

ما يجب أن تعرفه عن علاقة الكحول بمرض كوفيد-19



لا يجوز في أي حال من الأحوال تناول أي نوع من المنتجات الكحولية على سبيل
الوقاية من مرض كوفيد-19 أو لعلاجه.
فتناول الكحول لن يحميك من مرض كوفيد-19.

امتنع عن المشروبات
الكحولية تماما

كي لا تضعف جهازك المناعي
وتضر بصحتك، وكي لا تُعرض
صحة غيرك للخطر.



لا تتخذ المشروبات الكحولية وسيلة
للتغلب على الضغوط والانفعالات

لأن العزلة وشرب المسكرات قد يزيدان
أيضا من خطر الإقدام على الانتحار.
ويُرجى الاتصال بخط النجدة الصحية
إذا كانت تراودك أفكار انتحارية.



اطلب المساعدة

إذا كنت أنت أو شخص قريب
منك لا تستطيعان التحكم في
كمية المشروبات الكحولية التي
تتناولانها.



لا تخلط الكحول بالأدوية مطلقا

ولا حتى بالعلاجات العشبية أو الأدوية
التي تباع دون وصفة طبية، فقد يحد
ذلك من فعالية الأدوية، أو ربما يزيد من
فعاليتها إلى مستوى يجعلها سامة
وخطيرة.



امتنع عن المشروبات الكحولية لأنها
توعز إلى الناس بالتدخين

والعكس بالعكس، ويتسبب
التدخين في تفاقم مرض
كوفيد-19 وزيادة مضاعفاته.



أحرص على ألا تكون المشروبات
الكحولية في متناول الأطفال والشباب

**ولا تتناولها في حضورهم - كن قدوة
حسنة لهم.** وراقب ما يشاهده أطفالك
على شاشات التلفزيون أو الأجهزة
الأخرى، فالقنوات التلفزيونية وغيرها
من الوسائل الإعلامية تغصن بإعلانات
ومعلومات مضللة عن المشروبات
الكحولية، مما قد يحفز على تناولها في
سن مبكرة أو الإسراف فيها.



ناقش مع الأطفال والشباب المشكلات
المرتبطة بتناول المشروبات الكحولية
ومرض كوفيد-19

مثل مخالقات الحجر الصحي والتباعد
البدني التي قد تؤدي إلى تفاقم الجائحة.

