين على الأقل بينك وبين أي شخص يسعل أو يعطس.
- الحرص على اتباع إتيكيت السعال، والذي يعني تغطية الفم والأنف بالمرفق أو بمنديل عند السعال أو العطس، مع الالتزام بالتخلص من المنديل المستخدم على الفور.
- الاستخدام الصحيح لمعدات الحماية الشخصية (مثال: الأقنعة والقفازات).
- اتباع نمط حياة صحي، خاصةً من حيث التغذية السليمة، وممارسة الرياضة، والحصول على القسط الكافي من النوم.
- متابعة الوضع الصحي الشخصي بشكل مستمر للتعرف على أية أعراض للمرض أو ارتفاع في الحرارة بشكل مباشر.
- الاطلاع على آخر المستجدات من المصادر الموثوقة واتباع التوجيهات الحكومية.

س 6: هل هناك لقاح أو دواء أو علاج لكوفيد 19؟

حتى الآن، لا يوجد لقاح أو دواء مضاد للفيروسات للوقاية من أو لعلاج كوفيد 19. مع ذلك، يجب أن يتلقى المصابون الرعاية والمتابعة الصحية لتخفيف حدة الأعراض، بينما يجب إدخال المصابين ذوي الحالات الخطيرة إلى المستشفى.

تجري حالياً دراسة العلاجات الدوائية واللقاحات المحتملة، كما يعتمد تعافي المريض على عاملين رئيسيين وهما مستوى مناعة المريض ومستوى جودة الرعاية الطبية المقدمة.

س 7: كم تستغرق الأعراض حتى تكون واضحة؟

"فترة الحضانة" تعني الفترة بين التقاط الفيروس وبدء ظهور أعراض المرض، وتتراوح معظم تقديرات فترة الحضانة لكوفيد 19 من 1 إلى 14 يوماً، وغالباً ما تبدأ الأعراض الأولى بالظهور بعد حوالي خمسة أيام من يوم الإصابة.

س 8: ما الفارق بين الحالة المؤكدة والحالة المشتبه بإصابتها والحالة المخالطة؟

Q8: What is the difference between a “confirmed case”, a “suspected case” and a “close contact”?

Confirmed Case: A person with a positive test result for COVID-19 infection that is reported by the laboratory, irrespective of clinical signs and symptoms.

Suspected Case: Patient who presents with upper or lower respiratory symptoms with or without fever AND satisfying any one of the following criteria:

- International travel history during the 14 days prior to symptom onset; OR
- Been in contact with a confirmed COVID-19 case within 14 days; OR
- residing in a community setting where COVID-19 cases have been detected; OR
- cases of Influenza-Like illness without history of travel or known possible exposure.

Close Contact: A person who is coming to close proximity of less than 2 meters for a period that is more than 15 minutes (working, studying, or a family member) with a confirmed case, starting from 2 days before the onset of symptoms in the confirmed case and throughout the duration of illness. For asymptomatic cases, the count can start from the day of COVID-19 PCR test that is done for the confirmed case.

Q9: What should I do if I developed symptoms?

Please put on a mask, inform your supervisor who should coordinate with the company’s single point of contact (SPOC) to notify the Dubai Health Authority’s hotline 800342, start isolating yourself and most importantly do not panic.

Q10: Who is eligible for COVID-19 PCR testing?

- Hospitalized patients
- Patients in long-term care facilities with symptoms
- Patients 60 years of age and older with symptoms
- Patients with underlying conditions with symptoms

الحالة المؤكدة: شخص تم تأكيد نتيجة فحص كوفيد 19 له على أنها إيجابية من قبل المختبر، بغض النظر عن وجود الأعراض السريرية.

الحالة المشتبه بإصابتها: شخص يعاني من أعراض تنفسية مع أو بدون ارتفاع درجة الحرارة وتطبق عليه أي من المعايير التالية:

- السفر خارج الدولة خلال الـ 14 يوماً الماضية، أو مخالطة حالة كوفيد 19 مؤكدة خلال الـ 14 يوماً الماضية، أو يسكن في منطقة تم اكتشاف حالات مكوفيد 19 مؤكدة، أو وجود أعراض إنفلونزا دون وجود تاريخ سفر أو أي نوع من الاحتكاك مع حالات مؤكدة

الحالة المخالطة: شخص قضى وقتاً على مقربة من حالة تأكدت إصابتها بفيروس كورونا المستجد (كوفيد 19) بمسافة أقل من مترين، ولمدة تزيد عن 15 دقيقة (في مجال العمل، أو الدراسة، أو أن تكون الحالة المؤكدة أحد أفراد الأسرة)، ويبدأ حصر المخالطين بدءاً بالأشخاص الذين تواصلوا مع الحالة المؤكدة قبل يومين من ظهور الأعراض عليها وخلال فترة المرض. أما بالنسبة للحالات التي لا تظهر عليها الأعراض، يتم تحديد المخالطين لها منذ يوم عمل اختبار كوفيد 19 الإيجابي للحالة المؤكدة.

س 9: ماذا علي أن أفعل إذا ظهرت لدي أعراض؟

ارتد القناع مباشرةً، كما يرجى إبلاغ المشرف الخاص بك، والذي سوف يقوم بالتنسيق مع جهة التواصل الموحدة في الشركة للمضي بإبلاغ الخط الساخن لهيئة الصحة بدبي على الرقم 800342، وابدأ بعزل نفسك، والأهم، لا داعي للذعر.

س 10: من هو المؤهل لاختبار كوفيد 19 (PCR)؟

- المرضى في المستشفى
- المرضى في مرافق الرعاية طويلة الأمد والتي تظهر عليهم الأعراض
- المرضى الذين يبلغون من العمر 60 عاماً أو أكثر ويعانون من الأعراض
- المرضى الذين يعانون من حالات كامنّة مع الأعراض
- المخالطون للمصابين بالمرض والذين بدأت الأعراض تظهر عليهم
- العائدون من السفر وقد بدأت الأعراض تظهر عليهم
- إذا لم تنطبق عليك أي من الحالات أعلاه، إلا أن الأعراض قد بدأت بالظهور عليك، الرجاء إخطار المشرف الخاص بك وتوجه للحصول على الرعاية الصحية

- Those who were in contact with a positive case and are presenting with symptoms
- Those who have returned from travel and are presenting with symptoms
- If you do not fit into any of the category above but have developed symptoms, please inform your supervisor and seek medical attention.

Q11: What happens after testing?

- If the result of your test is negative, the quarantine 14-day period starts while following one of two tracks:
 1. If no symptoms after 14 days, resume work normally
 2. If symptoms develop during the 14-day quarantine, the test must be repeated
- If the result of your test is positive, the 14-day isolation period starts. The following steps will be followed:
 1. Your case will be assessed. If stable you will either be isolated at home or shifted to an isolation facility. If unstable, you will be isolated at the hospital.
 2. The test will be repeated on day 10 and day 12 counted from the day of the first test. The test will be repeated every 24 hours till two negative consecutive tests appear.
 3. The isolation period ends at 14 days, with no symptoms, and after two confirmed consecutive negative tests.

Q12: What is the difference between quarantine and Isolation?

Health authorities apply isolation and quarantine to take care of infected people and those who were in contact with them to protect healthy people.

Isolation: is the separation of ill people who have an infectious disease from those who are healthy so they can start the treatment journey without infecting others.

س11: ماذا يحدث بعد الاختبار؟

- إذا كانت نتيجة الاختبار سلبية، يبدأ الشخص فترة حجر صحي مدتها 14 يوماً، وسيتم اتباع أحد المسارين:
 1. إذا لم تظهر أية أعراض خلال الـ 14 يوماً، استأنف عملك بشكل طبيعي
 2. إذا ظهرت الأعراض خلال الـ 14 يوماً، فسيتم إعادة اختبارك
- إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية ستبدأ فترة العزل الصحي لمدة 14 يوماً وسيتم اتباع الخطوات التالية:
 1. سيتم تقييم حالتك، وإن كانت الحالة مستقرة سوف يتم عزلك إما في المنزل أو في منشأة عزل، وإن لم تكن مستقرة فسيتم عزلك في المستشفى.
 2. ستتم إعادة الاختبار في اليوم العاشر واليوم الثاني عشر من يوم الاختبار الأول، مع تكرار الاختبار كل 24 ساعة إلى حين الحصول على نتيجتين سلبيتين متتاليتين.
 3. تنتهي فترة العزل الصحي بانقضاء مدة 14 يوماً دون وجود أعراض وبعد الحصول على نتيجتين سلبيتين متتاليتين.

س 12: ما الفرق بين الحجر والعزل الصحي؟

تطبق السلطات الصحية العزل والحجر الصحي لرعاية المصابين والأشخاص الذين قاموا بمخالطتهم من أجل حماية الأصحاء.

العزل الصحي: هو فصل المرضى الذين يعانون من أمراض معدية عن أولئك الذين يتمتعون بصحة جيدة حتى يتمكنوا من بدء رحلة العلاج دون إصابة الآخرين.

الحجر الصحي: هو تقييد حركة أولئك الذين قد يكونون قد تعرضوا لأمراض معدية ولكن ليس لديهم تشخيص طبي مؤكد للتأكد من أنهم غير مصابين. يتحمل مقدمو الرعاية الصحية مع صاحب العمل مسؤولية اختيار المكان الأمثل للعزل والحجر وفق المعايير المنصوص عليها بهذا الشأن.

الأشخاص الذين أنهو فترات العزل أو الحجر الصحي لا يمثلون خطراً على غيرهم، خاصة بعد تأكيد خلوصهم من المرض.

س13: هل سيعاقبني صاحب العمل إذا أصبت بالمرض؟

لا، لن تعاقب، لأنه ليس خطؤك أنك أصبت. ينبغي أن تستلم راتبك كاملاً خلال فترة العزل الصحي، كما سيتم إصدار شهادة خلوص من المرض بمجرد انتهاء فترة العزل، مما سوف يساعدك في العودة للعمل بشكل طبيعي.

Quarantine: is the restriction of movement of those who may have been exposed to an infectious disease but do not have a confirmed medical diagnosis to ensure they are not infected. Healthcare providers along with the employer are responsible for choosing the best place for people who are subject to quarantine or isolation, as per the relevant guidelines.

People who have been quarantined or isolated for a period of time do not pose any health threat to others especially after confirming that they are infection-free.

Q13: Will I be penalized by my employer if I got the disease?

No you will not be, as it's not your fault that you got infected. You should be paid in full during your isolation period. By the end of your isolation period, you will receive a clearance certificate and you can resume work normally.

Q14: Will I be penalized if I did not follow the proper procedures of isolation and/or quarantine?

Yes, you would likely be penalized since your actions may jeopardize other people's health and risk them contracting the disease, in accordance with the penalties stated in the Federal Law No. (14) of 2014 in the matter of combating communicable diseases.

Q15: What information sources are reliable?

We recommend that you refer to the official guidelines announced by the National Emergency and Crisis and Disasters Management Authority, the Ministry of Health and Prevention, the COVID-19 Control and Command Center, the Dubai Health Authority, and the concerned government entities. Please avoid rumors or any information that is not from official sources.

For inquiries or assistance, you can contact:

- Ministry of Health and Prevention 80011111
- Estijaba Service by Abu Dhabi Health Department 8001717
- Dubai Health Authority 800342

س14: هل سأتعرض للعقوبة إذا لم أتبع إجراءات العزل والحجر الصحية؟

نعم، من المحتمل أن تتم معاقبتك، لأن أفعالك قد تعرض صحة الآخرين للخطر وتعرضهم للإصابة بالمرض، وذلك وفقاً للأحكام المنصوص عليها ضمن القانون الاتحادي رقم (14) لسنة 2014 في شأن مكافحة الأمراض السارية.

س15: ما هي مصادر المعلومات الموثوقة؟

ننصح بضرورة تحري الدقة واتباع الإجراءات الوقائية الصادرة عن الهيئة الوطنية لإدارة الطوارئ والأزمات والكوارث، ووزارة الصحة ووقاية المجتمع، ومركز التحكم والسيطرة لمكافحة فيروس كورونا، وهيئة الصحة بدبي، والجهات المختصة في الدولة، وعدم تداول الشائعات أو أية معلومات لم تصدر عن الجهات المعنية الرسمية.

لطلب الدعم أو للاستفسار يمكنكم التواصل مع:

- وزارة الصحة ووقاية المجتمع 80011111
- خدمة "استجابة" التابعة لدائرة الصحة بأبوظبي 8001717
- هيئة الصحة بدبي 800342

