

الأطفال والشباب والعائلات أثناء جائحة كوفيد-19

المدارس

يعود الطلاب في بريتش كولومبيا إلى التعلّم عبر الحضور الشخصي في أيلول/سبتمبر. التعلّم عبر الحضور الشخصي مهم لتعليم الطالب، وعافيته، ونموه الاجتماعي والعاطفي. يجري تطبيق إجراءات جديدة للصحة والسلامة للمساعدة على الحفاظ على سلامة الجميع. يشمل ذلك ارتداء الكمامات وغسل اليدين والتباعد الجسدي.

يجب على جميع الموظفين والمتطوعين البالغين والزائرين والطلاب الذين تبلغ أعمارهم 12 عامًا أو أكثر ارتداء كمامة غير طبية أو غطاء وجه ("كمامة") في جميع أوقات تواجدهم داخل المدرسة. الاستثناءات الوحيدة هي:

- إذا كان الشخص لا يستطيع ارتداء أو نزع الكمامة بدون مساعدة شخص آخر
- عند وجود حاجز
- عند الأكل أو الشرب

يُشجّع الطلاب ذوي الأعمار 9 – 11 عامًا على ارتداء الكمامة. أما الطلاب الذين لم يبلغوا 9 سنوات من العمر بعد، فليسوا مُلزمين بارتداء الكمامة ويبقى القرار راجعًا للعائلة.

لمزيد من المعلومات، انظر:

- [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: مراكز رعاية الأطفال والمدارس والمخيمات](#)
- [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: مدارس رياض الأطفال - الصف 12 وكوفيد-19](#)
- [حكومة مقاطعة بريتش كولومبيا: مدارس آمنة من كوفيد-19](#)
- [حكومة مقاطعة بريتش كولومبيا: معلومات للأهالي والعائلات](#)
- [حكومة مقاطعة بريتش كولومبيا: الفحص الصحي للطلاب من مرحلة الروضة حتى الصف الثاني عشر](#)
- [حكومة مقاطعة بريتش كولومبيا: إرشادات الصحة والسلامة الخاصة بكوفيد-19 الصادرة عن حكومة المقاطعة بالنسبة لأماكن الدراسة للطلاب من مرحلة الروضة حتى الصف الثاني عشر \(PDF, 585KB\)](#)

التعرض للفيروس في المدرسة

مع عودة المدارس إلى العمل، قد يساورك القلق بشأن زيادة التعرض لكوفيد-19. للاطلاع على معلومات صادرة عن السلطة المحلية التي تتبعها بشأن التعرض في المدارس، انظر:

- [هيئة فريزر الصحية: التعرض للفيروس في المدرسة](#)
- [هيئة انتريور الصحية: التعرض للفيروس في المدرسة](#)
- [هيئة آيلاند الصحية: التعرض للفيروس في المدرسة](#)
- [هيئة نورثرن الصحية: التعرض لكوفيد-19 في المدرسة](#)
- [هيئة فانكوفر كوستال الصحية: التعرض للفيروس في المدرسة من هيئة فانكوفر كوستال الصحية](#)

قد تتساءل أنت وطفلك عن كيفية الخضوع لفحص كوفيد-19. للمساعدة على الحد من القلق والخوف على الأطفال الواجب خضوعهم للفحص، أصدرت مستشفى الأطفال في بريتش كولومبيا مقطع فيديو تثقيفيًا. يمكنك مشاهدة المقطع حيث يوضح أخصائي في حياة الطفل طريقة الفحص وشعور الأطفال عند خضوعهم له. شاهده الآن واعرف المزيد عن [فحص كوفيد-19 للأطفال](#). يوصى أي شخص يعاني من أعراض تشبه أعراض نزلة البرد أو الإنفلونزا أو كوفيد بالخضوع لفحص كوفيد-19، حتى لو كانت الأعراض طفيفة. لا حاجة للفحص إن لم تكن لديك أعراض. لا داعي للحصول على إحالة أو للاتصال بالرقم 1-8-1. يمكنك معرفة المزيد حول الفحص والأماكن التي يمكنك الخضوع للفحص فيها.

صحة الأم والرضيع

الحمل

لا يزيد الحمل من خطر الإصابة بكوفيد-19. ينبغي أن تتبّع النساء الحوامل إرشادات العزل الذاتي شأنهن في ذلك شأن الجميع في المجتمع المحلي. إذا مرضتِ خلال فترة الحمل، ينبغي أن تتحدّثي مع مقدّم الرعاية الصحية المتابع لكِ وأن تخضعي لفحص كوفيد-19.

يمكنك معرفة المزيد حول الحمل ومرض كوفيد-19 من خلال:

- [مستشفى النساء في برنتش كولومبيا، معلومات حول كوفيد-19 للمريضات \(الأسئلة الشائعة\)](#)
- [حكومة كندا: الحمل والولادة ورعاية المواليد أثناء جائحة كوفيد-19](#)

تغذية الرضيع

تعد الرضاعة الطبيعية طريقة جيدة للمساعدة على حماية طفلك من المرض. استمري في تقديم الرضاعة الطبيعية وحمل طفلك مع ملامسة جلده لجلدك. يمكن للمواظبة على غسل اليدين أن يساعد في حماية طفلك من المرض. لزيادة الأمان، ضعي كامامة عند تقديم الرضاعة الطبيعية إن كنت تشعرين بتوعك. إن كنت تستخدمين مضخة الثدي، اغسلي جميع أجزاء مضخة الثدي وأدوات الطعام جيداً في كل مرة. إن كنت تستخدمين حليب الرضع الصناعي كمكمل أو لوحده، احتفظي بكمية منه لديك تكفيك لمدة أسبوعين. لمعرفة المزيد حول تغذية الرضيع أثناء جائحة كوفيد-19، انظري:

- [مركز مكافحة الأمراض في برنتش كولومبيا: الرضع](#)
- [مركز مكافحة الأمراض في برنتش كولومبيا: الرضاعة الطبيعية وكوفيد-19 \(PDF, 590KB\)](#)
- [خدمات مرحلة الولادة في برنتش كولومبيا: الأسئلة الشائعة حول كوفيد-19 والرضاعة الطبيعية \(PDF, 89KB\)](#)
- [خدمات مرحلة الولادة في برنتش كولومبيا: الأسئلة الشائعة حول كوفيد-19 وتقديم حليب الرضع الصناعي \(PDF, 139K\)](#)

تربية الأطفال أثناء جائحة كوفيد-19

تفرض تربية الأطفال أثناء الجائحة تحديات فريدة. قد يشعر الأطفال بالملل ويفتقدون أصدقاءهم. بعضهم لم يعودوا يذهبون إلى دار رعاية الأطفال أو إلى المدرسة. قد يتتابك مزيد من القلق حول صحة أطفالك البدنية والنفسية.

التربية الإيجابية للأطفال أثناء الجائحة

قد يحتاج الأطفال والشباب إلى مزيد من الدعم للتعامل مع البُعد عن الأصدقاء وعدم القدرة على المشاركة في أنشطتهم المعتادة. اعرف كيف يمكننا التحدث إلى الأطفال والشباب حول الجائحة.

- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: مساعدة الأطفال والمراهقين على التعامل مع الأحداث العامة التي تسبب التوتر](#)
- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: كيف يمكننا التحدث إلى الأطفال حول كوفيد-19؟ "طمأنهم بشكل معقول"](#)
- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: تربية الأطفال أثناء جائحة كوفيد-19: جبهة جديدة](#)
- [دائرة صحة الطفل في برنتش كولومبيا: رسالة إلى الأهالي ومقدمي الرعاية أثناء جائحة كوفيد-19 \(PDF, 351KB\)](#)
- [ميديا سمارتس: مساعدة الأطفال على البقاء على تواصل أثناء التباعد الاجتماعي](#)
- [ميديا سمارتس: قضاء الوقت على وسائل التواصل الاجتماعي والشاشات أثناء الجائحة](#)

موارد للمراهقين وأهاليهم

اعرف كيف يمكنك دعم طفلك المراهق أثناء الجائحة.

- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: كوفيد والشباب وتعاطي المخدرات: رسائل هامة للشباب وعائلاتهم](#)
- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: نصائح وحيل لمساعدة المراهقين على التأقلم أثناء جائحة كوفيد-19](#)
- [هاتف مساعدة الأطفال: نحن موجودون لمساعدتك أثناء جائحة كوفيد-19](#)

دعم الصحة النفسية للأطفال والشباب

يمكن لمتطلبات التباعد الجسدي والعزل أن تؤثر على الصحة النفسية للأطفال والشباب. اطلع على موارد دعم الأطفال.

- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: كيف تساعد الشباب على التعامل مع مشاعر الكآبة أثناء جائحة كوفيد-19 والتباعد الجسدي](#)
- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: دعم الشباب المصابين باضطرابات القلق أثناء جائحة كوفيد-19](#)

- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: نظام CARD للتعامل مع المخاوف والقلق](#)
- [اللجنة الدائمة بين الوكالات: أنت بطلي: كيف يمكن للأطفال أن يحاربوا كوفيد-19](#)
- [الصحة النفسية وكوفيد-19](#)

كوفيد-19 لدى الأطفال

تكون أعراض كوفيد-19 عادة أكثر اعتدالاً لدى الأطفال منها لدى المراهقين. للحصول على معلومات حول تأثير كوفيد-19 على الأطفال وكيفية الحفاظ على سلامتهم، انظر [مركز بريتش كولومبيا لمكافحة الأمراض: كوفيد-19 والأطفال](#).

الطفح الجلدي والتفاعلات الالتهابية

أبلغ أيضاً عن معاناة الأطفال من طفح جلدي أو تقرحات جلدية أو استجابات التهابية بعد عدة أسابيع من الإصابة بكوفيد-19. "أصابع القدمين المصابة بكوفيد"، والتي تُعرف أيضاً بتقرحات تشبه الشرث، وهي إحدى التقرحات الجلدية العديدة التي ترافق كوفيد-19. تبدو هذه التقرحات الجلدية كطفح جلدي من نوع خاص. تظهر عادة لدى الأطفال أو الشباب ولا ترافق مع مرض شديد.

متلازمة الالتهابات المتعددة لدى الأطفال

متلازمة الالتهابات المتعددة لدى الأطفال هي متلازمة سريرية عُرفت حديثاً لدى الأطفال والمراهقين. يبدو أن ما يسبب هذه المتلازمة هو استجابة مبالغ فيها للجهاز المناعي، تؤدي إلى التهاب شديد واسع الانتشار. يمكن أن تلتهم أجزاء مختلفة من الجسم، بما في ذلك القلب والجهاز الهضمي والرئتان والكلى والدماغ والجلد والعينان والغدد للمفاوية. وقد تكون خطيرة أو حتى مميتة، إلا أن معظم الأطفال يتحسنون عند الحصول على رعاية طبية.

لمزيد من المعلومات حول الطفح الجلدي والتفاعلات الالتهابية، انظر:

- [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: الطفح الجلدي والتفاعلات الالتهابية](#)

الأطفال ذوي الاحتياجات الصحية الخاصة

قد ينتابك مزيد من القلق إن كان أطفالك من ذوي الاحتياجات الصحية الخاصة.

- [التوحد يتحدث: معلومات وموارد حول كوفيد-19 للعائلات](#)
- [مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: الأطفال منقوصي المناعة](#)
- [مستشفى الأطفال في بريتش كولومبيا: ورقة تتبع جرعات الاستنشاق \(PDF\) KB129](#)
- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: الربو عند الأطفال وكوفيد-19](#)
- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: السكري النوع الأول وكوفيد-19: العودة إلى المدرسة](#)
- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: حين يكون طفلك مصاباً باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط: التأقلم أثناء الجائحة](#)
- [SickKids: دعم طفلك المصاب باضطراب النمو العصبي أثناء أزمة كوفيد-19](#)

السلامة

اعرف المزيد حول الوقاية من الإصابات أثناء الجائحة.

- [الوقاية من الإصابات أثناء جائحة كوفيد-19](#)
- [الجمعية الكندية لطب الأطفال: الوقاية من الإصابات المنزلية أثناء جائحة كوفيد-19](#)

آخر تحديث: 24 آب/أغسطس 2021

المعلومات المقدّمة أعلاه مقتبسة من صفحة [مركز بريتش كولومبيا لمكافحة الأمراض: معلومات الخضوع للفحص، مركز بريتش كولومبيا لمكافحة الأمراض: صفحة الطفح الجلدي والتفاعلات الالتهابية، مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: صفحة الرضع، مستشفى النساء في بريتش كولومبيا، صفحة معلومات حول كوفيد-19 للمريضات \(الأسئلة الشائعة\) وصفحة مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: مدارس رياض الأطفال - الصف 12 وكوفيد-19 وصفحة مركز مكافحة الأمراض في بريتش كولومبيا: الخضوع لفحص كوفيد-19 للأطفال والشباب التي جرى الاطلاع عليها في آب/أغسطس 2021.](#)