

# الأيام الإعلامية التوجيهية للطلبة الجدد التعليم القاعدي ونظام LMD مداخلة حول البروتوكول الصحي ط.د نعوره علي

**مقدمة :** يؤثر مرض كوفيد-19 في الأشخاص المختلفين بطرق مختلفة. ويعاني معظم الأشخاص الذين يصابون به أعراضًا طفيفة إلى متوسطة ويشفون من دون دخول المستشفى.

الأعراض الأكثر شيوعًا:

الحمى، السعال، الإرهاق، فقدان حاسة التذوق أو الشم

الأعراض الأقل شيوعًا:

التهاب الحلق، الصداع، الآلام والأوجاع، الإسهال، ظهور طفح جلدي، أو تغيير في لون أصابع اليدين أو أصابع القدمين احمرار العينين أو تهيجهما الأعراض الخطيرة

فيروسات كورونا هي مجموعة من الفيروسات التي يمكنها أن تسبب أمراضًا مثل الزكام والالتهاب التنفسي الحاد الوخيم (السارز) ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرز). تم اكتشاف نوع جديد من فيروسات كورونا بعد أن تم التعرف عليه كمسبب لانتشار أحد الأمراض التي بدأت في الصين في 2019.

يُعرف الفيروس الآن باسم "فيروس المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة كورونا 2"، ويُرمز إليه بـ SARS-CoV-2. ويسمى المرض الناتج عنه مرض فيروس كورونا 2019 (كوفيد 19). في آذار/مارس 2020، أعلنت منظمة الصحة العالمية (WHO) أنها صنفت وباء كوفيد 19 كجائحة.

تراقب المجموعات المختصة بالصحة العامة الجائحة وتنتشر التحديثات على الإنترنت، ومن هذه المجموعات مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها في الولايات المتحدة (CDC) ومنظمة الصحة العالمية (WHO). كما أصدرت هذه المجموعات توصيات حول الوقاية من المرض وعلاجه.

الأعراض

قد تظهر مؤشرات مرض فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) وأعراضه بعد يومين إلى 14 يومًا من التعرض له. ويُطلق على فترة ما بعد التعرض للفيروس وقبل ظهور الأعراض اسم فترة الحضانة. قد تتضمن مؤشرات المرض والأعراض الشائعة ما يلي:

- الحُمى
- السعال
- الشعور بالتعب

وقد تشمل أعراض كوفيد-19 المبكرة فقدان حاسة التذوق أو الشم.

وتشمل الأعراض الأخرى للمرض ما يلي:

- ضيق النفس أو صعوبة في التنفس
- آلام في العضلات
- القشعريرة
- التهاب الحلق
- سيلان الأنف
- الصداع
- ألم في الصدر
- احمرار العين (التهاب المُلتحمة)
- الغثيان
- القيء
- الإسهال
- الطفح الجلدي

ولا تشمل القائمة السابقة جميع الأعراض، فهي ليست حصرية. ويُصاب الأطفال بأعراض مشابهة لأعراض البالغين وتحدث لهم بشكل عام درجة من درجات الاعتلال الخفيف.

ومن الممكن أن تتراوح حدة أعراض كوفيد-19 بين خفيفة جدًا إلى حادة. قد تظهر لدى بعض الأشخاص أعراض قليلة فقط، بينما لا تظهر على البعض الآخر أي أعراض على الإطلاق. ومن الممكن أن يشعر بعض الأشخاص بتفاقم الأعراض بعد حوالي أسبوع من بدء ظهورها، مثل تفاقم ضيق التنفس والالتهاب الرئوي.

تزداد مخاطر الإصابة بأعراض حادة جراء الإصابة بفيروس كوفيد-19 لدى كبار السن، وتزداد المخاطر مع التقدم في العمر. وقد تزداد خطورة المرض أيضًا لدى

المصابين بحالات مرضية أخرى. هناك حالات مرضية معينة قد تزيد من خطر الإصابة بأعراض حادة نتيجة الإصابة بفيروس كوفيد-19، والتي تتضمن:

- أمراض القلب الخطيرة، مثل فشل القلب أو مرض الشريان التاجي أو اعتلال عضلة القلب
  - السرطان
  - داء الانسداد الرئوي المزمن
  - الإصابة بداء السكري من النوع الأول أو الثاني
  - السمنة
  - ارتفاع ضغط الدم
  - التدخين
  - مرض الكلى المزمن
  - مرض الخلايا المنجلية أو الثلاسيميا
  - ضعف الجهاز المناعي الناتج عن زراعة الأعضاء الصلبة
  - الحمل
  - الربو
  - الأمراض الرئوية المزمنة، مثل التليف الكيسي أو التليف الرئوي
  - أمراض الكبد
  - الخرف
  - متلازمة داون
  - ضعف الجهاز المناعي الناتج عن زراعة نخاع العظم، أو فيروس نقص المناعة البشري أو بعض الأدوية
  - الحالات المرضية المتعلقة بالدماغ والجهاز العصبي
  - اضطرابات إساءة استخدام الأدوية
- ولا تشمل القائمة السابقة جميع الأعراض، فهي ليست حصرية. وهناك حالات طبية كامنة أخرى قد ترفع احتمال إصابتك بأعراض كوفيد-19 خطيرة.

## أداة الفحص الذاتي لكوفيد 19

قيّم أعراضك باستخدام أداة الفحص الذاتي لفيروس كورونا والتي توفرها مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها، واكتشف ما إذا كنت مرشحاً لإجراء اختبار كوفيد

19.

### متى تزور الطبيب؟

إذا ظهرت عليك مؤشرات مرض فيروس (كوفيد-19) أو أعراضه، أو إذا كنت مخالطاً لأحد شخصت إصابته بمرض فيروس (كوفيد-19)، فاتصل بطبيبك أو العيادة على الفور لطلب المشورة الطبية. وأخبر فريق الرعاية الصحية عن أعراضك وعن احتمالية تعرضك للعدوى قبل الذهاب إلى موعدك الطبي.

وإذا كانت لديك مؤشرات طارئة لمرض فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) وأعراضه، فاطلب الرعاية الطبية فوراً. وقد تشمل هذه العلامات والأعراض الطارئة ما يلي:

- صعوبة في التنفس
- ألم أو ضغط مستمر بالصدر
- عدم القدرة على البقاء يقظاً
- تشوُّش لم يكن موجوداً من قبل
- شحوب الجلد أو تغير لون الشفتين أو الأظافر إلى اللون الرمادي أو الأزرق، حسب لون البشرة

وهذه القائمة ليست شاملة لكل الأعراض والعلامات. أخبر طبيبك إذا كنت من البالغين كبار السن أو لديك حالات طبية مزمنة، مثل مرض القلب أو مرض الرئة، إذ قد تكون أكثر عرضة للإصابة بتعب شديد نتيجة مرض فيروس (كوفيد-19). أثناء الجائحة، من المهم التأكد من توفر الرعاية الصحية لمن هم في أمس الحاجة إليها.