



NATIONWIDE CHILDREN'S
When your child needs a hospital, everything matters.™

Helping Hand™

Health Education for Patients and Families

كوفيد-19 (مرض فيروس كورونا 2019)

COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) (Arabic)

فيروسات كورونا هي عائلة كبيرة من الفيروسات التاجية التي غالبًا ما تسبب أمراضًا تنفسية خفيفة مثل أدوار البرد العادية. حيث إن فيروس كورونا 2 المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (SARS-CoV-2) والمتسبب في إصابات كوفيد-19 هو سلالة أكثر خطورة من فيروسات كورونا الأخرى (الفيروسات التاجية) التي تنفث وتنتشر العدوى بين الناس بسهولة. ومعظم الأطفال الذين أصيبوا بفيروس كوفيد-19 لم تتدهور حالتهم.

كيفية انتقال العدوى بفيروس كوفيد-19 إلى الآخرين

يمكن للفيروس المسبب لكوفيد-19 أن ينتقل من شخص لآخر من خلال قطرات صغيرة تخرج من الشخص المصاب عند التنفس أو السعال أو العطس في الهواء. حيث يُصاب معظم الناس بعد استنشاق هذا الهواء. وقد تحدث العدوى كذلك بعد لمس عينيك أو أنفك أو فمك بيديك بعد لمس سطح ملوث بالفيروس.

علامات وأعراض الإصابة بفيروس كوفيد-19

- الحمى أو القشعريرة
- السعال
- صعوبة في التنفس (ضيق النفس)
- فقدان الإحساس بالطعم أو الرائحة
- التهاب الحلق
- الاحتقان
- التقبؤ
- الإسهال
- آلام في العضلات

يمكن أن تتراوح الأعراض من خفيفة إلى شديدة. وقد لا تظهر الأعراض على بعض الأطفال المصابين. وقد تظهر الأعراض في خلال فترة ما بين يومين إلى أربعة عشر يومًا من التعرض للفيروس.

كيفية الوقاية من انتشار كوفيد-19

- يُعد الحصول على لقاح كوفيد-19 هو أفضل طريقة لحماية نفسك والآخرين من كوفيد-19. ويجب على كل شخص يمكنه الحصول على التطعيم البقاء على اطلاع بأحدث المستجدات حول لقاحات كوفيد-19 الخاصة به.

- يُرجى ارتداء كمامة مثبتة جيدًا على أنفك وفمك في الحالات التالية:
 - عند التواجد في أماكن عامة في مناطق يكون فيها معدل الإصابة بكوفيد-19 مرتفعًا، سواء تم تطعيمك أم لا.
 - عند التواجد في أماكن عامة في مناطق كان فيها معدل الإصابة بكوفيد-19 متوسطًا إذا:
 - 0 كنت في خطر متزايد للإصابة بمرض خطير.
 - 0 كنت تعيش مع أو تخالط أحد الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة الشديدة.
- الأشخاص الذين لا يجب أن يرتدوا كمامة هم:
 - الأطفال الذين تقل أعمارهم عن سنتين
 - أي شخص يعاني من صعوبة في التنفس
 - أي شخص فاقد للوعي، أو لا يستطيع التحرك، أو لا يستطيع نزع الكمامة دون مساعدة
- * للمزيد من المعلومات حول الكمامات، يُرجى الدخول على موقع مراكز السيطرة على الأمراض [CDC.gov](https://www.CDC.gov).
 - راقب صحتك كل يوم للتأكد من عدم وجود أعراض كوفيد-19. وإذا أصبت بالمرض، فابتعد عن الآخرين. وقم بإجراء اختبار فحص كوفيد-19 لتجنب نشره للآخرين.
 - يجب على الجميع غسل أيديهم بكثرة. ويُرجى غسل اليدين بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل. وفي حال عدم توافر الماء والصابون، يمكن استخدام معقم كحولي لليدين يحتوي على ما لا يقل عن 60% من الكحول.
 - يجب على الجميع تغطية الفم والأنف بمنديل ورقي عند السعال أو العطس ما أمكن، أو يمكنكم السعال أو العطس في المرفق. وعليكم إلقاء بالمناديل الورقية المستخدمة في كيس سلة القمامة. واغسلوا أيديكم أو استخدموا مطهر كحولي لليدين بعد التخلص من المناديل المستخدمة.
 - ينبغي تنظيف جميع الأسطح التي يتم لمسها على نحو متكرر باستخدام بخاخ منزلي معقم أو مناديل مبللة بالمعقم، وفق التعليمات الواردة على الملصق. وهو ما يتضمن مقابض الأبواب، ومفاتيح النور، وصنابير ومقابض الحمام، وغير ذلك من الأسطح الصلبة الأخرى التي يلمسها كذلك أفراد الأسرة.

ما هي التوقعات في حالة الحاجة إلى اختبار طفلك فيما يتعلق بفحص فيروس كوفيد-19

- إذا كان طفلك يعاني من أعراض كوفيد-19، فهناك العديد من خيارات الاختبار الفيروسي:
 - الاختبارات المخبرية والاختبارات السريعة في نقاط الرعاية - متوفرة الآن لدى العديد من أماكن تقديم الرعاية الصحية. وإذا ما شعر مقدم الرعاية الصحية بالحاجة إلى إجراء اختبار كوفيد-19، سيتم الحصول على مسحة من الأنف. وفي هذا الاختبار، يتم إدخال مسحة ذات طرف قطني داخل أنف الطفل. وقد يُصاب بعض الأطفال بنزيف خفيف من الأنف بعد إجراء هذا الاختبار.
 - الاختبارات المنزلية - تتوفر للأطفال الأكبر سنًا. ومن المهم للغاية اتباع جميع تعليمات الشركة المصنعة للتأكد من حصولك على نتيجة دقيقة. ولمزيد من المعلومات، بما في ذلك كيفية طلب الاختبارات المجانية، يُرجى الرجوع إلى موقع CDC.

العناية بطفلك في المنزل حتى ظهور النتائج

- في حالة خضوع الطفل لاختبار كوفيد-19 عند ظهور أعراض وعلامات المرض عليه، فمن أجل سلامة الأسرة، يُرجى الشروع في الممارسات التالية أدناه حتى تظهر نتائج الفحوصات:
 - بدء العزل المنزلي: يجب أن يبقى الطفل في المنزل إلا في حالة الحاجة إلى الحصول على الرعاية الطبية. ويجب الحرص على إبعاد الطفل عن مجموعات التجمع الكبيرة، بما في ذلك المناطق العامة والمواصلات العامة. ولا يجوز أن يذهب الأطفال والمراهقون إلى المدرسة أو العمل حتى يتم إخباركم بأنه من الآمن أن يقوموا بذلك.

- احرصوا على إبعاد الطفل عن باقي أفراد الأسرة بقدر الإمكان. وإذا استطعتم، فمن الأفضل أن يقيم الطفل في غرفة منفصلة مع استخدام حمام منفصل.
- تجنبوا، قدر الإمكان، الحديث وجهاً لوجه مع الطفل.
- اتّبِعُوا عادات نظافة اليدين وعادات السعال الجيدة، مثل تغطية فمك وأنفك بمنديل عند السعال أو العطس. وتجنبوا لمس العينين أو الأنف أو الفم.
- لا تدعوا الطفل يشارك الأدوات المنزلية معكم، مثل الأطباق والأواني والمناشف والفراش حتى يتم غسلها جيداً بالماء والصابون بعد كل استخدام.
- تجنبوا استضافة أي زوار لا داعي لتواجدهم داخل المنزل.
- احرصوا على تجنب مخالطة الطفل للحيوانات الأليفة والحيوانات الأخرى. فقد ينتشر كوفيد-19 من الناس إلى الحيوانات أثناء المخالطة الوثيقة.

في حال ما إذا كانت نتيجة اختبار فيروس كوفيد-19 الخاصة بطفلك إيجابية

- يُرجى الرجوع إلى إرشادات مراكز السيطرة على الأمراض ومكافحتها (CDC) الموجودة على الموقع الإلكتروني <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html> للحصول على أحدث المعلومات حول سبل العزل. وقد تتصل أو لا تتصل بك إدارة الصحة بالولاية أو الإدارة الصحية المحلية لإخبارك متى يمكنك العودة إلى العمل أو المدرسة، أو متى يمكن استئناف النشاط الطبيعي.
- ينبغي الاستمرار في اتخاذ كافة التدابير المذكورة آنفاً للوقاية من انتشار فيروس كوفيد-19.
- يجب اتباع جميع التوصيات من مقدم الرعاية الصحية لطفلك.

كيفية علاج حالة فيروس كوفيد-19

- يمكن أن يتحسن معظم الأطفال في المنزل برعاية أحد الوالدين أو شخص لتقديم الرعاية. ويمكن وصف الأدوية للأطفال الأكبر سناً والبالغين المعرضين لخطر الإصابة بأمراض خطيرة. ويُرجى الاتصال بالطبيب أو مقدم الرعاية الصحية الخاص بكم إذا كانت لديكم أي أسئلة.
- شجعوا الطفل على تناول الكثير من السوائل المناسبة لعمره.
- شجعوا الطفل على الحصول على قدر وافر من الراحة.
- يجب عدم إعطاء الطفل منتجات تحتوي على الأسبرين ما لم يصف الطبيب أي من هذه الأدوية.
- يجوز إعطاء أدوية خافضة لدرجة الحرارة لتخفيف الحمى مثل الأسيتامينوفين (Tylenol®)، حسب الحاجة. قبل تناول الأيبوبروفين (Advil®)، يجب استشارة الطبيب أو مقدم الرعاية الصحية للتأكد من أنه مناسب. ويجب اتباع كافة التعليمات الخاصة بالجرعات على العبوة.
- لا تتجاهلوا الأعراض التي تزداد سوءاً.

متى يجب الاتصال بالطبيب أو الحصول على الرعاية الطبية

يُرجى الاتصال بالطبيب أو بمقدم الرعاية الصحية إذا كان لدى طفلك أي مما يلي:

- الصفير أثناء التنفس
- ضيق الصدر
- زيادة سرعة التنفس
- ظهور أعراض تزداد سوءاً

متى يجب الاتصال برقم الطوارئ 911

يجب الاتصال بالرقم 911 في حال ظهور أي من الأعراض التالية على الطفل:

- صعوبة في التنفس
- دخول الجلد ما بين الضلوع إلى الداخل عند التنفس (انقباضات)
- تحول المنطقة المحيطة بالفم إلى اللون الأزرق
- سرعة التنفس
- ظهور علامات المرض الشديد

مصادر للحصول على المزيد من المعلومات عن فيروس كوفيد-19

- يُرجى مراجعة موقع مراكز السيطرة على الأمراض ومكافحتها <http://www.cdc.gov> للحصول على أحدث المعلومات عن فيروس كوفيد-19. ويوجد في الصفحة الرئيسية رابط لكافة الموضوعات المتعلقة بفيروس كوفيد-19.
- وزارة الصحة في ولاية أوهايو (Coronavirus.ohio.gov): (ODH). ويمكنكم الاتصال بوزارة الصحة في ولاية أوهايو عبر الهاتف لطرح أي أسئلة بشأن مرض كوفيد-19 وذلك على الرقم 1-833-427-5634.
- الموارد الأخرى المتاحة للرد على أسئلتكم هي مدونة الأطفال 700 (700 Children's Blog) والتي يمكنكم الدخول عليها من خلال موقعنا الإلكتروني (www.nationwidechildrens.org). وبمجرد الدخول على صفحة المستشفى الرئيسية، يُرجى البحث عن فيروس كوفيد-19.