



كوفيد-19 (COVID-19)

تم التحديث في 26 يونيو 2020: لا تزال المعلومات آخذة في التطور على نحو سريع وسوف تُحدَّث لجنة الصحة العامة ببوسطن هذه المعلومات عندما تتوافر معلومات جديدة ذات صلة.

ما هو فيروس كورونا المستجد 2019؟

يُسبب فيروس كورونا المستجد 2019 (فيروس كورونا 2 المرتبط بمتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم (السارس) والمعروف سابقًا باسم فيروس كورونا المستجد-2019) المرض الذي يُطلق عليه الآن اسم كوفيد-19 (COVID-19). الفيروسات التاجية (CoV) عبارة عن فصيلة كبيرة من الفيروسات التي يتسبب بعضها في حدوث عدوى بشرية وأمراض تتراوح من نزلات البرد الشائعة إلى أمراض أكثر حدة. يعد فيروس متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS-CoV) وفيروس كورونا المرتبط بمتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم (السارس) (SARS-CoV) من الفيروسات التاجية التي قد تسبب مرضًا حادًا.

كيف ينتشر كوفيد-19 (COVID-19)؟

ينتقل كوفيد-19 (COVID-19) بشكل أساسي من شخص لآخر. و ينتشر هذا المرض من خلال الرذاذ المتطاير من الجهاز التنفسي للمصاب عندما يسعل أو يعطس. ويمكن أن تستقر قطرات الرذاذ هذه على الأشخاص القريبين من الشخص المصاب (على بُعد 6 أقدام). ويمكن أن يصاب الإنسان أيضًا بكوفيد-19 عندما يلمس أسطح أو أجسام ملوثة حديثًا ثم يلمس فمه أو أنفه أو عينه.

ما هي علامات وأعراض الإصابة بفيروس كوفيد-19 (COVID-19)؟

قد تشمل أعراض كوفيد-19 على سبيلالمثال لا الحصر:

- الحمى أو قشعريرة
- السعال
- شيق في التنفس أو صعوبة في التنفس
- اعياء
- آلام في العضلات أو الجسم
- صداع الرأس
- فقدان التذوق أو الشم
- التهاب الحلق
- احتقان أو سيلان الأنف
- الغثيان أو القيء
- اسهال

في الحالات الشديدة، يمكن أن تُسبب العدوى الالتهاب الرئوي و متلازمة الجهاز التنفسي الحادة والفشل الكلوي والوفاة.

وربما تكون أعراض كوفيد-19 (COVID-19) مشابهة لأعراض الأنفلونزا، مع آلام العضلات المصاحبة لأعراض الجهاز التنفسي.

من هم الأكثر عرضة للإصابة بالمضاعفات الخطيرة لفيروس كوفيد-19 (COVID-19)؟

يعتبر بعض الأشخاص أكثر عرضة لحدوث مضاعفات شديدة نتيجة الإصابة بهذا المرض. ومن بينهم:

- كبار السن
- الأشخاص الذين يعانون من حالة صحية أساسية و تشمل أمراض القلب والسكري وأمراض الرئة والسمنة و إن كانت لا تقتصر عليهم

إذا كنت من الأشخاص الأكثر عرضة لحدوث مضاعفات شديدة جراء الإصابة بفيروس كوفيد-19، فيتعين عليك:

- عزل نفسك عن الآخرين بقدر الامكان. ابقى في المنزل.
- تخزين المؤن، بما في ذلك الأدوية.
- اتباع الإجراءات الوقائية اليومية للمحافظة على مسافة مناسبة بينك وبين الآخرين.
- إذا اضطررت للخروج إلى الأماكن العامة، حافظ على الابتعاد عن المرضى، وقلل من التواصل مع الآخرين عن قرب (6 أقدام على الأقل) و اغسل يديك كل فترة.
- تجنب الزحام.
- تجنب السفر، وخصوصا الرحلات البحرية والسفر جوا دون ضرورة تستدعي ذلك.

• كيف يمكن مكافحة فيروس كوفيد-19 (COVID-19)؟

لا يوجد حاليًا مصل للوقاية من كوفيد-19 (COVID-19). وأفضل طريقة للوقاية من العدوى هي تجنب التعرض للفيروس. توصي لجنة الصحة العامة ببوسطن دائمًا باتخاذ الإجراءات الاحترازية القياسية للمساعدة في منع انتشار فيروسات الجهاز التنفسي، وتتضمن تلك الإجراءات:

- غسل اليدين كل فترة بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل.
- فرك الأيدي بالكحول والجل المُطهر.
- تجنب لمس الأيدي غير المغسولة للعين والأنف والفم.
- البقاء في المنزل إذا كنت مريضًا.
- استخدام المناديل أو أكمامك عند السعال أو العطس.
- غسل أو تعقيم يديك قبل لمس وجهك.
- عدم مشاركة الآخرين في المشروبات أو الطعام أو أدوات تناول الطعام.
- تنظيف وتعقيم الأجسام والأسطح التي يتم لمسها بشكل متكرر.
- بالإضافة إلى الاحتياطات الخاصة لكوفيد-19 عند الخروج في الأماكن العامة:
- حاول أن تبقى على بعد مسافة 6 أقدام عن الآخرين.
- ارتداء غطاء الوجه (يغطي كل من الأنف و الفم).

إذا شعرت بالحمى أو السعال أو صعوبة التنفس أو أعراض أخرى لفيروس كوفيد-19 (COVID-19)، يتعين عليك:

- طلب الرعاية الطبية على الفور. قبل أن تذهب إلى مكتب مقدم الرعاية الصحية أو غرفة الطوارئ، اتصل بهم مسبقًا وأخبرهم عن الأعراض التي تشعر بها.
- تجنب التواصل مع الآخرين.
- تجنب السفر أثناء المرض.
- قم بتغطية فمك وأنفك بمنديل أو كمامك (وليس يديك) عند السعال أو العطس.
- اغسل يديك كل فترة بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل. استخدم مطهر اليدين الكحولي في حالة عدم توفر الماء والصابون.

يحتاج العاملون في مجال الرعاية الصحية الذين يتعاملون مع المرضى أو غيرهم من العاملين في مجال الرعاية الصحية والمستجيبين الأوائل (خدمات الطوارئ الطبية، المطفائي، الشرطة) إلى اختبار فيروس كوفيد-19 (COVID-19) كلما شعروا بأعراض قد تكون ناتجة من كوفيد-19 (COVID-19).

هل يجب أن أسافر خلال هذا الوقت؟

يتم الإبلاغ عن كوفيد-19 (COVID-19) في جميع أنحاء العالم، بما في ذلك كل الولايات في الولايات المتحدة. هناك قيود على السفر سارية المفعول في جزء كبير من العالم. تجنب السفر. قم بتأجيل الرحلات المخطط لها.

كيف يتم تشخيص كوفيد-19 (COVID-19)؟

إذا كانت لديك أعراض تتشابه مع أعراض الإصابة بفيروس كوفيد-19 (COVID-19) و/ أو وربما تكون قد تعرضت للإصابة بكوفيد-19 (COVID-19)، فمن الممكن أن يقوم مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بفحصك للكشف عن الفيروس. يجب على مقدمي الرعاية الصحية الحصول على بيان اتصال تفصيلي والتاريخ المرضي من المرضى الذين يعانون من الحمى وأمراض الجهاز التنفسي الحادة.

كيف يتم علاج كوفيد-19 (COVID-19)؟

لا يوجد علاج محدد مضاد للفيروسات موصى به لعلاج عدوى كوفيد-19 (COVID-19). يجب أن يتلقى الأشخاص المصابون بفيروس كوفيد-19 (COVID-19) رعاية داعمة ومساعدة في التخفيف من حدة الأعراض. معظم المصابين بكوفيد-19 (COVID-19) ليسوا في حالة تتطلب دخول المستشفى ويتعافون عليهم البقاء في المنزل. يتعين على الأشخاص الذين يعتقدون أنهم قد تعرضوا للإصابة بكوفيد-19 (COVID-19) الاتصال بمقدم الرعاية الصحية الخاص بهم على الفور.



Boston Public Health Commission | Infectious Disease Bureau

1010 Massachusetts Avenue | Boston, MA 02118 | www.bphc.org | 617-534-5611