

# Virus Corona



## النشرة الدورية لمركز المعلومات الدوائية كلية الصيدلة جامعة كفرالشيخ

العدد الثاني - الاصدار السابع - اصدار خاص رقم ٢

## هل المضادات الحيوية فعالة في الوقاية من مرض كوفيد-2019- أو علاجه؟

لا، لا تقضي المضادات الحيوية على الفيروسات، فهي لا تقضي إلا على العدوى البكتيرية. وبما أن مرض كوفيد-19 سببه فيروس، فإن المضادات الحيوية لا تقضي عليه، فلا ينبغي استعمال المضادات الحيوية كوسيلة للوقاية من مرض كوفيد-19 أو علاجه.

## هل ينبغي أن أضع كمامة لحماية نفسي؟

لا تضع كمامة إلا إذا ظهرت عليك أعراض مرض كوفيد-19 (خاصة السعال) أو إذا كنت تقدم الرعاية لشخص يُحتمل أنه مصاب بعدا المرض، ولا يهتك استعمال الكمامة وحيدة الاستعمال إلا مرة واحدة، أما إذا لم تكن مريضاً أو إذا قانها على رعاية شخص مريض، فستكون قد أمدرت كمامة دون داعٍ ونظراً للنقص في إمدادات الكمامات على الصعيد العالمي، فإن منظمة الصحة العالمية تحث الناس على التحلي بالحكمة في استخدامها. لا تكون الكمامات فعالة إلا إذا اقتُرنت بالمدوامة على تنظيف اليدين إما بفرمها بهطمر كحولي أو بغسلها بالماء والصابون.

## طريقة وضع الكمامة واستخدامها ونزعها والتخلص منها

- ❖ قبل لمس الكمامة، نظف يديك بفرمها بهطمر كحولي أو بغسلها بالماء والصابون.
- ❖ أمسك الكمامة وافحصها للتأكد من أنها غير مهزقة أو متقوية.
- ❖ حدد الطرف العلوي من الكمامة (موضع الشريط المعدني).
- ❖ تأكد من توجيه الجانب الصحيح من الكمامة إلى الخارج (الجهة الملونة).
- ❖ ضع الكمامة على وجهك، اضغط على الشريط المعدني أو الطرف المقوى للكمامة ليتخذ شكل أنفك.
- ❖ اسحب الجزء السفلي من الكمامة لتغطي فمك وذقنك وتأكد من عدم وجود فجوات تتخلل وجهك والقناع.
- ❖ تجنب لمس القناع أثناء استعماله، وإن لمسته، فاغسل يديك بمادة لفرمها قوامها الكحول أساساً، أو اغسلها بالصابون والماء.
- ❖ بعد الاستخدام، اخلع الكمامة بنزع الشريط المطاطي من خلف الأذنين بعيداً الكمامة عن وجهك وملابسك لتجنب لملامسة أجزاء الكمامة التي يحتمل أن تكون ملوثة.
- ❖ تخلص من الكمامة المستعملة على الفور برميها في صندوق نفايات مغلق.
- ❖ نظف يديك بعد لملامسة الكمامة أو رميها بفرمها بهطمر كحولي، أو إذا بغسلها بالماء والصابون إذا كانت متسختين بوضوح.

## هل يمكن أن يتطور الفيروس؟

لا زلنا في مراحل مبكرة جداً من فهم هذا المرض، ولا زال هناك الكثير لا نعرفه، وتشير المعلومات الحالية إلى أن الفيروس قد يسبب أعراضاً خفيفة وتشبه الأنفلونزا، كما قد يسبب مرضاً وخيماً، وبينها قد يظهر بمثابة مرض خفيف في البداية، قد يتطور إلى مرض أكثر وخامة، ويبدو أن الأشخاص الذين يعانون من حالات مرضية مزمنة قانها أكثر عرضة للإصابة بمرض أشد وخامة، كما يبدو أن المسنين أكثر استعداداً للإصابة بمرض وخيم.

## هل هناك مبرر للفرع بين الناس؟

لا، ليس بالضرورة، إذ تشير التقارير إلى أن العدوى بغيروس كورونا ليستجد-19-20 قد يسبب مرضاً خفيفاً إلى وخيماً، وقد يصبح مهيباً في بعض الحالات، وحسب البيانات الحالية، يبدو أن أغلب الحالات الجديدة مصابة بمرض أخف، ولا يزال ضمن أنماط الأعراض الأكثر خفة التي تسببها الأمراض التنفسية.

## المصادر

advice-for-public/q-a-coronaviruses/r-19-<https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus>  
<http://www.emro.who.int/ar/health-topics/corona-virus/questions-and-answers.html>  
<http://www.emro.who.int/ar/health-topics/corona-virus/protect-yourself-and-others.html>

## ما هو فيروس كورونا؟



فيروسات كورونا هي فصيلة كبيرة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان. ومن المعروف أن عدداً من فيروسات كورونا تسبب لدى البشر حالات عدوى الجهاز التنفسي التي تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الشديدة وخامة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (السارس). ويسبب فيروس كورونا المكتشف مؤخراً مرض فيروس كورونا كوفيد-19. ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس وهذا المرض المستجدين قبل اندلاع الفاشية في مدينة يوهان الصينية في ديسمبر 2019.

## ما هو مصدر الفيروس؟

عائلة الكورونا هي فيروسات تنتقل بين الحيوانات و البشر و غالباً تنتشر من خلال الابل و القطط و الخفافيش و من النرجح ان السبب الرئيسي لانتقال الفيروس الكورونا المستجد للبشر هو الخفافيش

## كيف ينتشر مرض كوفيد-19؟



يمكن أن يصاب الأشخاص بعدوى مرض كوفيد-19 عن طريق الأشخاص الذين يصابون بالفيروس. ويمكن للمرض أن ينتقل من شخص إلى شخص عن طريق القطرات الصغيرة التي تنتشر من الأنف أو الفم عندما يسعل الشخص المصاب بمرض كوفيد-19 أو يعطس. وتتساقط هذه القطرات على الأشياء والأسطح المحيطة بالشخص. ويمكن حينها أن يصاب الأشخاص الآخرون بمرض كوفيد-19 عند لامستهم لهذه الأشياء أو الأسطح ثم لمس عينيهم أو أنفهم أو فمهم. كما يمكن أن يصاب الأشخاص بمرض كوفيد-19 إذا تنفسوا القطرات التي تخرج من الشخص المصاب بالمرض مع سعاله أو زفيره. ولذا فمن الأهمية بمكان الابتعاد عن الشخص المريض بمسافة تزيد على متر واحد (3 أقدام) على الأقل.

## هل يمكن أن يصاب المرء بالمرض عن طريق شخص عديم الأعراض؟

تتمثل الطريقة الرئيسية لانتقال المرض في القطرات التنفسية التي يفرزها الشخص عند السعال. وتتضاعف احتمالات الإصابة بمرض كوفيد-19 عن طريق شخص عديم الأعراض بالمرّة. ولكن العديد من الأشخاص المصابين بالمرض لا يعانون إلا من أعراض طفيفة. وينطبق ذلك بصفة خاصة على المراحل المبكرة للمرض. ولذا فمن المهمّ الإصابة بمرض كوفيد-19 عن طريق شخص يعاني مثلاً من سعال خفيف ولا يشعر بالمرض.

## ما هي أعراض مرض كوفيد-19؟



تتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد-19 في الحمى والإرهاق والسعال الجاف. وقد يعاني بعض المرضى من التلام والالتهاب أو احتقان الأنف، أو الرشح، أو ألم الحلق، أو الإسهال. وعادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ تدريجياً. ويصاب بعض الناس بالعدوى دون أن تظهر عليهم أي أعراض ودون أن يشعروا بالمرض. ويتعافى معظم الأشخاص (نحو 80%) من المرض دون الحاجة إلى علاج خاص. وتشتد حدة المرض لدى شخص واحد تقريباً من كل 6 أشخاص يصابون بعدوى كوفيد-19 حيث يعانون من صعوبة التنفس. وتزداد احتمالات إصابة المسنين والأشخاص المصابين بهشكلات طبية أساسية مثل ارتفاع ضغط الدم أو أمراض القلب أو داء السكري، بأمراض وخيمة. وقد توفي نحو 2% من الأشخاص الذين أصيبوا بالمرض. وينبغي للأشخاص الذين يعانون من الحمى والسعال وصعوبة التنفس التماس الرعاية الطبية.

## كيف يمكنني حماية نفسي ومنع انتشار المرض؟



نظف يديك جيداً بانتظام بفرسكهما مظهر كحولي لليدين أو بغسلهما بالماء والصابون لأن ذلك من شأنه أن يقتل الفيروسات التي قد تكون على يديك.



احتفظ بهسافة لا تقل عن متر واحد (٣ أقدام) بينك وبين أي شخص يسعل أو يعطس. لأنه عندما يسعل الشخص أو يعطس، تتناثر من أنفه أو فمه قطرات سائلة صغيرة قد تحتوي على الفيروس. فإذا كنت شديد الاقتراب منه يهكن أن تتنفس هذه القطرات، بما في ذلك الفيروس المسبب لمرض كوفيد-١٩ إذا كان الشخص مصاباً به.



تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك لأن اليدين تلمس العديد من الأسطح ويهكنما أن تنتقل الفيروسات. وإذا تلوّثت اليدين فإمهما قد تنتقل الفيروس إلى العينين أو الأنف أو الفم. ويهكن للفيروس أن يدخل الجسم عن طريق هذه المنافذ ويصيبك بالمرض.



تأكد من اتباعك أنت والمحيطين بك لهامرسات النظافة التنفسية الجيدة. ويعني ذلك أن تغطي فمك وأنفك بكوعك المني أو بمنديل ورقي عند السعال أو العطس، ثم التخلص من المنديل المستعمل على الفور.

إلزم المنزل إذا شعرت بالمرض. إذا كنت مصاباً بالحمى والسعال وصعوبة التنفس، التمس الرعاية الطبية واتصل بمقدم الرعاية قبل التوجه إليه. واتبع توجيهات السلطات الصحية المحلية. لأنه تتوفر للسلطات الوطنية والمحلية أحدث المعلومات عن الوضع في منطقتك. واتصالك المسبق بمقدم الرعاية الصحية سيسمح له بتوجيهك سريعاً إلى مرفق الرعاية الصحية المناسب. وسيسهل ذلك في حمايتك ومنع انتشار الفيروسات وسائر أنواع العدوى.

اطلع باستمرار على آخر المعلومات عن بؤر تفشي عدوى كوفيد-١٩ (المدن أو المناطق المحلية التي ينتشر فيها مرض كوفيد-١٩ على نطاق واسع). وتجنب السفر إلى هذه الأماكن قدر الإمكان، خصوصاً إذا كنت مسناً أو مصاباً بداء السكري أو بأحد أمراض القلب أو الرئة.

### تدابير الحماية للشخص الذي يزورون مناطق ينتشر فيها مرض كوفيد-١٩ أو زاروها مؤخراً (الأيام الأربعة عشر الماضية)

اتبع الإرشادات الموضحة أعلاه (تدابير الحماية للجميع)

في حال بدأت تشعر بالتعبك، ولو بأعراض خفيفة كالصداع والحمى المنخفضة الدرجة (٣٧.٣ درجة مئوية أو أكثر) ورشح خفيف في الأنف، اعزل نفسك بالبقاء في المنزل حتى تتعافى تماماً. وإذا تطبب الأمر الاستعانة بشخص ما للإحضار ما تحتاج إليه من لوازم أو كنت مضطراً إلى الخروج لشراء ما تأكله مثلاً، فارتد قناعاً لتجنب نقل العدوى إلى أشخاص آخرين.

وإذا كنت تعاني من الحمى والسعال وصعوبة التنفس، التمس المشورة الطبية على الفور. فقد تكون مصاباً بعدوى الجهاز التنفسي أو حالة مرضية وخيمة أخرى. واتصل قبل الذهاب إلى مقدم الرعاية وأخبره إن كنت قد سافرت أو خالطت أي مسافرين مؤخراً.

### هل يساعد رش الجسم بالكحول أو الكلور في القضاء على فيروس كورونا الجديد؟

كلا، رش الجسم بالكحول أو الكلور لن يقضي على الفيروسات التي دخلت جسمك بالفعل. بل قد يكون ضاراً بالملابس أو الأغشية المخاطية (كالعينين والفم). مع ذلك، فإن الكحول والكلور كليهما قد يكون مفيداً لتعقيم الأسطح ولكن ينبغي استخدامها وفقاً للتوصيات الملائمة.

### هل ينبغي أن أشعر بالقلق من الإصابة بمرض كوفيد-١٩؟

إن المرض الذي تسببه العدوى بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-١٩) خفيف بشكل عام، للأسف عند النطاق والشباب. ومع ذلك، فإنه يهكن أن يسبب مرضاً خطيراً، إذ يحتاج نحو شخص واحد من كل ٥ أشخاص مصابين بهذا المرض إلى تلقي الرعاية في المستشفى. لذا، فإن من الطبيعي أن يشعر الناس بالقلق إزاء كيفية تأثير فاشية مرض كوفيد-١٩ عليهم وعلى أحبائهم.

ويهكننا توجيه قلقنا على النحو الصحيح بتحويله إلى إجراءات لحماية أنفسنا وأحبائنا ومجتمعاتنا المحلية. وعلى رأس هذه الإجراءات غسل اليدين بشكل منتظم ومسح واتباع مامرسات النظافة التنفسية الجيدة. ثانياً، الاطلاع على مشورة السلطات الصحية المحلية والتقيّد بها. بما في ذلك القيود التي قد تفرض على السفر والتنقل والتجمعات.

### هل هناك لقاح أو دواء أو علاج لمرض كوفيد-٢٠١٩؟

ليس بعد. لا يوجد حتى يومنا هذا لقاح ولا دواء محدد مضاد للفيروسات اللوقائية من مرض كوفيد-١٩ أو علاجه. ومع ذلك، فينبغي أن يتلقى المصابون به الرعاية لتخفيف الأعراض. وينبغي إدخال الأشخاص المصابين بمرض وخير إلى المستشفيات. ويتعافى معظم المرضى بفضل الرعاية الداعمة.