



**ITPC**

INTERNATIONAL TREATMENT  
PREPAREDNESS COALITION

# COVID-19 إرشادات حول تحديث سبتمبر 2020

# حول هذا الدليل

هذا الدليل مخصص لـ **SARS-CoV-2** وهو فيروس جديد يسبب مرضاً يسمى **COVID-19**

تم التعرف عليه في بداية هذا العام .

نحن نتعلم عنه باستمرار وتتغير المعلومات المتعلقة به كثيراً ، لذلك من المهم التحقق من المصادر الموثوقة بانتظام .

# في هذا الدليل

ننظر إلى ما تعلمه العالم عن:

- الوباء
- الانتقال
- الوقاية
- ما الذي يفعله COVID-19 للناس
- الرعاية
- العلاج
- اللقاحات

# الوباء

اعتباراً من الجمعة 18 سبتمبر 2020 :

أصيب 34.438.827 شخصاً  
1.025.083 منهم فقدوا حياتهم

SOURCE: <https://coronavirus.jhu.edu/map.html>

# الانتقال

# الانتقال

فيروس كورونا ينتقل جوا .

ينتشر عندما يسعل الشخص المصاب أو يعطس أو يغني أو يتحدث أو يزفر . يطلق الشخص المصاب قطرات محملة بالفيروسات والهباء الجوي (جزيئات أصغر بكثير تبقى في الهواء لفترة أطول بكثير من القطرات الثقيلة) .

يصاب الناس عندما يستنشقون هذه القطرات والهباء الجوي ، أو إذا هبطت داخل الأنف أو العينين أو الفم .

الشمس والرياح صديقان لك - فالشمس يمكن أن تعطل الفيروس ويمكن للرياح أن تبعده .

# الانتقال

من الممكن ، ولكن ليس من المحتمل ، أن يصاب الأشخاص بالعدوى إذا لمسوا سطحاً به قطرات / رذاذ ثم لمسوا عيونهم أو أنوفهم أو أفواههم ، مما يسمح للفيروس بالدخول للجسم .

من المهم غسل يديك لمدة 20 ثانية على الأقل بالماء والصابون أو المطهر الذي يحتوي على 70٪ كحول - وعدم لمس وجهك (إلا إذا كنت قد غسلت يديك للتو).

# الوقاية



ارتدِ قناعاً يغطي فمك وأنفك ، خاصة في الداخل .

الهواء الطلق هو صديقك . تجنب الأماكن الداخلية المزدحمة وسيئة التهوية .

"التباعد الاجتماعي" - ابق على بعد مترين (6 أقدام) من الأشخاص الآخرين .

ابتعد عن المرضى .

اخضع للاختبار والعزل إذا اكتشفت أنك كنت على اتصال بشخص مصاب بـ **COVID-19** أو إذا كنت تشعر بالمرض .

اغسل يديك جيداً وبشكل متكرر ولا تلمس وجهك إلا إذا كنت قد غسلت يديك للتو .

# ما الذي يفعله COVID-19 للناس

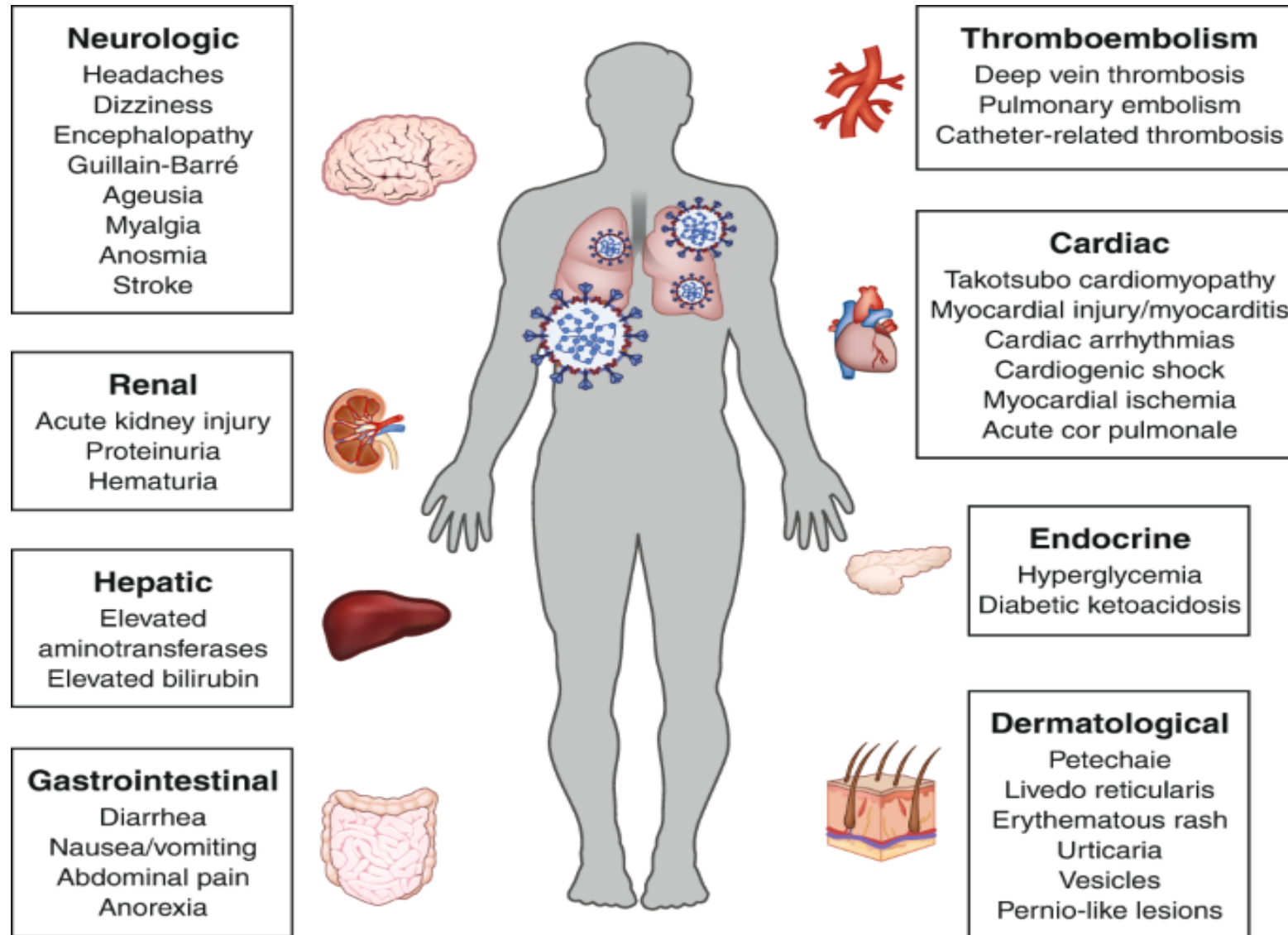
## ما الذي يفعله COVID-19 للناس

يصاب بعض الأشخاص (حوالي 45%) بـ COVID-19 لكن لا تظهر عليهم أي أعراض .  
هذا يعني أننا يجب أن نفترض أن أي شخص يمكن أن يكون لديه .

يمرض معظم الناس في غضون 5-4 أيام ، ولكن قد يستغرق الأمر ما يصل إلى أسبوعين حتى تظهر الأعراض .

الأعراض الأكثر شيوعاً هي : الحمى ، القشعريرة ، السعال الجاف ، ضيق التنفس أو صعوبة التنفس ، فقدان الشهية ، الغثيان أو القيء ، الإسهال ، التعب ، آلام العضلات والجسم ، الصداع ، فقدان حاسة الشم والتذوق ، التهاب الحلق ، انسداد أو سيلان الأنف ، التهاب الملتحمة ، طفح جلدي وتغير لون أصابع اليدين والقدمين .

# ما الذي يفعله COVID-19 للناس



# ما الذي يفعله COVID-19 للناس

## COVID "أصابع"



## ما الذي يفعله COVID-19 للناس

يمكن للفيروس نفسه أن يجعل الناس مرضى للغاية .

يمكن أن يكون لـ COVID-19 تأثير على الجهاز الهضمي والقلب والكلى والجهاز العصبي والأوعية الدموية . يمكن أن يتلف القلب والرئتين والكلى والكبد ويسبب السكتات الدماغية .

يمكن أن تؤدي الاستجابة المناعية للفيروس أيضاً إلى إصابة الأشخاص بمرض شديد ، ويمكن أن يؤدي COVID-19 إلى " عاصفة السيتوكين " ، عندما يهاجم الجهاز المناعي الأنسجة والخلايا .

# ما الذي يفعله COVID-19 للناس

## فيروس كورونا المستجد

بعض الناس "مسافات طويلة" - لديهم مجموعة من الأعراض التي تستمر لأشهر، بما في ذلك ضيق التنفس، وضيق الصدر، والتعب الخفيف إلى الشديد، والقشعريرة أو التعرق، وآلام الجسم، والسعال الجاف، والحمى (8. 98 درجة -100 درجة)، والصداع الخفيف، وضباب الدماغ / تحديات التركيز وأعراض الجهاز الهضمي. يحدث هذا للأشخاص من جميع الأعمار، بما في ذلك الأشخاص الذين يتمتعون باللياقة البدنية والشباب والأصحاء.

أفادت دراسة أمريكية أن 35٪ لم يعودوا إلى صحتهم لأسابيع.

# ما الذي يفعله COVID-19 للناس

## إعادة العدوى ب COVID

هل يحمي جهاز المناعة الأشخاص الذين أصيبوا ب COVID-19 ؟

هل يمكنك إعادة الإصابة بفيروس SARS-CoV-2 ؟



# الرعاية

# الرعاية

عادةً ما يتعافى الأشخاص المصابون بـ COVID-19 الخفيف في المنزل ؛ ينصح بالراحة والسوائل ومخفضات الحمى .

يجب على الأشخاص المسنين و / أو الذين لديهم حالة موجودة مسبقاً مراجعة مقدم الرعاية الصحية ، وأن تتم مراقبتهم من قبل العائلة أو الأصدقاء .

# الرعاية

قد يحتاج الأشخاص المصابون بـ COVID-19 المعتدل إلى الشديد ، وخاصة أولئك الذين يعانون من حالات موجودة مسبقاً ، إلى المستشفى ، حيث قد يتم إعطاؤهم الأكسجين والأدوية الأخرى لجعلهم أكثر راحة .

# العلاج

# العلاج

تبحث آلاف التجارب السريرية على علاجات COVID-19 حتى الآن ، أثبت اثنان فعالتهما .

- ريمديسفير هو مضاد للفيروسات يعطى بالتسريب . إنه لا يحسن البقاء على قيد الحياة ، لكنه أخرج الأشخاص المصابين بـ COVID-19 من المستشفى أسرع ب 4 أيام . لا يزال الوصول اليه محدوداً للغاية ، وأسعاره مرتفعة .
- ديكساميثازون ، الستيرويد ، متاح بشكل عام . إنه يحسن معدل البقاء على قيد الحياة لدى الأشخاص المصابين بأمراض شديدة – الموجودون على جهاز التنفس الصناعي أو الأكسجين – ولكنه لا يساعد الأشخاص الذين يعانون من COVID-19 الأكثر اعتدالاً .

# اللقاحات

# اللقاحات

عشرات اللقاحات قيد التطوير ، باستخدام أساليب مختلفة لتدريب جهاز المناعة على التعرف على فيروس SARS-CoV-2 ومكافحته .

والخبر السار هو أن معظمها يبدو أنها تنتج استجابات مناعية ضد الفيروس - لكننا بحاجة إلى معرفة ما إذا كانت هذه الاستجابات ستحمي الأشخاص من الإصابة ، أو على الأقل من المرض بفيروس COVID-19 ، الأمر الذي يستغرق بعض الوقت .



# JOIN THE FIGHT



Stay connected:



[itpcglobal.org](https://itpcglobal.org)



ITPC Global



@ITPCglobal