

كوفيد-19 (كورونا)

نداء من علماء جزائريين في الخارج

تدابير السلامة لنفسك ولأحببتك في الجزائر

إلى أمهاتنا، آباتنا، أخواتنا، إخواننا، أبنائنا، بناتنا في بلادنا الحبيبة الجزائر
إلى كل الجزائريين

فيروس كورونا (كوفيد 19) هو وباء عالمي يمكن أن ينتشر بسرعة كبيرة ويمكن أن يسبب مرضًا رئويًا خطيرًا. حاليا لا يوجد علاج فعال معروف. أحد أفضل الإجراءات للتعامل مع كوفيد 19 هو إبطاء انتشاره بين الناس.

نحن العلماء الجزائريين الذين يعيشون في الخارج ، ندعو الجميع إلى اتخاذ جميع الاحتياطات والتدابير اللازمة التي أوصت بها الحكومة الجزائرية و منظمة الصحة العالمية لتجنب انتشار فيروس كورونا.

لحماية نفسك والآخرين ، نوصي بما يلي:

• تعرف على كيفية الإصابة بالفيروس

ينتشر الفيروس عندما تستنشق رذاذ السعال / العطس من شخص مصاب.

يمكن أن تصل هذه القطرات أيضًا إلى يديك أو وجهك. لذا ، لا تلمس عينيك أو أنفك أو فمك إذا كنت بالخارج ولم تغسل يديك

• تعرف على كيفية الحد من انتشار الفيروس

- اغسل اليدين بالصابون والماء أو فرك اليدين بمطهر كحولي.
- تغطية الفم والأنف بقناع طبي أو منديل أو الأكمام أو ثني الكوع عند السعال أو العطس.
- تجنب ملامسة أي شخص مصاب بأعراض زكام أو تشبه الأنفلونزا بدون وقاية، والتمس الرعاية الطبية في حال الإصابة بحمى وسعال وصعوبة في التنفس.
- عند زيارة الأسواق المفتوحة، تجنب الملامسة المباشرة دون وقاية للحيوانات الحية والأسطح التي تلامسها الحيوانات.
- تجنب التجمع مع عدد كبير من الناس (حفلات الزفاف والرياضة والمناسبات الاجتماعية وما إلى ذلك).
- تجنب التجمعات الكبيرة لأنها تساهم في زيادة انتشار الفيروس.
- إذا كنت مريضاً، تشعر بالتعب، وتعاني من الحمى والأنفلونزا تجنب صلاة الجماعة والجمعة لتفادي أي تلوث ونشر الفيروس
- تجنب المصافحة والمعانقة
- إذا كان لديك أعراض خفيفة تشبه أعراض الأنفلونزا (حمى وسعال جاف) ، فأبلغ السلطات الصحية بها واعزل نفسك في المنزل لمدة أسبوعين على الأقل أو حتى تتعافى. إذا تفاقم المرض يجب أن تحصل على عناية طبية عاجلة
- الحد من زيارة الأقارب أو الأصدقاء المرضى
- اغسل يديك قدر الإمكان بالصابون والماء لمدة عشرين ثانية على الأقل وفي كل مرة تصل إلى المنزل
- ابق في المنزل كلما أمكن ذلك
- تجنب الاتصال بالمسنين والمرضى والمصابين بأمراض مزمنة مثل السكري وأمراض القلب.

لا تصب بالهلع

تأخذ البلدان في جميع أنحاء العالم هذه الإجراءات على محمل الجد لأنها تمثل أفضل خيار لاحتواء أزمة الصحة العامة هذه. تمكن عدد من البلدان من السيطرة على المرض ببساطة عن طريق الحد من الاتصال بين الأفراد. يجب أن نتبع نفس استراتيجية "العزل الاجتماعي" من أجل منع الانتشار الواسع للعدوى في الجزائر بشكل فعال.

كعلماء جزائريين سريريين وغير سريريين، نطلب منكم أن تأخذوا توصياتنا على محمل الجد.

حفظكم الله وعائلاتكم والجزائر

COVID19 (CORONAVIRUS)

Call from Algerians Scientists Abroad

Safety measures for yourself, your loved ones in Algeria

To our mothers, our fathers, our sisters, our brothers, our daughters in our beloved country, Algeria,
To all the Algerians,

Coronavirus is a worldwide pandemic that can spread very quickly and can cause a serious lung disease. Currently there is no known effective cure. One of the best measures to deal with covid-19 is to slow down its spread among people.

We, the undersigned, the Algerian Scientists living abroad, call upon all to take all necessary precautions and measures recommended by The Algerian Government and WHO to avoid the spread of COVID-19 also loosely referred to as coronavirus.

To protect yourself and others, we recommend the following:

I) Learn how you can contract the virus:

- The virus spreads when you inhale the cough/sneeze droplets from someone who is infected.
- These droplets can also get in your hands or face. So, do not touch your eyes, nose, or mouth if you have been outside and have not washed your hands

II) Learn how you can limit the spread of the virus:

- Avoid gathering with large number of people (weddings, sport and social events etc.).
- Avoid any large gathering, as they contribute to increasing the spread of the virus.
- If you are sick, feeling tired, experiencing fever and flu-like symptoms avoid Jamaa and Joumoua Prayers to avoid any contamination and spread the virus.
- Avoid hand shaking and hugging and being in close proximity to those around you.
- If you have mild flu-like symptoms (fever and dry cough), report them to the health authorities AND isolate yourself at home for at least two weeks or until you have recovered.
- If the disease worsens, get urgent medical attention
- Limit visiting sick relatives or friends at their homes or when in hospitals
- Wash hands as often as possible with soap and water for at least 20 seconds and as soon as you get home
- Stay at home whenever possible
- Avoid contact with the elderly, sick patients, and people with chronic diseases such as diabetes, heart conditions.

DO NOT PANIC.

Countries across the globe are taking these measures very seriously as they represent the best option to containing this public health crisis. A number of countries have been able to control the disease by simply reducing contact between individuals. We should follow the same strategy of “social distancing” in order to effectively prevent the widespread of the infection in Algeria.

As clinical and non-clinical Algerian scientists, we ask you to take our recommendations very seriously.

May Allah protect you, your families and Algeria.

COVID19 (CORONAVIRUS)
Appel des scientifiques Algériens vivant à l'étranger
Mesures de protection pour vous-même ou pour un tiers en Algérie

À nos mères, nos pères, nos sœurs, nos frères, nos filles dans notre pays bien-aimé, l'Algérie,
A tous les Algériennes et Algériens,

L'infection causée par le coronavirus est devenue une pandémie à l'échelle planétaire qui se propage de manière très rapidement et peut causer une maladie grave des poumons appelée COVID-19. A l'heure actuelle, il n'existe aucun traitement. La meilleure façon de se protéger est de limiter la transmission du virus de personne à personne.

Nous, les scientifiques Algériens vivant à l'étranger et signataires de cet appel, demandons a tous de suivre toutes les précautions et mesures nécessaires recommandées par le Gouvernement Algérien et l'organisation Mondiale de la Sante (OMS) de façon à limiter la propagation du coronavirus.

Pour votre propre protection ainsi que celle des autres, nous vous recommandons de,

I) Connaitre le mode de transmission du coronavirus :

- Le coronavirus se transmet lorsque vous inhalez les gouttelettes respiratoires émises par une personne infectée qui tousse ou éternue et qui est proche de vous
- Ces gouttelettes respiratoires peuvent aussi se retrouver sur vos mains ou votre visage. Evitez donc de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche lorsque vous êtes à l'extérieur de la maison ou si vos mains ne sont pas propres.

II) Savoir comment limiter la transmission du coronavirus :

- Limiter au maximum tout rassemblement public (mariage, évènements sportifs and sociaux, etc...)
- Eviter les rassemblements de masse dans lieux publiques (marches), qui favorisent la propagation rapide du coronavirus
- Limiter, pour un temps, les prières à la mosquée (incluant celle du Vendredi) surtout si vous êtes malades, souffrez de problèmes de fatigue, ou présentez de la fièvre ou des symptômes de la grippe
- Eviter les contacts physiques : ne pas serrer les mains ou dans les bras et garder une certaine distance avec son entourage
- Si vous présentez les symptômes de la grippe (fièvre et toux sèche), signalez-les aux autorités compétentes ET isolez-vous à la maison le plus rapidement possible pour une durée minimale de deux semaines
- Si la maladie s'aggrave, contactez rapidement les services d'urgences
- Eviter absolument de rendre visite à vos proches ou amis s'ils sont malades qu'ils soient à la maison ou à l'hôpital
- Lavez-vous fréquemment les mains avec de l'eau et du savon pendant 20 secondes surtout si vous étiez à l'extérieur de la maison
- Rester confiné à la maison autant que possible
- Eviter absolument le contact avec les personnes âgées ou malades ainsi que les celles souffrant de maladies chroniques comme le diabète or maladies cardiovasculaires et respiratoires

NE PAS PANIQUER.

De nombreux pays à travers le monde suivent ces mesures très sérieusement car elles représentent la meilleure approche pour contenir cette crise de santé publique. Certains pays ont même réussi à limiter la propagation de la maladie en évitant les contacts entre les personnes. Nous devons adopter une stratégie identique qui est de « limiter les contacts humains proches » de manière à reduire la propagation de la maladie en Algérie. Nous, scientifiques Algériens, vous demandons de suivre ces recommandations très sérieusement.

Qu'Allah vous protège ainsi que vos familles et notre pays l'Algérie.

<u>الاسم</u>	<u>الوظيفة</u>	<u>المؤسسة</u>	<u>الدول</u>
<u>Name</u>	<u>Position</u>	<u>Institution</u>	<u>Country</u>
Dr. Yassine Amrani	Professor	Leicester, Leicestershire,	UK
Dr. Yassine Bouchareb	Professor	Sultan Qaboos University	Oman
Dr. Mohamed Boudjelal	Director	KAIMRC-MNGHA	KSA
Dr. Nadia Boutaoui	Exec-MBA in Healthcare	University of Pittsburgh,	USA
Dr. Ahmed Chenna,	Principle Investigator	Monogram Biosciences,	USA
Dr. Chahid Fourali	Senior Lecturer	Guildhall School of Business and Law	UK
Dr. Said Dermime	Director	Hamad Medical Corporation	Qatar
Dr. Taha Merghoub,	Professor	Memorial Sloan Kettering Cancer Center	USA
Prof. Saad Harous	Professor	UAE University	UAE
Prof Habib Zaidi	Professor	Geneva University	Switzerland
Prof. Elhadj Benkhelifa,	Head of Professoriate	Staffordshire Univeristy,	UK
Prof. Farid Amirouche	Professor	University of Illinois-Chicago,	USA
Dr. Belgacem Haba	Senior Fellow	Xperi Corporation	USA
Prof. Ahmed Bouridane	Professor	Newcastle University	USA
Dr. Dalila Bouyoucef	Clinical Scientist	Covance	UK
Dr. Rachida Bouhenni	Director	Akron Children's Hospital	USA
Dr. Farouk Dey	Vice President	Johns Hopkins	USA
Dr. Mustapha Daouadi	Surgeon in Robotics	Geisinger Health System	USA
Prof. Smail TEDJINI	Professor	Grenoble Institute of Technology	France
Dr. Amel Saadi	Research Fellow	Leeds University	UK
Prof. Nouredine Fenineche	Professor	Université Belfort-Montbéliard	France
Prof Touhami Mokrani	Professor	University of South Africa	South Africa
Prof. Mohamed Becherif	Professor	Université de Belfort-Montbéliard	France
Prof. Djaouida Chenaf	Professor	Royal Military College	Canada
Dr.Naima Tag	Senior specialist	Sultan Qaboos University Hospital	Oman
Dr. Rachid Hadjem	Professor	Sultan Qaboos University	Oman
Tahar Boumaza Msc	Project Manager	Equipment & control inc	USA
Dr. Rachid Hadjem	Professor	Sultan Qaboos University	Oman
Dr.Prof Boualem Bendjilali	Professor	New Jersey and Lincoln University	USA
Dr. Soumaya Bendjilali	Medical Dentist	St.Lukes Hospital Bethlehem	USA
Dr. Nasrine Bendjilali	Director	Rowan University New Jersey	USA
Dr. Khadidja Bendjilali	Professor	RVCC New Jersey USA	USA
Dr. Ibtissam Bendjilali	Pharmacist	Allentown Pennsylvania USA	USA
Mohamed Bendjilali	Director	UBS New York USA	USA
Dr. Lotfi Belkhir	Professor	McMaster University	Canada
Dr. Smaine Zeroug	Director	Schlumberger	USA
Dr. Leila. Laouar	Senior Scientist	University of Alberta	Canada
Dr. Hakima Amri	Professor	Georgetown University	USA
Dr. Mouna Tahmi	Post-Doctoral Scientist	Columbia University	USA
Dr. Latli Bachir	Senior Research Fellow	Boehringer	USA
Dr. Ahmed kheiter	Internal Medicine	Riverside, CA	USA
Ms Dalila Mohrath	Engineer	INRA	France
Prof. Said Boussakta	Professor	Newcastle University	UK
DR. SBIH Fatima	Director	Europe Merck	France