

فيروس كورونا ما تحتاج إلى معرفته

تتكشف جائحة COVID 19

يتم تحديث المعلومات المقدمة اعتبارًا من 23 مارس 2020.

سيعمل الائتلاف العالمي للاستعداد للعلاج على تحديث المحتوى لمواكبة الإرشادات الجديدة.

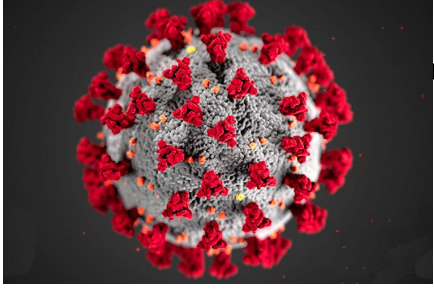
للحصول على أحدث الأدوات والموارد لدينا ، يرجى زيارة <http://itpcglobal.org/resources>

@ITPCglobal | www.itpcglobal.org | #WatchWhatMatters

نظرة عامة

- ما هو الفيروس التاجي أو فيروس كورونا؟
- من هو المعرض لخطر COVID-19؟
- ناقل الحركة - كيف ينتشر COVID-19؟
- منع COVID-19؟
- ماذا يحدث إذا حصلت على COVID-19؟
- الأشخاص المصابون بفيروس نقص المناعة البشرية و COVID-19
- السل (TB) و COVID-19
- اختبارات
- العلاج او معاملة
- الموارد

ما هو الفيروس التاجي أو فيروس كورونا؟



• ما هو الفيروس التاجي أو فيروس كورونا

الفيروسات التاجية هي جزء من **عائلة كبيرة من الفيروسات** في الحيوانات والأشخاص ، بما في ذلك الفيروسات التي تسبب نزلات البرد وغيرها من التهابات الجهاز التنفسي.

• يشير اسم كورونا إلى **التاج** لأن هذه الفيروسات لها مسامير تشبه التاج على سطحها.

• **يسمى المرض الناتج عن الفيروس التاجي COVID-19.**

• في 7 يناير 2020 ، تم تأكيد الفيروس التاجي الحاد الوخيم التاجي **SARS-CoV-2** كعامل مسبب لمرض الفيروس التاجي 2019. COVID-19.

• مصطلح " COVID-19 " عبارة عن طريقة قصيرة لقول " **مرض كورونا فيروس 2019** ".

• يُعتقد أن COVID-19 قد بدأ في **ووهان ، الصين** ، في ديسمبر 2019.

ما الذي يجعل هذه "الفيروس" فيروس كورونا جديد؟

- في بعض الأحيان تتطور الفيروسات التاجية التي تصيب الحيوانات وتتسبب في مرض الناس.
- هذه تُعرف باسم فيروس تاجي جديد أو الجديد.
- جاءت رواية الفيروس التاجي لعام 2019 من الحيوانات إلى البشر (وهذا ما يسمى انتقال حيواني).
- تنتشر الآن مباشرة من شخص لآخر في معظم دول العالم.
- أمثلة للفيروسات التاجية السابقة تتضمن ما يلي:
 1. متلازمة الشرق الأوسط التنفسية التاجية **MERS-CoV** ، تم الإبلاغ عنها لأول مرة من المملكة العربية السعودية في عام 2012
 2. متلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم (**سارس - CoV**) ، المعترف بها لأول مرة في الصين في عام 2002.
- الأشخاص الذين أصيبوا بالمرض لأول مرة ب COVID-19 كانوا عمالاً في سوق المأكولات البحرية والدواجن والحياة البرية الحية (يسمى سوق Huanan لبيع المأكولات البحرية بالجملة) في منطقة Jiangnan في مقاطعة Hubei في الصين.

من هم في عرضة للخطر؟

من المعرض لخطر COVID-19؟

- **كل واحد!** ... وهذا هو سبب أهمية الوقاية!
- كبار السن (الذين تزيد أعمارهم عن 60 عامًا والأشخاص الذين يعانون من حالات سابقة للتعرض لخطر الإصابة بمرض / وفاة خطيرة من COVID-19)
- الأشخاص الذين **سافروا مؤخرًا** إلى بلدان ينتشر فيها COVID-19 (مثل الصين وإيطاليا وإيران وكوريا الجنوبية وألمانيا والولايات المتحدة الأمريكية).
- **الأشخاص الذين كانوا على اتصال وثيق مع شخص مصاب بـ COVID-19 .**
- **عمال الرعاية الصحية** الذين لا يستطيعون الوصول إلى الأقنعة والقفازات والأثواب ؛ إنهم يعرضون أنفسهم بشكل بطولي للخطر في رعاية الآخرين.

انتقال COVID-19



كيف ينتشر الفيروس التاجي؟

- ينتشر الفيروس التاجي من خلال قطرات صغيرة تدخل في الهواء عندما يسعل أو يعطس المصاب.
- يمكن أن تهبط هذه القطرات أيضًا على الأسطح حول الشخص المصاب لـ COVID-19.
- ينتقل الفيروس التاجي من شخص لآخر عندما يستنشق الناس هذه القطرات الصغيرة ، أو عندما يلمس الناس شيئًا يحتوي على قطرات فيروس التاجية ثم يلمسوا عيونهم أو أنفهم أو فمهم.
- يوجد الفيروس التاجي أيضًا في البراز. اغسل يديك جيدًا بالماء والصابون (لمدة 20 ثانية على الأقل) أو معقم اليدين بعد استخدام المرحاض.

الوقاية من COVID-19

كيفية الوقاية من COVID-19



• **اغسل يديك كثيرًا** وبشكل كامل بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل. **الأسلوب الصحيح لغسل اليدين**

• افعل ذلك عندما تدخل منزلك ، بعد استخدام المرحاض وبعد لمس أي شيء أو سطح يستخدمه الكثير من الناس.



• هذه هي الطريقة الأكثر فعالية لحماية نفسك. يمكنك أيضًا استخدام معقم اليدين إذا كان يحتوي على 70٪ كحول على الأقل.



• **لا تلمس وجهك** إلا إذا غسلت يديك جيدًا!



• **امسح الأسطح** التي يتم لمسها كثيرًا (مقابض الأبواب والحنفيات والمرحاض والهواتف) باستخدام مطهر مرة واحدة على الأقل في اليوم.

كيفية الوقاية من COVID-19

"العزلة الذاتية أهم بكثير من الاختبار".

— Francois Venter, Deputy Executive Director, Wits Institute for Sexual & Reproductive Health, HIV and Related Diseases

- من المهم جدًا للأشخاص الذين يعانون من المرض عزل أنفسهم عن الآخرين ، لمنع COVID-19 من الانتشار.
- من المهم أيضًا للأشخاص غير المرضى تجنب الخروج كلما أمكن ذلك والبقاء على بعد أكثر من 6 أقدام (2 م) بعيدًا عن الآخرين.
- لا تعانق أو تقبيل أو مصافحة للأشخاص الآخرين.
- وهذا ما يسمى **"المسافة الاجتماعية"**.

Source: World Health Organisation. Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public. Taken from <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>. Accessed March 22, 2020.

نصيحة لكبار السن والأشخاص الذين يعانون من ظروف موجودة مسبقاً

1. **خطط واستعد لـ COVID-19 في مجتمعك.**

2. لا تخرج إلا إذا كان ذلك ضرورياً تماماً (للأدوية والأغذية وحالات الطوارئ).

- من الأفضل تجنب الاتصال بأشخاص آخرين قدر الإمكان.
- إذا خرجت ، ابق على بعد 2 متر على الأقل من الآخرين.
- لا تعانق أو تقبيل أو مصافحة لأي شخص آخر.
- إذا كان شخص ما في منزلك مريضاً ، خاصةً مع أعراض COVID-19 ، فحد من الاتصال به قدر الإمكان.

نصيحة لكبار السن والأشخاص الذين يعانون من ظروف موجودة مسبقاً

4. إذا شعرت بالمرض ، **فاتصل بمقدم / عيادة الرعاية الصحية الخاصة بك قبل طلب الرعاية.**

5. **نظف و عقم الأسطح التي تلمسها في منزلك كل يوم.**

6. إذا كان لديك زوار في المنزل ، ابق على الأقل مترين (6 أقدام). تبادل الأمواج أو الإيماءات أو القوس لتحية لهم.

7. **اطلب من كل من يدخل منزلك غسل أيديهم على الفور**

8. **تحقق من مصادر موثوقة (مثل منظمة الصحة العالمية) للحصول على التحديثات.**

9. **انظر الموارد في نهاية هذا الدليل**

كيف يمكن منع عدوى COVID-19

• إذا كنت مريضًا ، فاعزل نفسك عن الآخرين!



غطِ السعال أو العطس بكوع مرن أو منديل
ثم ارمي الأنسجة في السلة. اغسل يديك
كثيرًا!

ماذا يحدث إذا حصلت على COVID؟

ماذا يحدث للأشخاص الذين يصابون بعدوى COVID-19 ؟

- لا يزال الخبراء يتعلمون عن COVID-19 .
- بعض الأشخاص الذين يعانون من COVID-19 لا يشعرون بالمرض على الإطلاق ولكن لا يزال بإمكانهم نشره.
- من المرجح أن ينشر الناس COVID-19 عندما يشعرون بالمرض.
- يمكن أن يصبح COVID-19 مرضًا خطيرًا ، حتى مميتًا ، لدى بعض الأشخاص ، وخاصةً الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 60 عامًا والأشخاص الذين يعانون من حالات كامنة (مثل أمراض القلب والرئة والكلى والسكري وارتفاع ضغط الدم).

ماذا يحدث للأشخاص الذين يصابون بعدوى COVID-19؟

• يبدأ معظم المصابين بـ COVID-19 في الشعور بالمرض بعد 1 إلى 14 يومًا من الإصابة بالعدوى.

• يبدأ الكثير من الأشخاص في الشعور بالمرض بعد 5-6 أيام من الإصابة. تشمل الأعراض: سعال (أحيانًا جاف هذه الأعراض أو جميعها):

استخدم القناع فقط إذا كنت مريضًا (السعال والعطس وما إلى ذلك) لحماية الآخرين. قم بتغيير القناع بانتظام. اغسل يديك بعد لمس القناع الخاص بك.

- ضيق في التنفس
- التهاب الحلق
- حمى (38 درجة مئوية)
- إسهال
- صداع الراس
- فقدان حاسة الشم والذوق (لدى بعض الناس)

الأشخاص المصابون بفيروس نقص المناعة البشرية & COVID-19

الأشخاص المصابون بفيروس نقص المناعة البشرية & COVID-19

• حتى 20 مارس 2020 ، **لم يتم الإبلاغ** عن حالات COVID-19 بين الأشخاص المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية.

• **حاليا ، لا يوجد دليل** على أن الأشخاص المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية الذين يتناولون العلاج بالعقاقير المضادة للفيروسات القهقرية هم الأكثر عرضة لخطر الإصابة بـ **COVID-19**

Source: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-covid-19-hiv-and-antiretrovirals>. Accessed March 20, 2020.

@ITPCglobal | www.itpcglobal.org | #WatchWhatMatters

الأشخاص المصابون بفيروس نقص المناعة البشرية COVID-19 &

الأشخاص المصابون بفيروس نقص المناعة البشرية الذين لا يتناولون العلاج المضاد للفيروسات القهقرية (ART) هم أكثر عرضة للإصابة بـ COVID-19 لأن أجهزتهم المناعية قد تكون أضعف.

• من المهم أن يخضع الأشخاص لفحص فيروس نقص المناعة البشرية ، وأن يتلقى الأشخاص المصابون بفيروس نقص المناعة البشرية العلاج المضاد للفيروسات الرجعية كل يوم.

• يجب على الأشخاص الذين يتناولون العلاج بمضادات الفيروسات القهقرية أن يحاولوا الحصول على ما لا يقل عن 30 يومًا من أدويتهم ، وحيثما أمكن الحصول على إمدادات من 3 إلى 6 أشهر.

• يجب تزويد الأشخاص المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية باللقاحات لحمايتهم من الأنفلونزا والالتهاب الرئوي.

Source: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-covid-19-hiv-and-antiretrovirals>. Accessed March 20, 2020.

السل (TB) و COVID-19

السل (TB) و COVID-19



- يزيد فيروس نقص المناعة البشرية من خطر الإصابة بالسل ، وهي عدوى بكتيرية تستهدف الرئتين.
- يقلل العلاج بمضادات الفيروسات القهقرية (ART) من هذا الخطر.
- من المهم بالنسبة للأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية أن يخضعوا لفحص السل ، وللأشخاص المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية الحصول على العلاج دون انقطاع ، وتناوله كل يوم
- على الرغم من أنه يمكن علاجه ، فإن السل هو القاتل الرئيسي للمصابين بفيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز.
- في عام 2018 ، قتل 251000 شخص مصاب بفيروس نقص المناعة البشرية
- مثل السل ، يسبب COVID-19 تلفًا في الرئة.
- لا يعرف العلماء كيف سيؤثر COVID-19 على الأشخاص المصابين بالسل ، على الرغم من قلقهم من أن يكون الأشخاص في هذه المجموعات أكثر عرضة للإصابة بالمرض والموت.

السل (TB) و COVID-19

- من المرجح أن يكون لـ COVID-19 تأثير سيئ على خدمات السل غير الكافية بالفعل ، مما يجعل من الصعب على الأشخاص اختبارهم ومعالجتهم.
- يجب اختبار الأشخاص الذين يخضعون لاختبار COVID-19 للكشف عن مرض السل- خاصة إذا كانوا مصابين بفيروس نقص المناعة البشرية أو من مناطق ينتشر فيها مرض السل.
- يجب أن تستخدم الحكومات نفس الاستعجال في اختبار السل و COVID-19 للأشخاص الذين يعانون من الحمى والسعال.

الكشف والتحليل

هل يجب أن تخضع للاختبار؟

- الوصول إلى اختبار COVID-19 محدود.
- من الناحية المثالية ، يجب اختبار الجميع ، **ولكن ببساطة لا يمكن تنفيذ ذلك الآن**.
- على الصعيد العالمي ، فإن نظام الرعاية الصحية والأشخاص الذين يعملون فيه مغمورون بالأشخاص الذين يعانون من مرض خطير مع COVID-19.
- بشكل عام ، **يوصى بإجراء الاختبار فقط إذا كانت لديك أعراض (حمى ، سعال ، صعوبة في التنفس) إذا كانت لديك أعراض ، فاتبع السياسة في بلدك قبل الذهاب إلى العلاج الطبي**.
- اتصل بالسلطة الصحية المحلية أو انتقل إلى موقع الاختبار.
- إذا كانت **نتيجة الاختبار سلبية** ، فقد تظل معرضاً لخطر COVID-19. من المهم الحفاظ على سلامتك قدر الإمكان.

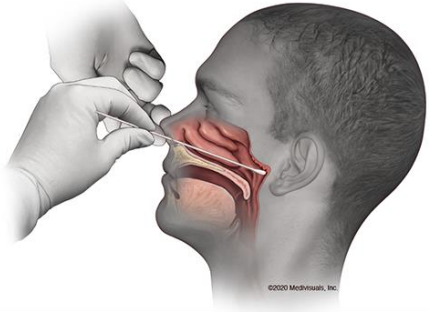
Source: Testing, testing, 123: Unpacking the confusion around SA's Covid-19 testing. Taken from

<https://www.dailymaverick.co.za/article/2020-03-19-testing-testing-123-unpacking-the-confusion-around-sas-covid-19-testing>. Accessed on March 19, 2020.

ماذا يحدث عندما تخضع للاختبار



• يجب أن يتم الاختبار في غرفة فارغة جيدة التهوية أو في الهواء الطلق لتقليل الخطر على الأشخاص الذين يخضعون للفحص وعلى العاملين في مجال الرعاية الصحية.



• سيستخدم أخصائي رعاية صحية مدرب مسحة لأخذ عينة من الجزء الخلفي من الأنف والحلق). ثم يتم إرسال العينة إلى المختبر للاختبار. قد يكون الاختبار غير مريح ، ولكنه ليس مؤلماً.



• يختلف الوقت الذي يستغرقه الحصول على النتائج

العلاج



كيف يتم معالجة COVID-19؟

• لا يوجد علاج محدد مضاد للفيروسات متوفر لـ COVID-19 حتى الآن ، على الرغم من أن العديد منه قيد الدراسة.

• العلاج الحالي للأعراض ، وليس الفيروس نفسه (مثل أدوية الألم والأكسجين للأشخاص الذين يعانون من ضيق في التنفس وعلاج الحمى).

• المضادات الحيوية لا تعالج الالتهابات الفيروسية. ومع ذلك ، قد تكون المضادات الحيوية مطلوبة إذا ظهرت عدوى بكتيرية ثانوية.

Goodman, J. (2020, March 21). Coronavirus: any chloquinone? Has its use been approved in US? Bloomberg. <https://www.bloomberg.com/news/51920731>

Fink, S. (2020, March 16). White House Takes New Line After Dire Report on Death Toll. New York Times. <https://www.nytimes.com/2020/03/16/us/coronavirus-fatality-rate-white-house.html>

كيف يتم معالجة COVID-19؟

• لا توجد أدوية معتمدة لعلاج أو منع COVID-19.

• هل يجب أن تتناول الإيبوبروفين إذا كان لديك COVID-19؟ هناك الكثير من التكهنات والبيانات قليلة جدًا عن ذلك حتى الآن ، حتى نعرف المزيد ، إذا كنت تعاني من الصداع أو الحمى وتعتقد أنك معرض لخطر COVID-19 ، فاستخدم الباراسيتامول / الأسيتامينوفين وليس الأدوية المضادة للالتهابات مثل الإيبوبروفين أو الكورتيزون.

• عقار الكلوروكين المضاد للملاريا ليس علاجًا معتمدًا لـ COVID-19. ومع ذلك ، تجري الدراسات الآن لمعرفة ما إذا كانت تعمل.

• قد يستغرق تطوير اللقاح ما يصل إلى 18 شهرًا. هذا هو سبب أهمية الوقاية!

النقاط ذات الأهمية والموارد

النقاط ذات الأهمية

• **اغسل يديك** بالصابون والماء النظيف لمدة 20 ثانية في حالة عدم وجود الماء والصابون ، يجب استخدام مطهرات الجل التي تحتوي على 70% من الكحول.

• تتضمن **الأماكن الواجب تقييمها** المفاتيح مقابض الأبواب ، علبه التروس ، فرامل اليد ، إلخ

• المنزل - أجهزة التحكم عن بعد ، مقابض الأبواب ، مفاتيح الإضاءة ، الأسطح المستخدمة بشكل متكرر ، الهواتف المحمولة ، مقابض الصنابير ، أبواب الثلاجة ، إلخ

• المكتب - لوحة المفاتيح ، والهواتف ، وأزرار الشاشة ، وجميع الهواتف ،

• إذا كنت مقابضاً للأبواب ، فعلاًياً عن الشاكي خروبي مفاتيح والإطسكت وطلحة ذلجيدة تجنب المرض

النقاط ذات الأهمية

خطة للرعاية السريرية إذا كنت معزولا / أو في حالة حجر صحي.

- **خطط أين سيحدث الحجر الصحي في منزلك وكيف سيعمل مع زملائك في المنزل.**
- اشرح للأطفال كيف ستعمل إذا لزم الأمر.
- **قم بعمل جرد لما يمكنك القيام به وما لا يمكنك فعله.**
- خيارات الطب عن بعد (من يمكنك الاتصال للحصول على المساعدة السريرية؟)
- الخطوط الساخنة والأطباء والممرضات ، وما إلى ذلك) تعبئة البيانات للمكالمات والإنترنت (حسب الحاجة) ابحث عن بوابات طبيبك المحلي على الإنترنت والخطوط الساخنة

• **الحفاظ على شبكة اجتماعية، ولكن يحسن بعدك خطتي! الرغم من أنك قد تكون بعيدًا ماديًا ، ابق على اتصال بشبكتك.**

- يساعدنا التواصل الاجتماعي على البقاء على اطلاع وتحديث ، ويساعدنا على

النقاط ذات الأهمية

- **حاول الإبقاء على ما لا يقل عن شهر واحد من الأدوية في منزلك.** حيثما أمكن ، احصل على الحد الأقصى الذي يسمح به وصفتك الطبية / طبيبك. نحن ندافع على المستوى الوطني عن البرمجة النصية لعدة أشهر لأدوية فيروس نقص المناعة البشرية لمدة تصل إلى 6 أشهر.
- لا تذهب إلى العيادة إذا لم يكن لديك أعراض.
- التدخين يضر رئتيك - حاول الإقلاع عنه.
- من الضروري ممارسة التباعد الجسدي قبل ذروة الوباء قبل - وبعد - تفويض الحكومة له.

حيثما أمكن، قدم الدعم للأشخاص في هذه

المواقف التي قد يكونون في حالات العنف المنزلي

• السجناء

- الأشخاص الذين يعيشون في ملاجئ أو إعدادات جماعية أخرى
- الأشخاص الذين يشتركون في المنازل مع كبار السن أو أولئك الذين لديهم ظروف موجودة مسبقاً مما يجعلهم في خطر أعلى
- الأشخاص الذين لا يستطيعون الحصول على سكن أو ماء
- الناس الذين يعيشون بمفردهم

حيثما أمكن، قدم الدعم للأشخاص في هذه

الأشخاص الذين قد لا يتمكنون من العمل عن بعد وفقدوا دخلهم بسبب تأثير القيود الحكومية

- الأشخاص الذين يواجهون **الوصمة** المرتبطة بمرض فيروس التاجي - كورونا، بما في ذلك الأشخاص من أصل آسيوي أو أولئك الذين سافروا مؤخرًا
- الأشخاص المتأثرون **بنقص الأدوية** (الأدوية المزمنة ومضادات الفيروسات القهقرية وما إلى ذلك)
- الأشخاص على **خدمات الحد من الضرر** مثل مراكز الإيواء التي قد تتأثر بالحظر الحكومي على التجمع في الأماكن العامة وحظر التجول وما إلى ذلك.

موارد:

منظمة الصحة العالمية (منظمة الصحة العالمية) سؤال وجواب على وفيروس نقص المناعة البشرية ومضادات الفيروسات القهقرية

- <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-covid-19-hiv-and-antiretrovirals>
 - https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200311-sitrep-51-covid-19.pdf?sfvrsn=1ba62e57_4
- **Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public: Myth busters**
 - <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>
- **How Coronavirus Hijacks your Cells**
 - <https://www.nytimes.com/interactive/2020/03/11/science/how-coronavirus-hijacks-your-cells.html?action=click&module=RelatedLinks&pgtype=Article>
- **Frequently Asked Questions – CDC (US)**
 - https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html#anchor_1584386215012
- **The Corona Virus Explained and What you Should do**
 - <https://www.youtube.com/watch?v=BtN-goy9VOY>
- **Proper Hand-Washing Technique**
 - <https://www.youtube.com/watch?v=cbX0xwKORjk>



ITPC

INTERNATIONAL TREATMENT
PREPAREDNESS COALITION

@ITPCglobal | www.itpcglobal.org | #WatchWhatMatters

The COVID 19 pandemic is unfolding.
Information presented is updated as of March 23, 2020.
ITPC will refresh content to keep pace with new guidance.

For our latest tools and resources, please visit <http://itpcglobal.org/resources>