

## العدوى المنقولة بالماء في بريتش كولومبيا Waterborne infections in British Columbia

### ما هي العدوى المنقولة بالماء؟

- الحمى
  - غازات أو براز كريه الرائحة
  - إذا كنت تعاني من الحمى أو تورم الغدد أو تغيرات في الرؤية، راجع مقدم الرعاية الصحية المتابع لك على الفور.
- العدوى المنقولة بالماء هي أي أمراض ناتجة عن شرب مياه ملوثة بجراثيم معينة أو "مسببات الأمراض" مثل البكتيريا أو الفيروسات أو الطفيليات. وتشمل الأمثلة *الإشريكية القولونية، والعطيفة، والسالمونيلا، والجيارديا، والكريبتوسبورidium*.

### من هو الأكثر عرضة للإصابة بالمرض؟

- الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بالمرض هم:
- الأشخاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة، مثل المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية/الإيدز، أو من خضعوا لعملية زرع أعضاء أو نخاع عظمي، أو تلقوا علاجًا للسرطان
  - الرضع والأطفال الصغار
  - الحوامل
  - كبار السن
  - الأشخاص المصابون بمرض مزمن

قد يعاني الأشخاص الأكثر حساسية للأمراض المنقولة بالماء من ردود فعل شديدة ومضاعفات خطيرة، بما في ذلك الوفاة. تحدث إلى مقدم الرعاية الصحية المتابع لك إذا كنت تعاني من ضعف في جهاز المناعة أو كنت قلقًا بشأن جودة مياه الشرب في منطقتك. لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة [ملف HealthLinkBC رقم 56 - الوقاية من العدوى المنقولة بالماء للأشخاص ذوي المناعة الضعيفة.](#)

على الرغم من أن خطر الإصابة بداء المقوسات عن طريق مياه الشرب منخفض نسبيًا، إلا أن هذا المرض يمثل مصدر قلق للنساء الحوامل. لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة [ملف HealthLinkBC رقم 43 - داء المقوسات.](#)

### ماذا أفعل إذا اعتقدت أنني مصاب بعدوى منقولة بالماء؟

- راجع مقدم الرعاية الصحية المتابع لك في أقرب وقت ممكن إذا:
- كنت مريض جدًا وغير قادر على إدارة أعراضك في المنزل
  - لم تختفي الأعراض في غضون بضعة أيام
  - كان لديك ضعف في جهاز المناعة
  - بلغ وحدة الصحة العامة المحلية حتى يتسنى تحديد مصدر العدوى والسيطرة عليه.

### كيف تنتشر العدوى المنقولة بالماء؟

- تنتشر العدوى المنقولة بالماء عندما يحتوي ماء الشرب على:
- مخلفات الحيوانات أو البشر (البراز)
  - جريان المياه السطحية من المشاريع الصناعية أو السكنية
  - جريان المياه من مكبات النفايات وحقول الصرف الصحي وأنابيب المجاري

### ما هو تفشي المرض؟

عندما يصاب عدد كبير من الناس بالمرض نتيجة عدوى ما، يطلق على ذلك اسم "تفشي المرض". يمكن أن تحدث حالات تفشي الأمراض عندما لا يُعالج مصدر مياه الشرب بشكل صحيح أو عندما تُصاب خزانات أو مستودعات تخزين المياه بالجراثيم. من الصعب تحديد العدوى المنقولة بالمياه التي تحدث خارج نطاق تفشي المرض. يمكن أن تنتقل معظم أنواع الأمراض التي تنتشر عن طريق الماء أيضًا عن طريق الطعام، أو مباشرة من أشخاص أو حيوانات أخرى.

### ما هي أعراض العدوى المنقولة عن طريق الماء؟

كثير من الأشخاص الذين يصابون بعدوى تنتقل عن طريق الماء لا تظهر عليهم أي أعراض على الإطلاق. قد لا يعلمون أنهم مصابون. بمرور الوقت، تنتقل الجراثيم عبر الجهاز الهضمي وتخرج من الجسم عن طريق البراز (الفضلات).

إذا مرضت، فإن شعورك يعتمد على نوع العدوى. بالنسبة للعديد من الأمراض المنقولة عن طريق الماء، يبدأ الشعور بالمرض بعد يومين إلى عشرة أيام من شرب المياه الملوثة.

قد تظهر عليك الأعراض التالية:

- الإسهال
- تقلصات المعدة
- الغثيان
- القيء

## كيف يمكنني تجنب الإصابة بعدوى تنتقل عن طريق الماء؟

لا تشرب الماء مباشرة من البحيرات أو الجداول أو الأنهار أو الينابيع أو الغدران أو البرك. قد تكون هذه المياه ملوثة ببراز (نفايات) الحيوانات أو البشر المصابين.

غلي الماء هو أفضل طريقة لقتل البكتيريا والفيروسات والطفيليات. بشكل عام، يجب غلي الماء لمدة دقيقة واحدة على الأقل، أو دقيقتين إذا كنت على ارتفاع يزيد عن 2000 متر. إذا كان لدى منطقتك تحذير أو إشعار بغلي الماء، أو كنت قلقًا بشأن جودة المياه في منطقتك، تفضل بزيارة [ملف HealthLinkBC رقم 49 - تطهير مياه الشرب](#).

إذا كانت لديك مخاوف بشأن جودة المياه التي تشربها، اتصل بمسؤول الصحة البيئية المحلي في الهيئة الصحية. تفضل بزيارة [www2.gov.bc.ca/gov/content/environment/air-land-water/water/water-quality/drinking-land-water/water/water-quality/drinking-water-quality/health-authority-contacts](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/environment/air-land-water/water/water-quality/drinking-land-water/water/water-quality/drinking-water-quality/health-authority-contacts) أو اتصل بهيئة الصحة المحلية عبر الهاتف على الرقم التالي:

- [هيئة صحة الأمم الأولى](#) 604-693-6500، الرقم المجاني 1-866-913-0033
- [هيئة فريزر الصحية](#) 604-870-7903
- [هيئة انتريور الصحية](#) 1-855-744-6328، الخيار 1
- [هيئة أبلاند الصحية](#) 250-755-6215
- [هيئة نورثون الصحية](#) 250-565-7322
- [هيئة فانكوفر كوستال الصحية](#) 604-736-2033

## من المسؤول عن توفير مياه الشرب الآمنة؟

يتحمل مُزود المياه المحلي مسؤولية توفير مياه شرب آمنة. مُزود المياه هو الوكالة المحلية أو الشخص الذي يمتلك ويدير منظومة مياه الشرب. كما أنه يقوم بجمع وتوزيع مياه الشرب الآمنة.

قد يكون مُزود المياه هو حكومتك المحلية أو الإقليمية. العديد من منظومات مياه الشرب العامة الصغيرة في بريتش كولومبيا مملوكة ومدارة من قبل ملاك خاصين أو شركات مياه.

إذا كنت تمتلك منزلك ولديك مصدر مياه خاص بك، مثل بئر، فأنت مسؤول عن اختبار ومعالجة المياه لتحديد ما إذا كانت آمنة لك ولعائلتك للشرب.

بغض النظر عن هوية مُزود المياه، يجب عليه تحمل المسؤولية للتأكد من معالجة مياه الشرب بشكل صحيح قبل توصيلها إلى من يشربونها. لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة

رقم 05ب - فحص مياه الآبار أو اتصل [HealthLinkBC](#) ملف بمسؤول الصحة البيئية المحلي.

## كيف يحميني مزود المياه من الأمراض المنقولة بالماء؟

يستخدم مُزود المياه التطهير الأولي لقتل أو إزالة الجراثيم من الماء. قد تشمل عملية التطهير الأولية واحدة أو أكثر من تقنيات المعالجة التالية:

- الترشيح
- الكلورة
- المعالجة بالأوزون
- التعقيم بالأشعة فوق البنفسجية

بعد الانتهاء من عملية التطهير الأولية، يتم الحفاظ على تركيز منخفض من المطهر في الماء. هذه عملية تطهير ثانوية لحماية المياه أثناء مرورها عبر منظومة التوزيع إلى منزلك.

## هل يجب عليّ معالجة مياه الشرب؟

عالج مياهك دائمًا في الحالات التالية:

- إذا كانت مياه الشرب الخاصة بك تأتي مباشرة من جدول أو نهر أو بحيرة أو مجرى مائي أو بئر ضحلة أو مبنية بشكل غير صحيح، أو كانت بئرك معرضة لخطر احتواء مسببات الأمراض
- إذا أظهرت عينات المياه التي تم فحصها وجود بكتيريا "الكوليفورم الكلي" أو بكتيريا *الإشريكية القولونية*. قد يشير هذا إلى وجود نفايات بشرية أو حيوانية. وهذا مدعاة للقلق لأن العديد من الجراثيم تنتشر عن طريق البراز
- إذا تسبب فيضان أو زلزال أو حريق أو كارثة أخرى في انقطاع إمدادات مياه الشرب الخاصة بك
- إذا كنت تنتقل في منطقة لا تتم فيها معالجة المياه بشكل جيد، أو غير متأكد من جودة مياه الشرب.
- لديك ضعف في جهاز المناعة لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني. [ملف HealthLinkBC رقم 56 - الوقاية من العدوى المنقولة بالماء للأشخاص ذوي المناعة الضعيفة](#)
- في حال إصدار تحذير لمجتمعك بشأن "غلي الماء" أو "جودة المياه"، يجب عليك اتباع تعليمات السلطة الصحية الخاصة بك حول كيفية استخدام المياه بأمان.

لمزيد من مواضيع HealthLinkBC تفضل بزيارة [www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files) أو وحدة الصحة العامة المحلية في منطقتك. للحصول على المشورة والمعلومات الصحية حول الحالات غير الطارئة في بريتش كولومبيا، تفضل بزيارة [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) أو اتصل بالرقم 1-8-1 (مجانيًا). للسمع وضعاف السمع، يرجى الاتصال بالرقم 1-7-1. تتوفر خدمة الترجمة بأكثر من 130 لغة عند الطلب.