

نشرة معلومات عن الحالة الصحية
في ١ أبريل/نيسان ٢٠٢٠

مرض الفيروس التاجي [فيروس كورونا] كوفيد-١٩ (COVID-19)

ما هو؟

تم الكشف عن نوع جديد من الفيروسات التاجية في أواخر عام ٢٠١٩ يمكن أن يسبب هذا الفيروس مرضًا حادًا للجهاز التنفسي يسمى مرض الفيروس التاجي (COVID-19).

تشمل الأعراض الأكثر شيوعًا الحمى وأعراض تصيب الجهاز التنفسي مثل السعال وضيق التنفس والتهاب الحلق. بالنسبة لكثير من الناس، لا يسبب COVID-19 إلا أعراضًا خفيفة، وفي أحيان كثيرة لا يعاني الأطفال والشباب من أي أعراض. لكن هناك من هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بأعراض حادة، ومنهم المسنون والأشخاص الذين يعانون من أمراض قائمة.

كيف ينتشر المرض؟

ينتشر الفيروس بالاتصال اللصيق المباشر مع شخص مصاب أثناء فترة نشرة للعدوى. يصبح الشخص معديا ٢٤ ساعة قبل ظهور الأعراض عليه ويظل معديا حتى تتوقف الأعراض. يعرف الاتصال الوثيق بأنه:

- قضاء أكثر من ١٥ دقيقة وجها لوجه مع المصاب أو
- قضاء ساعتين أو أكثر في نفس الغرفة.
- العيش في نفس المنزل أو المسكن.
- التلامس المباشر مع سوائل الجسم أو العينات المخبرية لحالة مؤكدة.
- الجلوس على متن طائرة على مقربة صفيين أو أقل من شخص لديه حالة مؤكدة من المرض.

ما الذي سيقوم به طبيبي العام الآن؟

سيقرر طبيبك العام إذا كنت بحاجة إلى إجراء فحص. هناك معايير صارمة لفحص COVID-19. في ٢٤ مارس/آذار ٢٠٢٠، أوصت وزارة الصحة في نيو ساوث ويلز بإجراء فحص لأي شخص يعيش في جنوب غرب سيدني ممن:

- يعاني حاليا أو من فترة وجيزة من الحمى (درجة حرارة ٣٨ درجة مئوية أو أعلى)، أو
- يعاني من إلتان تنفسي حاد (السعال وضيق التنفس والتهاب الحلق).
- إذا أكدت نتيجة الفحص إصابتك بمرض COVID-19، فسيتم إخطارك إما من قبل طبيبك العام أو من طبيب منطقة الصحة المحلية.

ماذا سيحدث إذا كانت نتيجة الفحص إيجابية؟

قد يتم تقديم الرعاية الخاصة بك من قبل طبيبك العام أو شخص من المنطقة الصحية المحلية، وسيكونون على اتصال منتظم بك لمراقبة أعراضك. قد يتم ذلك باستخدام الخدمات الصحية عن بعد (التحدث عبر الإنترنت أو الهاتف بدلاً من وجها لوجه).

يمكن علاج معظم الأشخاص في المنزل وسيحتاجون إلى عزل ذاتهم لمنع نشر العدوى للآخرين. إذا كنت تعاني من أعراض حادة، فقد تحتاج إلى تلقي العلاج في المستشفى.

سيتم إبلاغك عندما تنتهي الحاجة إلى عزل نفسك. ويحدث ذلك عادة لفترة ١٤ يومًا، يفترض أن تزول الأعراض خلالها. إذا كنت مصابًا بعدوى حادة، فقد تحتاج إلى البقاء معزولا لفترة أطول.

ستنظم وحدة الصحة العامة المحلية الخاصة بك تتبع الاتصال.

متى يجب أن أستيدي سيارة إسعاف؟



اتصل بثلاثة أضعاف (٠٠٠) إذا أصبحت أعراضك حادة (مثلًا ضيق في التنفس أثناء عدم النشاط أو صعوبة في التنفس)

كيف نبطئ انتشار الفيروس؟

العزلة الذاتية للأشخاص الذين نتائج فحوصهم موجبة

ويعني هذا عدم الاتصال بالآخرين حتى زوال الأعراض.

تتبع الاتصال

معرفة كيف أصيب شخص ما بالعدوى وفحص المقربين منه لمنع التوسع في انتشار الفيروس

حماية أنفسنا

استخدام الابتعاد عن الآخرين ومكافحة العدوى لتقليل خطر الإصابة بالفيروس

كورونا فيروس (COVID-19)

ماذا يمكنني أن أقوم به؟

إذا كنت تعاني من الحمى أو من إنتان تنفسي حاد (السعال وضيق التنفس والتهاب الحلق)، عليك الاتصال بطبيبك العام لمعرفة إن كنت بحاجة إلى إجراء الفحص. لا تحضر إلى عيادة الطبيب العام بدون الاتصال به أولاً. قد يقابلك طبيبك العام باستخدام وسائل الرعاية الطبية عن بعد للتقليل من خطر نشر العدوى إلى الآخرين.

إذا دل الفحص على إصابتك بالمرض فمن المهم أن تتبع نصيحة طبيبك العام. من المهم أنت **تت عزل** عن الغير لوقف نشر COVID-19 للآخرين. إذا اضطرت إلى الخروج لمقابلة طبية، عليك اتباع الاحتياطات للتقليل من خطر إصابة الآخرين. من المهم تلقي لقاح الأنفلونزا الخاص بك سواء كان فحص COVID-19 الخاص بك موجبا أم لا. يساعد تقليل خطر الإصابة بالإنفلونزا كل من الحفاظ على صحتك العامة وعلى نظامنا الصحي. لدينا جميعاً دور نلعبه لإبطاء انتشار COVID-19. استخدم طرق **مكافحة العدوى** المناسبة. مارس **الابتعاد عن الآخرين** ولا تغادر المنزل إلا عند الضرورة مثل الذهاب إلى العمل أو شراء الضروريات، وما إلى ذلك.

ما الأسئلة التي يمكن أن أ طرحها على طبيبي؟

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> هل يجب أن أخضع للفحص؟ | <input type="checkbox"/> إلى من يمكنني التحدث إذا احتجت للدعم؟ |
| <input type="checkbox"/> أين يمكنني إجراء الفحص؟ | <input type="checkbox"/> كيف يمكنني منع الإصابة بالعدوى؟ |
| <input type="checkbox"/> ماذا يعني الابتعاد عن الغير؟ | <input type="checkbox"/> هل يجب أن أحصل على لقاح الإنفلونزا؟ |
| <input type="checkbox"/> وماذا عن الأشخاص الذين أعيش معهم؟ | <input type="checkbox"/> ما أهمية الابتعاد عن الآخرين (social distancing)؟ |

ما هي أنواع الدعم المتاحة؟

هناك عيادات فحص عامة متاحة في مستشفيات بانكستاون وبورال وكامبلتون وفيرفيلد وليفربول. سوف يخبرك طبيبك العام إذا كان يجب عليك الحضور إلى العيادة للفحص.

بينما يمكن علاج معظم الأشخاص المصابين بـ COVID-19 في منازلهم، تعمل منطقة جنوب غرب سيدني المحلية للصحة المحلية على زيادة الموارد المتاحة لأولئك الذين يحتاجون إلى رعاية في المستشفى. وقد أدى ذلك إلى إغلاق بعض العيادات والخدمات الأخرى مؤقتاً.

تعمل وحدة الصحة العامة بجنوب غرب سيدني على الحد من انتشار COVID-19. وسيحاولون اكتشاف الطريقة التي أصيب فيها الشخص بالعدوى ومن غيره يجب أن يجري له الفحص.

أين يمكنني معرفة المزيد؟

- healthdirect - فيروس كورونا: [healthdirect.gov.au](https://www.healthdirect.gov.au)
- وزارة الصحة في نيو ساوث ويلز - موارد عن COVID-19 بما في ذلك موارد بلغات أخرى: [health.nsw.gov.au](https://www.health.nsw.gov.au)
- شبكة الرعاية الصحية الأولية في جنوب غرب سيدني - معلومات عن فيروس كورونا للأهالي: www.swsphn.com.au
- منظمة الصحة العالمية - تصحيح الخرافات عن فيروس كورونا: [who.int](https://www.who.int)

دليل الموارد الصحية هو مبادرة من
شبكة الرعاية الصحية الأولية في
جنوب غرب سيدني

هذه المعلومات مخصصة لأشخاص حصلوا
على تشخيص من طبيبهم
وهي غير مصممة للاستخدام كتشخيص
لحالة مرضية أو كبديل للرعاية الطبية المستمرة.

phn
SOUTH WESTERN
SYDNEY
An Australian Government Initiative