

مرض فيروس كورونا (كوفيد-19)

مرض فيروس كورونا (كوفيد-19) هو مرضٌ يتسبب به فيروس من نوع كورونا. انتشر كوفيد-19 في جميع أنحاء العالم بما في ذلك بريتش كولومبيا واعتُبر جائحة عالمية.

خطة تطعيمات كوفيد-19 في بريتش كولومبيا

صُممت خطة التطعيم ضد كوفيد-19 في بريتش كولومبيا للحفاظ على الحياة وإيقاف انتشار مرض كوفيد-19. لمعرفة المزيد حول لقاحات كوفيد-19، بما في ذلك موضوعات مثل عملية اعتماد اللقاح وخطة بريتش كولومبيا لتوزيع اللقاحات، انظر [تطعيمات كوفيد-19](#).

للحصول على معلومات وخدمات كوفيد-19 غير المتعلقة بالصحة اتصل بالرقم 1-888-COVID-19 (1-888-268-4319) تتوفر الخدمة من 7:30 صباحًا إلى 8:00 مساءً.

الأعراض

للتعرف على أعراض كوفيد-19، وما يجب القيام به إذا شعرت بالمرض، ومن يمكن أن يكون أكثر عرضة للمضاعفات، انظر:

- [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: الأعراض](#)
- [أعراض كوفيد-19](#)

العزل الذاتي وكوفيد-19

يُقصد بالعزل الذاتي البقاء في البيت وتجنّب المواقف التي تخالط فيها الآخرين، وهو إجراء هام لوقف انتشار المرض. إن ظهرت عليك أعراض وكانت نتيجة فحص كوفيد-19 الذي أجريته إيجابية، يمكنك تدبّر مرضك بطريقة مماثلة لتدبّر أنواع العدوى الأخرى في الجهاز التنفسي مثل الإنفلونزا. ابق في المنزل إن شعرت بالمرض واتخذ الإجراءات الوقائية للحد من انتشار العدوى. هناك العديد من الأسباب التي تقتضي أو قد تضطرّك لعزل نفسك ذاتيًا. لمزيد من المعلومات حول العزل الذاتي، انظر:

- [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: العزل الذاتي والمراقبة الذاتية](#)
- [حكومة كندا: كوفيد-19: الوقاية والمخاطر](#)

المراقبة الذاتية

يُقصد بالمراقبة الذاتية الانتباه الشديد إلى ما تشعر به. على الجميع أن يراقب بشكل روتيني ما إن كان يعاني من أعراض كوفيد-19، حتى الطفيفة منها. سجل حرارتك إن تشعر بنوع من القشعريرة أو الحمى. قد تحتاج أيضًا إلى أن تساعد الأطفال أو الأشخاص المقربين الأكبر سنًا أو المصابين بمرض مزمن ممن يخضعون للمراقبة الذاتية. اطلع على المزيد عمّن يجب أن يخضع للمراقبة الذاتية على [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: العزل الذاتي والمراقبة الذاتية](#)

الخضوع للفحص

يوصى بالخضوع لفحص كوفيد-19 عندما تساعد معرفة النتيجة إن كانت إيجابية أم سلبية في اتخاذ القرارات حول العلاج أو الرعاية.

يوصى بالفحص للأشخاص الذين لديهم أعراض كوفيد-19 وينطبق عليهم ما يلي:

- من يحصلون على العلاج داخل المستشفى (في أي عمر)

- الحوامل

- المعرضون لأمراض أكثر خطورة وهم [حاليًا مؤهلون للعلاج](#)

لمعرفة المزيد حول الخضوع للفحص، انظر:

- [مركز مكافحة الأمراض في برنتش كولومبيا: متى تخضع لفحص كوفيد-19](#)
- [الخضوع للفحص \(كوفيد\)](#)

العلاج

هناك بعض العلاجات المحددة المتوقعة لكوفيد-19. لمزيد من المعلومات، انظر [مركز مكافحة الأمراض في برنتش كولومبيا: العلاجات](#).

لمعرفة ما إن كان العلاج مناسباً لك، تفضل بزيارة صفحة [علاجات كوفيد-19 المقدمة من حكومة برنتش كولومبيا](#).

يتعافى معظم الأشخاص المصابين بكوفيد-19 من تلقاء أنفسهم. تفضل بزيارة صفحة [مركز مكافحة الأمراض في برنتش كولومبيا: إذا كنت مصاباً بكوفيد-19](#) للحصول على المزيد من المعلومات حول كيفية التعامل مع الأعراض عندما يجري تشخيصك بكوفيد-19.

الأطباء والممرضون الممارسون متواجدون لتقديم الرعاية بشكل شخصي خلال جائحة كوفيد-19، وقد تقدّم بعض العيادات كذلك مواعيد عبر الاتصال الهاتفي والفيديو. إن كنت بحاجة إلى رعاية، يُرجى الاتصال بمقدم الرعاية الصحية المتابع لك. إذا لم تكن مرتبطاً بمقدم للرعاية الصحية ليتابعك بشكل منتظم، يمكنك استخدام [دليل HealthLinkBC](#) أو الاتصال على الرقم 1-8-1-8 للتثور على مقدم رعاية صحية في مجتمعك المحلي.

عندما تراجع مقدّم الرعاية الصحيّة، يُرجى أن تخبره عن

- الأعراض التي تعاني منها
 - الأماكن التي اسفرت إليها أو مكان سكنك
 - ما إذا خالطت شخصاً مريضاً عن قُرب أو لفترة طويلة، خاصةً إذا كان يعاني من الحمى أو السعال أو صعوبة التنفّس
- لمزيد من المعلومات حول ما يمكنك فعله إذا أصبت بأعراض، انظر [أعراض كوفيد-19](#).

قلّل مخاطر إصابتك بالعدوى

تتوفر لدينا الكثير من الأدوات، كاللقاحات، والعلاجات وإجراءاتنا التي يمكن أن تحميّا من تأثيرات كوفيد-19.

ستساعد هذه الأدوات الجميع على البقاء بأمان من كوفيد-19 وأمراض أخرى، بل وتزيد أهميتها إن كنت أكثر عرضة للإصابة بمرض خطير نتيجة كوفيد-19.

[استخدم مجموعة الأدوات هذه](#) لتحديد كيفية ووقت استخدام هذه الأدوات.

مع استمرار التفاعل الاجتماعي في مجتمعنا المحلي، قد نتناوب أيضاً مخاوف حول المشاركة في الحياة الاجتماعية بأمان.

تعرف على المشاركة بالحياة الاجتماعية بأمان لتقليل خطر التعرض لكوفيد-19 على صفحة [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: تفاعل اجتماعي أكثر أماناً](#).

اطّلع على مزيد من المعلومات حول [تقليل مخاطر إصابتك بالعدوى](#).

السفر وكوفيد-19

للاطلاع على أحدث معلومات إرشادات السفر، انظر:

- [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: السفر](#)
- [حكومة كندا: نصائح وإرشادات السفر حسب الوجهة](#)

كوفيد طويل الأجل

إذا كنت لا تزال تعاني من الأعراض بعد أكثر من ثلاثة أشهر من مرضك الأولي، فقد تكون تعاني من حالة ما بعد كوفيد، أو كوفيد طويل الأجل. تقدم [هيئة الخدمات الصحية في المقاطعة: شبكة الرعاية السريرية متعددة التخصصات المعنية بما بعد كوفيد-19](#) الرعاية السريرية والتثقيف (صفحات الموارد ومقاطع الفيديو عبر الإنترنت) وإمكانية الوصول إلى فرص الأبحاث لدعم تعافيك.

الصحة النفسية

يمكن أن تُشعرك جائحة كوفيد-19 بالارتباك والحزن والقلق وهي مشاعر يصعب التعامل معها. هذه المشاعر طبيعية عند مواجهة أمر مجهول. من المهم أكثر من أي وقت مضى أن تعتني بصحتك النفسية وأن تهتم بنفسك. لمعرفة المزيد حول الصحة النفسية وكوفيد-19:

- [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: العافية النفسية أثناء جائحة كوفيد-19](#)
- [حكومة كندا: الاعتناء بصحتك النفسية](#) (PDF 371KB)
- [الصحة النفسية وكوفيد-19](#)

الأطفال والشباب والعائلات

يمكن أن تمثل تربية الأطفال أثناء الجائحة تحديًا. إن كنتِ حاملاً أو مرضعة، قد تراودك أسئلة عن صحتك وصحة طفلك. قد ينتابك مزيد من القلق حول تربية الأبناء أثناء بقاء أطفالك في البيت. اطلع على مزيد من المعلومات حول [الأطفال والشباب والعائلات أثناء جائحة كوفيد-19](#).

الأدوية

مع استمرار جائحة كوفيد-19، طرأت تغييرات على طرق صرف الصيدلة للأدوية، يشمل ذلك إعادة تعبئة الوصفات الطبية وتوفير مخزون طارئ من الأدوية الموصوفة. لا يستطيع الصيدلة إعطاء أدوية جديدة دون وصفة طبية. للاطلاع على مزيد

من المعلومات حول تغييرات الخدمات الصيدلانية يُرجى زيارة [نقابة الصيادلة في بريتش كولومبيا: فيروس كورونا المستجد \(كوفيد-19\)](#).

موارد مفيدة

يوجد الكثير من المعلومات عن كوفيد-19 وعن استجابة المقاطعة للجائحة. للحصول على قائمة بالمصادر الموثوقة التي تستخدمها **HealthLink BC 8-1-1** لتزويد سكان بريتش كولومبيا بالمعلومات والمشورة الصحية، انظر [مصادر مفيدة حول كوفيد-19](#).

للحصول على معلومات عن كوفيد-19 بلغات أخرى، انظر:

- [حكومة بريتش كولومبيا: معلومات عن كوفيد-19 بلغات إضافية](#)
- [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: المحتوى المترجم](#).

تتوفر أيضاً مقاطع فيديو بلغة الإشارة الأمريكية.

إذا كانت لديك مخاوف أو أسئلة حول صحتك اتصل بـ **HealthLink BC** على الرقم **(8-1-1)** في أي وقت أو تحدّث مع مقدّم الرعاية الصحية المتابع لك.

آخر تحديث: 17 نوفمبر/تشرين الثاني 2022

المعلومات المقدّمة في الخصائص الصحية لمرض فيروس كورونا (كوفيد-19) مأخوذة بتصرّف من صفحات [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: الخضوع للفحص، مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: الأعراض، مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: الكمّات، مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: السفر، مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: لقاح كوفيد-19، حكومة كندا: السفر والخضوع للفحص والحدود وحكومة كندا: المسافرين المُطعمون ضد كوفيد-19 القادمون إلى كندا](#) التي تم تصفّحها في 24 أكتوبر/تشرين الأول 2022.