

فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

ورقة حقائق الصحة العامة

في شهر ديسمبر 2019، تأكد رسميًا وجود فيروس كورونا (COVID-19) الجديد (المحدث) في ووهان، الصين. ويتواصل هذا الوضع في التطور، حيث تم الإبلاغ بحالات مصابة بفيروس COVID-19 بدول خارج الصين، ومنها كندا والولايات المتحدة الأمريكية. كانت مخاطر إصابة الكنديين بفيروس COVID-19 منخفضة في هذه الأثناء.

ومع استمرار الوضع في التطور، فإنه يمكن العثور على أحدث المعلومات المتاحة حاليًا، بما في ذلك تفاصيل "المناطق المتأثرة"، الموقع الإلكتروني لدائرة الصحة، ورعاية كبار السن، والعيش النشط في مانيتوبا (MHSAL) لفيروس الكورونا www.manitoba.ca/health/coronavirus/index.html

ما المقصود بفيروس كورونا الجديد (COVID-19)؟

يمكن أن تصيب فيروسات كورونا البشر والحيوانات بالمرض. وأحيانًا يمكن أن يسبب فيروس كورونا حيوان إصابة إنسان به. وعادة تسبب أنواع فيروس الكورونا الشائعة التي تصيب البشر ظهور أعراض بسيطة مشابهة للزكام. يعتبر فيروس COVID-19 فصيلة جديدة من الفيروس لم يتم التعرف عليها في البشر من قبل.

ما أعراض فيروس كورونا الجديد (COVID-19)؟

تتراوح حدّة الأعراض من بسيطة (حمى، وسعال، وسيلان الأنف، وألم الحلق) إلى شديدة (ضيق التنفس، ومواجهة صعوبات عند التنفس). ويبدو أن كبار السن وأصحاب الأمراض المزمنة يكونون أكثر عرضة للإصابة الشديدة.

كيف ينتشر فيروس COVID-19؟

ينتشر الفيروس بالتواصل المباشر (في نطاق 2 متر/ 6 أقدام) بشخص مصاب يسعل أو يعطس. ويمكن أن تُصاب بفيروس COVID-19 كذلك عن طريق لمس الأشياء الملوثة به ثم لمس فمك، أو عينيك، أو أنفك.

كيف أقلل من مخاطر الإصابة بالعدوى؟

يتم تشجيع الناس على اتخاذ إجراءات الوقاية الشائعة، بما في ذلك غسل اليدين بانتظام بالماء والصابون لمدة 15 ثانية على الأقل. احرص على تجفيف يديك جيدًا. أو باستطاعتك استخدام معقم يدين كحولي إذا لم تكن يداك متسختين. إن تنظيف يديك مهم جدًا خاصة:

- بعد السعال أو العطس
- عند الاعتناء بشخص مريض
- قبل، أو أثناء، أو بعد تحضير الطعام

• قبل الأكل

• بعد دخول الحمام

• عندما تكون يداك متسختين بصورة واضحة

قم بتغطية فمك وأنفك بمنديل ورقي عند السعال أو العطس، أو اسعل أو اعطس في أكمامك. تخلص من المنديل الورقية المستخدمة بإلقائها في القمامة واغسل يديك على الفور. تجنب مشاركة العناصر المنزلية وعناصر العناية الشخصية (مثل الأطباق، المناشف، الوسائد، فرش الأسنان، إلخ). بعد استخدام هذه العناصر، اغسلها جيدًا بالصابون والماء الدافئ، ثم ضعها في غسالة الأطباق لتنظيفها، أو في الغسالة.

هل يوجد لقاح لفيروس COVID-19؟

في الوقت الحالي، لا يوجد أي لقاح يمنع انتشار عدوى فيروس COVID-19.

لا يوجد وسائل علاج محددة لأمراض فيروس كورونا. فأغلب الأشخاص الذين يصابون بفيروس COVID-19 ستتحسن حالتهم من تلقاء ذاتها. إلا أن بعض الأشخاص يحتاجون لرعاية طبية. medical treatment.

هل يتوجب عليّ ارتداء قناع وجه للوقاية؟

لم تتضح بعد أية فائدة مهمة لارتداء أقنعة الوجه للوقاية من الإنفلونزا أو الأمراض المشابهة لها (مثل فيروس COVID-19) في المجتمعات المحلية.

أين يتوجب عليّ أن أذهب إذا ظننت أنني مصاب بفيروس COVID-19؟

إذا كنت مريضًا وسافرت مؤخرًا لمكان مصابًا بالعدوى، أو إذا كنت مريضًا وتواصلت بشكل مباشر مع شخص مصاب بهذا المرض مرتبط بالوباء الحالي (على بعد 2 متر/ 6 أقدام)، ينبغي عليك التواصل مع جهة المعلومات الصحية وروابط الصحة (Health Links-Info Santé)، حيث سيقدمون لك المشورة بالأماكن التي يمكنك التوجه لها لتقييم حالتك.

فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

ماذا أفعل في حالة ظهور الأعراض علي؟

إذا ارتفعت درجة حرارة جسمك عن 38.0 درجة مئوية (100.4 درجة فهرنهايت)، أو تعاني من السعال، أو ضيق في التنفس، أو أية أعراض أخرى خلال خضوعك للمراقبة الشخصية لمدة 14 يومًا، فتواصل مع جهة المعلومات الصحية وروابط الصحة قبل التوجه لزيارة أقرب مركز أو قسم طوارئ، أو اتصل على الرقم 911 إن كانت حالتك طارئة. احرص على إبلاغ المسؤولين الصحيين بتاريخ سفرك و/أو تعرضك للمرض.

للمزيد من المعلومات عن فيروس COVID-19:

اتصل بجهة المعلومات الصحية وروابط الصحة (Health Links-Info Santé) في وينيبج على رقم 204-788-8200، وعلى الرقم المجاني في أي مكان آخر في مانيتوبا 1888-315-9257:

أو

الموقع الإلكتروني لفيروس كورونا في مانيتوبا:
www.manitoba.ca/health/coronavirus/index.html

الموقع الإلكتروني لفيروس كورونا في كندا:
www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection.html

قد يُطلب من الأشخاص مراقبة حالتهم الشخصية ترقبًا لظهور أية أعراض بعد عودتهم مؤخرًا من منطقة مصابة بالوباء، أو في حالة كانوا على اتصال مباشر مع شخص مصاب بفيروس COVID-19. لا يكون الأشخاص الذين يطلب منهم مراقبة حالتهم الشخصية مرضى. إلا أنه في حالة ظهور الأعراض عليهم مثل الإصابة بحمى، أو سعال، أو ضيق التنفس، أو صعوبات في التنفس، أو غيرها من الأعراض، ينبغي عليهم عزل أنفسهم (بما يعني الحدّ من تعاملاتهم مع الآخرين) والتواصل مع جهة المعلومات الصحية وروابط الصحة (Health Links-Info Santé)، أو الاتصال بالطوارئ 911 إذا كانت حالتهم طارئة.

كيف أراقب ظهور الأعراض لدي نفسي؟

لمراقبة ظهور الأعراض عليك بنفسك، ينبغي عليك قياس حرارة جسمك مرتين يوميًا، في الصباح وقبل النوم، باستخدام ترمومتر رقمي عبر الفم. لا يجب عليك الأكل، أو الشرب، أو التدخين و/أو مضغ العلكة قبل قياس حرارة جسمك بفترة 30 دقيقة. لا تتناول أدوية الأسيتامينوفين (مثل، تايلينول®) أو الأيبوبروفين (مثل، الأدفيل®) خلال فترة المراقبة الشخصية لمدة 14 يومًا إلا في حالة نصحك المسؤول عن رعايتك الصحية بعكس ذلك. يتوفر نموذج المراقبة الشخصية لدرجة حرارة الجسم على الموقع الإلكتروني لدائرة الصحة، ورعاية كبار السن، والعيش النشط في مانيتوبا (MHSAL) لفيروس الكورونا (www.manitoba.ca/health/coronavirus/providers.html).