

الدليل الإرشادي الوقائي الخاص بفيروس كورونا الجديد (كوفيد-19) لذوي الاحتياجات الخاصة ومقدمي الرعاية لهم

النسخة

May 2020

المركز الوطني للوقاية من الأمراض ومكافحتها

عن الفيروس:

فيروس كورونا الجديد (COVID-19) ينتمي لعائلة فيروسات كورونا (الفيروسات التاجية) والتي تسبب أمراضًا تتراوح بين نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأكثر حدة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS-CoV) ومتلازمة الجهاز التنفسي الحاد (SARS-CoV). وعلى الرغم من أنه تم تسجيل معظم الحالات مبدئيًا في جمهورية الصين، إلا أن COVID-19 امتد إلى عدد من الدول حول العالم.

كيف ينتشر (COVID-19)؟

عندما يقوم الشخص المصاب ب (COVID-19) بالسعال أو الزفير فإنه يقوم بإطلاق قطرات من السوائل المصابة بالمرض، وتقوم تلك القطرات المصاحبة لذلك بالسقوط على الأسطح والأشياء القريبة منه مثل المكاتب أو الطاولات أو الهواتف. ومن ثم ينتقل المرض عن طريق لمس الأشخاص لتلك الأسطح الملوثة ثم لمس العين أو الفم أو الوجه. كذلك من الممكن انتقال المرض إذا كان الشخص يقف على بعد متر واحد من الشخص المصاب ب (COVID-19) وذلك عن طريق المخالطة المباشرة من خلال الرذاذ المتطاير من هؤلاء المصابين. مع العلم بأن معظم الأشخاص المصابين ب (COVID-19) يعانون من أعراض خفيفة ويتعافون منها، إلا أن البعض قد يمر بتجربة أكثر خطورة وقد يحتاج إلى رعاية في المستشفى.

خطر الإصابة:

يرتفع خطر الإصابة بين بعض الفئات مثل:

- كبار السن.
- الأشخاص المصابين بأمراض مزمنة مثل مرض السكري وأمراض القلب والرئة والفشل الكلوي.
- الأشخاص الذين يعانون من ضعف في المناعة.

أعراض الإصابة:

من أبرز أعراض الإصابة: الحمى، والسعال، وضيق في التنفس، وقد تتطور الأعراض -أحيانًا - إلى التهاب رئوي. وقد تسبب العدوى مضاعفات حادة لمن يعانون ضعفًا في الجهاز المناعي، أو أمراضًا مزمنة، وكبار السن.

التدابير الوقائية لمنع الإصابة بفيروس كورونا (COVID-19)

- تجنب الاتصال المباشر مع الأشخاص المصابين بأي عدوى تنفسية.
- تجنب لمس العينين والأنف والفم قبل غسل اليدين.
- احرص على تغطية الفم والأنف أثناء السعال أو العطس بمحارم ورقية ثم تخلص منها.
- المواظبة على غسل اليدين بالماء والصابون أو استعمال مطهر كحولي.
- قم بتنظيف وتطهير الأدوات والأسطح التي تمسها باستمرار.

لماذا هناك حاجة إلى إجراءات وقائية إضافية للأشخاص من ذوي الاحتياجات

الخاصة؟

يجب اتخاذ إجراءات إضافية لضمان أن الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة من ذوي الإعاقات الصحية والجسمية يمكنهم دائماً الوصول إلى خدمات الرعاية الصحية والمعلومات الصحية والوقائية التي يحتاجون إليها في ظل انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

قد يكون الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة أكثر عرضة للإصابة بفيروس كورونا (COVID-19) للأسباب التالية:

- مواجهة صعوبة في تطبيق إجراءات تدابير النظافة الأساسية، مثل غسل اليدين (قد يتعذر على الشخص جسدياً الوصول إلى أحواض غسل اليدين، أو قد يواجه الشخص صعوبة جسدية في غسل يديه معاً).
- مواجهة صعوبة في تطبيق التباعد الاجتماعي بسبب احتياجاتهم للمساعدة.
- ضرورة لمس الأشياء للحصول على معلومات أو للدعم الجسدي.
- مواجهة صعوبة في الوصول إلى معلومات مناسبة لتلك الفئة عن فيروس كورونا.

يواجه الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة مخاطر شديدة في حال الإصابة بفيروس كورونا (COVID-19) بسبب:

- الحالة الصحية الحالية، خاصة المتعلقة بوظائف الجهاز التنفسي أو الجهاز المناعي أو أمراض القلب أو السكري.
- صعوبة الوصول إلى الرعاية الصحية بشكل سريع بسبب الإعاقة الصحية أو الجسمية.

إجراءات إضافية للأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة وأسرههم

يمكن للأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة تقليل تعرضهم المحتمل للإصابة بفيروس كورونا COVID-19 من خلال:

- اتباع التدابير الوقائية الأساسية من قبل ذوي الاحتياجات الخاصة وأسرههم، وفي حال مواجهة أي صعوبة في اتباع تلك التدابير (على سبيل المثال، لا يمكن الوصول إلى المغسلة لغسل اليدين بانتظام)، فيجب العمل مع العائلة ومقدمي الرعاية لتحديد المعوقات والعمل على تجاوزها.

- تجنب الأماكن المزدحمة.
- التسوق الإلكتروني أو طلب المساعدة من العائلة أو الأصدقاء أو مقدمي الرعاية لتجنب الحاجة للذهاب للأماكن المزدحمة.
- جمع المواد الأساسية مثل الطعام ومستلزمات التنظيف والأدوية والمستلزمات الطبية لتجنب الحاجة للخروج وللشراء المستمر.
- تطهير الأدوات المساعدة بشكل متكرر وتشمل الكراسي المتحركة، وعكازات المشي أو أي منتج آخر يستخدم بكثرة.
- طلب العمل من المنزل إذا كانت بيئة العمل غير مناسبة بسبب الازدحام.

وضع خطة لضمان استمرار الرعاية والدعم:

- إذا كنت تعتمد على مقدمي الرعاية، فعليك أن تفكر في التواصل مع مجموعة من الأشخاص الذين تستطيع ندائهم للمساعدة، فقد يتعذر وصول مقدمي الرعاية أو تأخرهم.
- إذا كان مقدم الرعاية من جهة خاصة، فعليك أن تعرف ما هي تدابير الطوارئ التي لديهم لتعويض نقص أو إصابة القوى العاملة المحتملة. ويفضل التحدث إلى العائلة والأصدقاء حول الدعم الإضافي الذي يمكنهم تقديمه في حال احتجت إلى مساعدتهم.
- حدد المنظمات أو الجمعيات ذات الصلة التي يمكنك الوصول إليها إذا كنت بحاجة للمساعدة مثل وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية ومراكز التأهيل الشامل.

الصحة النفسية والجسدية لأفراد أسرة ذوي الاحتياجات الخاصة ومقدمي الرعاية:

- على جميع أفراد الأسرة ومقدمي الرعاية التأكد من تطبيق التدابير الوقائية من (COVID-19).
- مراجعة الدليل الإرشادي للصحة النفسية والاجتماعية الصادر من المركز الوطني للوقاية من الأمراض ومكافحتها - وقاية. ([من هنا](#))
- تشجيع ذوي الاحتياجات الخاصة من الأطفال والبالغين على مواصلة الأنشطة المناسبة مثل:
 - اللعب والقراءة والتعلم والتواصل مع الأصدقاء باستخدام المكالمات الهاتفية أو الرسائل النصية أو وسائل التواصل الاجتماعي.
- إذا ظهرت أعراض الإصابة بفيروس كورونا (COVID-19) على أي شخص من أفراد الأسرة أو الشخص من ذوي الاحتياجات الخاصة، يجب التواصل مع 937 في أقرب وقت ممكن واتباع التعليمات.

المرجع:

1. منظمة الصحة العالمية