

عدوى فيروس كورونا المستجد

ماهي عدوى الفيروس التاجي الجديد؟

الفيروس التاجي الجديد، المعروف أيضاً باسم COVID-2019، هو نوع من الفيروسات التي تسبب مرضاً في الجهاز التنفسي. وهذا قد يؤدي إلى التهاب وتراكم المخاط والسوائل في مجرى الهواء وفي الرئتين (الالتهاب الرئوي). هناك العديد من الفيروسات التاجية المختلفة. ومعظم هذه الفيروسات تؤثر فقط في الحيوانات، ولكن في بعض الأحيان يمكن أن تتغير هذه الفيروسات وتصيب البشر.

ما هي أسباب المرض؟

يحدث هذا المرض بسبب الفيروس التاجي المستجد ويمكن التقاط الفيروس عن طريق:

- تنفس قطرات من السعال أو العطاس لشخص مصاب.
- لمس الأسطح الملوثة بالفيروس، مثل طاولة أو مقبض الباب، ومن ثم لمس الأيدي الملوثة للرم أو الأنف أو العينين.
- التواجد حول الحيوانات التي تحمل الفيروس، أو تناول اللحوم غير المطبوخة أو غير المطبوخة بشكل جيد أو المنتجات الحيوانية التي تحتوي على الفيروس.

ما الذي يزيد من مخاطر الإصابة بالمرض؟

من المرجح أن تصاب بهذا المرض إذا كنت:

- تعيش في أو سافرت إلى منطقة تفشى فيها الفيروس التاجي الجديد
- تواصلت مع شخص مريض سافر مؤخراً إلى منطقة تفشى الفيروس التاجي الجديد.
- توفر الرعاية أو تعيش مع شخص مصاب بالفيروس التاجي الجديد بدون أخذ الاحتياطات الطبية لمنع العدوى

ما هي العلامات أو الأعراض؟

الفيروس التاجي الجديد يسبب أمراض الجهاز التنفسي التي يمكن أن تؤدي إلى الالتهاب الرئوي. قد تشمل أعراض الالتهاب الرئوي ما يلي:

- الحمى
- السعال
- صعوبة التنفس
- ألم في الحلق
- الصداع

كيف يتم تشخيص المرض؟

يمكن تشخيص المرض بناءً على:

- العلامات والأعراض، خاصة إذا كان الشخص:
 - يعيش في منطقة تفشي الفيروس التاجي الجديد.
 - سافر مؤخرًا من أو إلى منطقة تفشي فيها الفيروس.
 - يوفر الرعاية أو يعيش مع شخص تم تشخيصه بالفيروس التاجي الجديد.
- الفحص السريري
- الفحوصات المخبرية، والتي قد تشمل:
 - مسحة أنفية لأخذ عينة من السوائل الأنف
 - مسحة الحلق لأخذ عينة من السوائل من حلقك.
 - عينة من المخاط من الرئة (البغم).
 - اختبارات الدم.

كيف يتم التعامل مع المرض؟

لا يوجد دواء لعلاج الفيروس التاجي الجديد. سيتحدث مقدم الرعاية الصحية معك عن طرق علاج الأعراض. وقد يشمل ذلك الراحة والسوائل والأدوية التي تصرف دون وصفة طبية.

اتبع هذه التعليمات في المنزل:
نمط الحياة:

- استخدم جهاز ترطيب الهواء لإضافة الرطوبة إلى الهواء هذا يمكن أن يساعد على التنفس بسهولة أكبر.
- لا تستخدم أي منتجات تحتوي على النيكوتين أو التبغ، مثل السجائر والسجائر الإلكترونية ومضغ التبغ، إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في الإقلاع عن التدخين، فاسأل مقدم الرعاية الصحية.
- التزم الراحة في المنزل كما نصح مقدم الرعاية الصحية الخاص بك.
- يمكنك العودة إلى الأنشطة العادية الخاصة بك بناءً على نصيحة مقدم الرعاية الصحية الخاص بك، اسأل مقدم الرعاية الصحية عن الأنشطة الآمنة لك.

تعليمات عامة:

- تناول الأدوية التي تصرف دون وصفة طبية وبوصفات الطبيب كما نصح مقدم الرعاية الصحية
- اشرب ما يكفي من السوائل للحفاظ على البول شاحب أصفر.
- حافظ على جميع زيارات المتابعة كما نصح مقدم الرعاية الصحية، هذا أمر مهم.

كيف تتم الوقاية من الإصابة؟

لا يوجد لقاح للمساعدة في منع عدوى الفيروس التاجي الجديدة. ومع ذلك، هناك خطوات يمكنك اتخاذها لحماية نفسك والآخرين من هذا الفيروس.

لحماية نفسك:

- لا تسافر إلى المناطق التي يشكل فيها الفيروس التاجي الجديد خطراً.
- إذا كنت تعيش في منطقة حيث يعد الفيروس التاجي خطراً، أو يجب عليك السفر إليها، فينبغي اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب العدوى:
 - ابتعد عن المرضى
 - الابتعاد عن الأماكن التي توجد فيها حيوانات قد تحمل الفيروس، ويشمل ذلك الأماكن التي تباع فيها الحيوانات والمنتجات الحيوانية. (لاحظ أن كل من الحيوانات الحية والنافقة يمكن أن تحمل الفيروس).
 - لا تأكل اللحوم أو الأسماك في المناطق التي تفشى فيها الفيروس التاجي، إذا كان يجب أن تأكل السمك أو اللحوم، تأكد من أن يتم طهيها بشكل جيد جداً.
 - اغسل يديك غالباً بالماء والصابون، إذا لم يتوفر الصابون والماء، فاستخدم مطهر اليدين القائم على الكحول.
 - تجنب لمس الفم أو الوجه أو العينين أو الأنف
 - ارتدي قناع طبي لحماية نفسك إذا كنت حول الناس الذين هم مرضى أو قد يكونون مرضى.

لحماية الآخرين:

- إذا كنت تعاني من أعراض، أو تعتقد أنك مصاب بعدوى الفيروس التاجي، فاتخذ خطوات لمنع الفيروس من الانتشار إلى الآخرين:
 - إذا كنت تعتقد أنك مصاب بعدوى الفيروس التاجي، اتصل بمقدم الرعاية الصحية على الفور، أخبر فريق الرعاية الصحية الخاص بك أنك تعتقد أنك قد تكون مصاب بعدوى الفيروس التاجي.
 - ابق في المنزل، اترك منزلك فقط للحصول على الرعاية الطبية.
 - لا تسافر وأنت مريض.
 - اغسل يديك غالباً بالماء والصابون، إذا لم يتوفر الصابون والماء، فاستخدم مطهر اليدين القائم على الكحول.
 - ابتعد عن أفراد أسرتك الآخرين، إذا كان ذلك ممكناً، وابق في الغرفة الخاصة بك، منفصلاً عن الآخرين، واستخدم حمام مختلف.
 - تأكد من أن جميع الناس في منزلك يغسلون أيديهم غالباً بشكل جيد.
 - يجب السعال أو العطس في المنديل أو الأكمام أو الكوع، تجنب السعال أو العطس في يدك أو في الهواء.
 - ارتداء قناع الوجه الطبي الملائم.

أين يمكن العثور على مزيد من المعلومات:

- مركز مكافحة العدوى والتحكم بالأمراض: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html
- منظمة الصحة العالمية: <https://www.who.int/ar/health-topics/coronavirus/coronavirus>

اتصل بمقدم الرعاية الصحية إذا:

- سافرت إلى منطقة حيث تفشى الفيروس التاجي الجديد وكان لديك أعراض العدوى.
- لديك اتصال مع شخص سافر إلى منطقة حيث تفشى الفيروس التاجي الجديد وكان لديك أعراض العدوى.

احصل على المساعدة على الفور إذا كان لديك:

- صعوبة في التنفس
- ألم في الصدر

موجز:

- الفيروس التاجي الجديد هو نوع من الفيروسات التي تسبب مرض الجهاز التنفسي، وهذا قد يؤدي إلى التهاب وتراكم المخاط والسوائل في مجرى الهواء في الرئتين (الالتهاب الرئوي).
 - أنت أكثر عرضة للإصابة بالمرض إذا كنت تعيش في أو سافرت إلى منطقة حيث يتفشى الفيروس التاجي الجديد.
 - لا يوجد دواء لعلاج الفيروس التاجي الجديد، سيتحدث مقدم الرعاية الصحية معك عن طرق علاج الأعراض، وقد يشمل ذلك الراحة والسوائل والأدوية التي تصرف دون وصفة طبية.
 - اتخذ خطوات لحماية نفسك والآخرين من العدوى، اغسل يديك كثيرًا، ابتعد عن الأشخاص الآخرين المرضى وعن الأماكن التي توجد فيها حيوانات قد تحمل الفيروس وارتد قناعا إذا كنت مريضا أو إذا كنت تتعرض للأشخاص الذين قد يكونون مرضى.
- لا تهدف هذه المعلومات إلى استبدال المشورة المقدمة لك من قبل مقدم الرعاية الصحية. تأكد من مناقشة أي أسئلة لديك مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك.

ترجم عن النسخة الأصلية بموافقة شركة السيفير © بتاريخ ١٥ مارس ٢٠٢٠ من قبل وزارة الصحة ووقاية المجتمع بدولة الامارات العربية المتحدة

Translated with permission from the original on March 15th 2020© Elsevier Inc., by the Ministry of Health And Prevention of the UAE.