

## ملامسة دم الإنسان أو سوائل الجسم: الحماية من العدوى

### Contact with human blood or body fluids: Protecting against infection

أسرع وقت ممكن للحماية من العدوى. من المهم أن تخضع  
للفحص في أسرع وقت ممكن بعد وقوع الملامسة

#### ماذا سيحدث في قسم الطوارئ؟

سيطلب منك تقديم موافقة مدروسة حتى يتم فحص دمك  
للكشف عن فيروس نقص المناعة البشرية والتهاب الكبد B  
والتهاب الكبد C. سيتم تحديد علاجك بناءً على نوع التعرض  
للدّم أو سوائل الجسم ونتائج الاختبار. قد يحاول مقدم الرعاية  
الصحية المتابع لك أيضًا تحديد ما إذا كان من الممكن أن يكون  
دم الشخص أو سوائل جسمه التي لامستك معدية لفيروس  
نقص المناعة البشرية والتهاب الكبد B و C.

- في حال التعرض المحتمل لفيروس نقص المناعة البشرية، قد يبدأ مقدم الرعاية الصحية في وصف دورة من الأدوية المضادة للفيروسات دون انتظار نتائج الاختبار. ينبغي البدء بتناول هذه الأدوية في أسرع وقت ممكن، وتكون أكثر فعالية إذا تم البدء بتناولها في غضون ساعتين من التعرض. سيتم تحويلك إلى مقدم الرعاية الصحية المتابع لك إذا كنت بحاجة إلى الاستمرار في تناول هذه الأدوية لمدة شهر كامل.
- للمساعدة في حمايتك من مرض التهاب الكبد B، قد يتم إعطاؤك لقاح التهاب الكبد B والغلوبولين المناعي لالتهاب الكبد B. يحتوي الغلوبولين المناعي لالتهاب الكبد B على أجسام مضادة توفر حماية فورية ولكن قصيرة المدى ضد فيروس التهاب الكبد B. يوفر لقاح التهاب الكبد B حماية طويلة الأمد من خلال مساعدة جسمك على إنتاج أجسامه المضادة للفيروس.
- لا يوجد لقاح للوقاية من عدوى التهاب الكبد C. ستُظهر فحوصات الدم ما إذا كنت قد تعرضت لالتهاب الكبد C أو أصبت بفيروسه.
- إذا كنت تعاني من جرح أو إصابة خطيرة، قد تحتاج إلى تلقي لقاح الكزاز اعتمادًا على نوع الجرح وسجل تطعيماتك لمعرفة ما إذا كنت قد أصبت بعدوى ناتجة عن الحادث، ستحتاج إلى إجراء فحوصات دم للمتابعة بعد 3 و 6 أسابيع، ثم بعد 3 أشهر من التعرض.

بمقدور الدم وسوائل الجسم، مثل اللعاب، والمني والسوائل المهبليّة أن يحملوا فيروسات قد تنتشر إلى أشخاص آخرين. إذا لامست دم شخص ما أو سوائل جسمه، قد تكون عرضة لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية، أو التهاب الكبد B، أو التهاب الكبد C، أو غيرها من الأمراض المنقولة بالدم. لا تنتشر السوائل الأخرى، مثل العرق أو الدموع أو القيء أو البول، هذه الفيروسات إلا إذا كان الدم موجودًا فيها، وحتى في هذه الحالة، يكون الخطر منخفضًا.

#### ماذا أفعل إذا لامست الدم أو سوائل الجسم؟

في حال لامست الدم أو سوائل الجسم، تعامل معها دائمًا على أساس احتمال أن تكون معدية.

- في حال تعرضك لإصابة بإبرة مستعملة أو جسم حاد، اغسل المنطقة المصابة بالماء والصابون فقط. دع الجرح ينزف بحرية، ولكن لا تضغط عليه. لا تستخدم المبيض أو أي مطهر آخر على الجرح أبدًا.
- في حالة تناثر الدم أو سوائل الجسم على بشرة مصابة بجرح مفتوح أو قرحة في طور الشفاء أو خدش، اغسل المنطقة جيدًا بالماء والصابون فقط.
- في حال تناثرها في العينين أو الأنف أو الفم، اشطف جيدًا بالماء الجاري. في حال تعرضك للدغة، اغسل المنطقة المصابة جيدًا بالماء والصابون.
- في حال التعرض لاعتداء جنسي، توجه إلى قسم الطوارئ في المستشفى في أسرع وقت ممكن. إن الإبلاغ عن الحادثة فور وقوع الاعتداء الجنسي يمكن أن يساعد في الحفاظ على الأدلة. للحصول على مزيد من المعلومات حول الاعتداء الجنسي ولمعرفة خدمات الدعم المتوفرة، تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني.

[www2.gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/reporting-a-crime/what-is-a-crime/crime-examples/sexual-assault](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/reporting-a-crime/what-is-a-crime/crime-examples/sexual-assault)

- إذا كنت قد تعرضت للدم أو سوائل الجسم بأي من الطرق المذكورة أعلاه، قد تحتاج إلى علاج مثل اللقاح أو الدواء، في

## ما خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية، أو التهاب الكبد B، أو التهاب الكبد C؟

يعتمد خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية أو التهاب الكبد B أو C على كمية الفيروس في الدم أو سوائل الجسم ونوع الاتصال. على سبيل المثال، يشكل اختراق الجلد خطرًا أكبر من تناثر السائل على الجلد.

سيخبرك مقدم الرعاية الصحية في قسم الطوارئ ما إذا كان تعرضك للعدوى يعرضك لخطر الإصابة بهذه الأمراض.

## كيف أمانع انتشار العدوى إلى الآخرين؟

في بعض الأحيان، لا يمكن معرفة ما إذا كنت قد أصبت بعدوى بعد التعرض للدم أو سوائل الجسم إلا بعد مرور بضعة أشهر. وإذا كنت مصابًا بالعدوى، قد تنقلها إلى الآخرين. أثناء انتظار نتائج الاختبار، اتبع هذه الخطوات للمساعدة في منع انتشار العدوى إلى الآخرين:

- تجنب النشاط الجنسي (جنس الإيلاج أو الاستقبال أو الجنس الفموي). إذا مارست الجنس، استخدم الواقي الذكري (داخلي أو خارجي) في كل مرة. للحصول على معلومات حول الوقاية من الأمراض المنقولة جنسيًا، تفضل بزيارة ملف [HealthLinkBC رقم 08: الوقاية من الأمراض المنقولة جنسيًا \(STIs\)](http://HealthLinkBC.org/STIs)

- لا تتبرع بالدم أو البلازما أو الأعضاء أو حليب الثدي أو الأنسجة أو الحيوانات المنوية
- لا تشارك فرش الأسنان أو خيط تنظيف الأسنان أو شفرات الحلاقة أو أي أدوات أخرى قد تكون ملوثة بالدم أو سوائل الجسم.
- غطّ الجروح والخدوش المفتوحة حتى تلتئم.
- تخلص بعناية من أي شيء عليه دم، مثل السدادات القطنية، والفوط الصحية، والمناديل الورقية، وخيط تنظيف الأسنان، والضمادات. ضع الأدوات الحادة مثل شفرات الحلاقة المستعملة أو الإبر في حاوية معدنية أو بلاستيكية وأغلقها بشريط لاصق. تخلص من الأشياء في سلة المهملات - لا تضعها في حاوية إعادة التدوير
- لا تشارك الآخرين أدوات استنشاق المخدرات أو التدخين أو الحقن مثل الإبر والمحاقن والمصاصات والغلايين.
- إذا كنتِ ترضعين طفلك رضاعة طبيعية أو رضاعة صدرية وتعرضتِ للدم أو سوائل الجسم، تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية المتابع لك لمعرفة ما إذا كان يجب عليكِ الاستمرار في الرضاعة الطبيعية أو الرضاعة الصدرية.

إذا حدث حمل، يُرجى زيارة مقدم الرعاية الصحية المتابع لك أو الاتصال بعيادة أوك تري Oak Tree Clinic في مستشفى ومركز صحة المرأة في بريتش كولومبيا BC Women's Hospital and Health Centre على الرقم التالي: 604-875-2212 أو رقم مجاني في بريتش كولومبيا على 1-888-711-3030.

## كيف يمكنني تنظيف انسكاب السوائل أو الجروح بأمان؟

عند تنظيف الانسكابات، ارتدِ قفازات نظيفة يمكن التخلص منها واستخدم دائمًا مواد ماصة، مثل المناشف الورقية، أولاً لمسح الانسكاب. بعدها، نظف منطقة الانسكاب جيدًا بالماء والصابون، ثم طهرها باستخدام مبيض منزلي. ينبغي استخدام محلول حديث التحضير من المبيض للتطهير ويمكن تحضيره عن طريق خلط جزء واحد من المبيض مع 9 أجزاء من الماء. يجب ترك محلول التبييض على منطقة الانسكاب لمدة 10 دقائق على الأقل قبل مسحه.

ارتدِ قفازات نظيفة عند التعامل مع أي سوائل جسدية أو تنظيف الجروح أو الخدوش أو الإصابات. اغسل يديك بالماء والصابون فورًا بعد التخلص من القفازات في كيس بلاستيكي. أضف القفازات إلى حقيبة الإسعافات الأولية لديك حتى تكون مستعدًا.

## كيف أحمي نفسي والآخرين؟

- علم الأطفال والبالغين الذين يحتاجون إلى المساعدة ألا يلمسوا أبدًا إبرة أو محقنة أو وافي ذكري إذا وجدوا واحدًا. أخبرهم أن يستعينوا بشخص بالغ أو مساعد شخصي على الفور.
- إذا كنت بحاجة إلى التخلص من الإبر أو المحاقن أو الواقيات الذكرية المستعملة، افعل ذلك على الفور وبطريقة آمنة:
- ارتدِ دائمًا قفازات نظيفة يمكن التخلص منها أو استخدم ملقظًا أو كمامة لالتقاط هذه الأشياء
- ضع الواقيات الذكرية المستعملة في كيس بلاستيكي محكم الإغلاق، ثم ضعها في سلة المهملات بعيدًا عن متناول الأطفال أو الحيوانات الأليفة.
- ضع الإبر والمحاقن في وعاء معدني أو بلاستيكي ذي غطاء مقاوم للثقب. لا تُعد تغطية الإبرة أو تكسر طرفها. احرص دائمًا على توجيه الطرف الحاد لأسفل وبعيدًا عنك. لا تضع الإبر في القمامة المنزلية أو سلة إعادة التدوير. خذ العبوة المغلقة إلى صيدلية أو مركز تسليم محلي
- انزع القفازات إن كنت ترتديها، وتخلص منها في كيس بلاستيكي، واغسل يديك جيدًا بالماء والصابون.

## لمزيد من المعلومات

لمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة:

- [ملف HealthLinkBC رقم m08: فيروس نقص المناعة البشرية واختبارات فيروس نقص المناعة البشرية](#)
- [ملف HealthLinkBC رقم a18: لقاح الكزاز والدفتيريا \(Td\)](#)
- [ملف HealthLinkBC رقم a25: لقاح التهاب الكبد B](#)
- [ملف HealthLinkBC رقم a40: فيروس التهاب الكبد C](#)
- [ملف HealthLinkBC رقم 85: غسل اليدين: مساعد على وقف انتشار الجراثيم](#)

• إذا لم تكن الأداة التي استخدمتها (مثل الملاقط أو الكماشة) مخصصة للاستخدام لمرة واحدة، نظفها بالماء والصابون ثم طهرها بالمبيض أو أي مطهر مناسب آخر.

يُعد غسل اليدين من أفضل الطرق لمنع انتشار الجراثيم. اغسل جميع أجزاء يديك جيدًا بالماء والصابون العادي لمدة 20 ثانية على الأقل (وهي المدة الزمنية اللازمة لغناء أغنية الحروف الأبجدية أو أغنية عيد الميلاد). إذا لم يتوفر الصابون والماء، يمكنك استخدام معقم يدين كحولي، طالما أن يديك ليستا متسختين بشكل واضح.

اغسل يديك:

- قبل وبعد تحضير الطعام، أو تناوله، أو إطعام شخص آخر
- قبل الرضاعة الطبيعية أو الصدرية
- قبل وبعد تقديم الإسعافات الأولية
- قبل وبعد تقديم الرعاية لشخص ما
- بعد استخدام دورة المياه أو مساعدة شخص ما على استخدامها
- بعد تغيير الحفاضات
- بعد السعال أو العطس أو استخدام منديل ورقي
- بعد التعامل مع الدم أو سوائل الجسم
- بعد التعامل مع الأغراض المشتركة
- بعد التعامل مع الحيوانات الأليفة أو غيرها من الحيوانات
- بعد التعامل مع القمامة ومخلفات الحيوانات