

الرسائل الرئيسية الخاصة بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) للنازحين والموظفين في المواقع غير الرسمية بناءً على تعليمات وزارة الصحة والبيئة

الإصدار الأول | ٢٨ آذار ٢٠٢٠

السؤال: ماذا يحدث حالياً؟

الإجابة: في ٣١ كانون الأول ٢٠١٩، أبلغت منظمة الصحة العالمية عن تفشي فيروس كورونا المستجد، المعروف علمياً باسم كوفيد-19 (COVID-19). تم تسجيل أول حالة مؤكدة للإصابة بفيروس كورونا في العراق، في محافظة النجف في ٢٤ شباط ٢٠٢٠. بعدها تم الإبلاغ عن أربع حالات إصابة أخرى في محافظة كركوك في ٢٥ شباط، ثم تأكيد حالة إصابة أخرى في بغداد في ٢٧ شباط. حتى ٢٥ آذار، بلغ العدد الإجمالي للحالات: ٣٥٤ حالة إصابة موزعة في جميع أنحاء البلاد مع ٢٩ حالة وفاة. وبناء على ذلك، وتماشياً مع تعليمات وزارة الصحة والبيئة في بغداد، هناك العديد من التدابير الوقائية التي يجب اتخاذها من قبل المجتمع الإنساني لإحتواء فيروس كورونا المستجد.

الحركة وتوصيل الخدمات

السؤال: ما هي التعليمات المتعلقة بالحركة في المواقع غير الرسمية؟

الإجابة: في ٢٥ شباط، أصدرت وزارة الصحة تعليمات بشأن الإجراءات الوقائية التي يتعين اتباعها في المخيمات الرسمية في العراق لاحتواء تفشي فيروس كوفيد-19، بما في ذلك تقييد حركة الخروج من المخيمات والقيام بزيارات إلى المخيمات فقط في الحالات الملحة جداً. ومنذ ذلك الحين، فرضت الحكومة العراقية قيوداً على حركة الأشخاص في جميع أنحاء العراق من خلال فرض حظر التجول للحد من خطر تفشي الفيروس. تعتبر التعليمات التالية الصادرة عن وزارة الصحة بشأن المخيمات الرسمية مفيدة أيضاً للمواقع غير الرسمية كإجراء مؤقت، حيث أن الأشخاص الذين يدخلون ويخرجون إلى ومن المخيمات أو المتواجدين حول المخيمات يمكن أن يعرضوا سكان المخيم لخطر الإصابة بالفيروس ونشره:

- يكون تقييد الحركة داخل وخارج المخيمات، على النحو التالي:
 - يجب ألا يغادر سكان المخيم المخيمات إلا في حالات الطوارئ. كما مبين أدناه.
 - تشجيع سكان المخيم على الحد من دعوة أشخاص من خارج المخيم أو إيقافها تماماً، باستثناء عمال الإغاثة الذين يقدمون الخدمات الأساسية والمساعدات لسكان المخيم، لكن يتوجب عليهم الحفاظ على المسافة الآمنة للتباعد الاجتماعي والتي تبلغ متراً واحداً (٣ أقدام)، وكذلك الحفاظ على ممارسة أساليب النظافة العامة وغسل اليدين بشكل جيد.
- يجب إيقاف تجمع الأشخاص في مجموعات كبيرة، حتى أثناء توزيع المساعدات، وذلك لحماية السكان.

السؤال: ما هي الاحتياجات العاجلة؟

الإجابة: في حالة احتياج أحد أفراد الأسرة إلى مغادرة موقع النازحين غير الرسمي، يوصى باتباع الإجراءات الوقائية التي حددتها منظمة الصحة العالمية (انظر الصفحة ٣ من هذه الوثيقة). سيتم تحديد وحسم الاحتياجات الملحة من قبل السلطات المحلية، وقد تكون قابلة للتغيير بحسب الوضع. بعض الأمثلة عن الاحتياجات الملحة:

- أي حالة صحية طارئة أو الوصول إلى الخدمات الأخرى المنقذة للحياة.
- زيارة عائلية طارئة أو التجمع العائلي.
- لقاء هام مع / استدعاء من قبل السلطات.

يرجى التحدث إلى مدير المخيم حول التفاصيل المتعلقة بحالتك. من المحتمل أن تُتخذ القرارات الأساسية من قبل السلطات المحلية.

السؤال: ما هي الاحتياجات التي تعتبر أقل إلحاحاً؟

الإجابة: من أجل الحفاظ على المخيم كبيئة آمنة وصحية، وبناءً على طلب توخي الحذر، نوصي بصورة مؤقتة بإعتبار ما يلي من **الاحتياجات غير المُلحة:**

- شراء الخضروات والفواكه بشكل متكرر من محلات البقالة المتواجدة خارج المخيم (الحد من الذهاب إلى الأسواق المحلية، واعتماد الحصص التموينية للغذاء عند توفرها).
- الزيارات العادية للعائلة والأصدقاء.
- تجمع عدد كبير من سكان المخيم خارج مكان المعيشة (الخيمة) حتى في داخل المخيم.

السؤال: من يمكنه الدخول إلى المخيمات بشكل مستمر؟

الإجابة:

- جميع سكان المخيم المسجلين.
- جميع مقدمي الخدمات المسجلين.
- جميع الجهات الفاعلة الإنسانية العاملة بالفعل في المخيم.

السؤال: هل سيؤثر هذا على تقديم الخدمات الإنسانية في المواقع غير الرسمية؟

الإجابة: لتقليل احتمالية تفشي الفيروس، يتم إغلاق أو تقليص بعض الخدمات الإنسانية في الوقت الحالي، لتجنب التجمعات الكبيرة للأشخاص والحد من تنقل الأشخاص بين المدن العراقية وداخلها:

- بناءً على الأوامر الصادرة عن مديرية التربية والتعليم، تم إغلاق المدارس الابتدائية والثانوية والجامعات الرسمية في البلاد مؤقتاً، حيث يجب أن تكون التجمعات الكبيرة محدودة.
- تم إيقاف بعض الخدمات غير الضرورية، لتقليل تجمعات الناس وتقليل عدد مقدمي الخدمات الإنسانية الذين ينتقلون من مكان إلى آخر، للحد من إمكانية تفشي الفيروس.
- الخدمات الأساسية سيتم تقديمها بشكل مستمر، مع الحد من تجمعات سكان المخيم أثناء تلقي المساعدات. سيتم توفر الخدمات الأساسية بناءً على تعليمات وزارة الصحة والبيئة وكذلك وزارة الهجرة والمهجرين.

السؤال: لماذا يرتدي (بعض) العاملين في المجال الإنساني أقنعة الوجه؟

الإجابة: يرتدي الأشخاص الأصحاء قناعاً إذا كانوا يسعلون أو يعطسون وذلك من أجل الحد من فرصة إصابة الآخرين. يرتدي العاملين في المجال الإنساني أقنعة الوجه لحماية أفراد المجتمع، لأن العاملين في المجال الإنساني يأتون من خارج المخيم. يُعتمد هذا الإجراء الوقائي من أجل الحفاظ على بيئة آمنة وصحية داخل المخيمات. بالإضافة إلى ذلك، قد يكون هناك بعض الأشخاص في المخيمات يعانون من أعراض مماثلة لأعراض الأنفلونزا. ونظراً لأن عمال الإغاثة أيضاً لديهم عائلات ويلتقون بأشخاص آخرين، فإنهم يريدون حماية أنفسهم والحفاظ على صحتهم أيضاً.

السؤال: إلى متى ستبقى هذه الإجراءات الوقائية سارية؟

الإجابة: ترتبط هذه القاعدة بالتعليمات الحكومية للحد من انتشار فيروس كوفيد-١٩. هذه التدابير الوقائية هي لحماية وضمان سلامة الناس، وستواصل الحكومة رصد الوضع وتحديث تدابير الاحتياط وفقاً لذلك.

ماذا لو كانت هناك حالة مشتبه بإصابتها بفيروس كوفيد-١٩؟

السؤال: ما هي أعراض كوفيد-١٩؟

الإجابة: بعض الأشخاص الذين يعانون من فيروس كورونا المستجد (كوفيد-١٩)، لن يكون لديهم أي أعراض. وقد يعاني بعض الأشخاص من أعراض خفيفة وبعضهم يعاني من أعراض خطيرة. أعراض الفيروس هي مماثلة لأعراض الأنفلونزا تقريباً. ومن الأعراض الأكثر شيوعاً هي الحمى والسعال والشعور بالتعب والخمول. تشمل الأعراض الأخرى الأقل شيوعاً، الشعور بالأوجاع والآلام واحتقان الأنف وسيلان الأنف والتهاب الحلق أو الإسهال.

السؤال: ماذا لو كنت تشك في أن شخصاً ما في المخيم قد يكون مصاباً بفيروس كوفيد-١٩؟

الإجابة:

- إذا كنت تشك في احتمال وجود حالة مشتبه بها (تظهر عليه أعراض مماثلة لأعراض الأنفلونزا)، فعليك إبلاغ مقدم الرعاية الصحية في المخيم على الفور، أو في حالة غيابه يمكنك إبلاغ فريق إدارة وتنسيق المخيمات المتنقل. وإن لم يكونا متاحين، فيمكنك الاتصال برقم الخط الساخن لمحافظة (١٢٣ للعراق الفدرالي و ١٢٢ لإقليم كردستان).
- حافظ على المسافة الآمنة للتباعد الاجتماعي (على الأقل متراً واحداً، أي ٣ أقدام) بينك وبين أي شخص يسعل / يعطس، أو يعاني من ارتفاع في درجة الحرارة و / أو تظهر عليه علامات المرض.
- إذا كنت على اتصال بشخص يشتبه في إصابته بكوفيد-١٩، أو الذي تظهر عليه الأعراض الشائعة للأنفلونزا أو أعراض مماثلة لأعراض الزكام، فعليك إبلاغ مقدم الرعاية الصحية في المخيم هاتفياً (حتى يكون مستعداً لاستقبالك) قبل المضي قدماً نحو المرفق الصحي. في حالة عدم وجود مركز ثابت أو عام للصحة الأولية، يمكنك الاتصال بفريق إدارة وتنسيق المخيمات المتنقل.
- أي شخص كان على اتصال بشخص مشتبه في إصابته بفيروس كوفيد-١٩، يجب أن يعزل نفسه مؤقتاً إلى أن يتم فحص الحالة وتكون النتيجة سلبية، أما إذا كانت النتيجة إيجابية فيجب أن يعزل نفسه لمدة ١٤ يوماً.
- مارس أساليب النظافة الموضحة أدناه تحت "رسائل الصحة العامة" في جميع الأوقات.
- من فضلك لا تنشر أي معلومات غير مؤكدة عن إصابة الأصدقاء أو الأقارب أو الجيران بكوفيد-١٩. يمكن للشائعات أن تثير القلق بلا داع ويمكن أن تؤدي إلى التمييز ضد الأفراد وإلحاق وصمة بالفيروس بأولئك الأشخاص. ستقوم الجهات الصحية والسلطات المحلية بالإبلاغ عن الحالات المؤكدة في المنطقة.

السؤال: ماذا لو كنت أظن أنني مصاباً بفيروس كوفيد-١٩؟

الإجابة: إذا كنت تشك في أنك قد تكون مصاباً بفيروس كوفيد-١٩ (أي تظهر عليك أعراض مماثلة لأعراض الأنفلونزا، أو كنت على تواصل مع شخص يعاني من هذه الأعراض أو لديه سجل سفر إلى أي من البلدان المتضررة)، يرجى:

- أن تعزل نفسك في خيمتك أو منزلك.
- إبلاغ مقدم الرعاية الصحية في المنطقة على الفور. في حالة غيابه، يمكن الاتصال بفريق إدارة وتنسيق المخيمات المتنقل عبر الهاتف. إذا لم يكن أي من هذه الخيارات متاحاً، فاتصل برقم الخط الساخن الحكومي (١٢٣ للعراق الفدرالي و ١٢٢ لإقليم كردستان).
- الطلب من صديق أو قريب بإبلاغ الجهات المعنية عنك، في حال لم تتمكن من إبلاغهم عبر الاتصال هاتفياً.
- الاستمرار في الحفاظ على ممارسة أساليب النظافة الجيدة حتى وصول المساعدات الصحية.
- اخبار أفراد عائلتك وكل شخص كنت على اتصال وثيق به عن إصابتك بالفيروس، حتى يتمكنوا من عزل أنفسهم لتجنب احتمال نقشي الفيروس بشكل أكبر. يجب على أي شخص كان على اتصال بشخص قد يكون مصاباً بفيروس كوفيد-١٩ أن يعزل نفسه مؤقتاً إلى أن يتم فحص الحالة وتكون النتيجة سلبية، أما إذا كانت النتيجة إيجابية فيجب أن يعزل نفسه لمدة ١٤ يوماً.

- إذا كنت تستخدم مرافق المياه الصرف الصحي المشتركة، فغسل يديك بالماء والصابون قبل وبعد استخدام المرافق، وتأكد من تنظيف أي مواد أو أسطح تلمسها، بما في ذلك مقابض الأبواب والأقفال والمغاسل، لأن الفيروس يمكن أن ينتشر عن طريق لمس الأسطح، لكنه يقتل باستخدام بالصابون.

السؤال: ماذا لو كنت على تواصل وثيق بشخص قد يكون مصاب بفيروس كوفيد-19؟

الإجابة: إذا كنت على تواصل وثيق بشخص قد يكون مصاباً بفيروس كوفيد-19، يجب أن تعزل نفسك إلى أن يتم فحص الحالة وتكون النتيجة سلبية، وإذا كانت النتيجة إيجابية فيجب أن تمتد فترة العزل لمدة 14 يوماً، لتجنب احتمال تقشي الفيروس.

- العزلة الذاتية تعني أنه يجب عليك البقاء داخل خيمتك أو منزلك، وأن لا تكون على تواصل مع أشخاص آخرين بقدر الإمكان. حاول البقاء في غرفة منفصلة عن أفراد عائلتك، أو حافظ على مسافة التباعد الاجتماعي على الأقل متراً واحداً (3 أقدام) بينك وبينهم. لا يجوز لك الذهاب إلى السوق أو حضور عمليات التوزيع أو رؤية الأصدقاء أو العائلة أو أفراد آخرين في المجتمع.
- إذا تم التأكد من أن الشخص الذي كنت على تواصل وثيق معه مصاباً بفيروس كوفيد-19، فيجب عليك البقاء في عزلة ذاتية لمدة 14 يوماً. هذه هي الفترة الزمنية التي قد تستغرقها لإظهار الأعراض، أو إذا كنت بالفعل مصاباً بالفيروس. وحتى إذا كنت تشعر بأنك بحالة صحية جيدة، فمن المحتمل أنك ما زلت في فترة نقاهة التي يمكن أن تنتشر فيها الفيروس. ان تنفيذ العزل الذاتي على أكمل وجه يساعد كثيراً على عدم إصابة الآخرين بالفيروس بالصدفة.
- إذا كانت مرافق المياه الصرف الصحي التي تستخدمها (نقاط المياه والمرحاض والحمامات) مشتركة، فغسل يديك بالماء والصابون قبل وبعد الاستخدام، وتأكد من تنظيف أي مواد أو أسطح تلمسها بما في ذلك مقابض الأبواب والأقفال والمغاسل، لأن هذا الفيروس يمكن أن ينتشر عن طريق لمس الأسطح، لكنه يُقتل باستخدام بالصابون.
- إذا كنت بحاجة إلى شراء المواد الغذائية من الأسواق، فاطلب المساعدة من أفراد الأسرة أو الجيران لتلبية المواد التي تحتاجها، ولكن يجب أن يظل الشخص الذي يقوم بتوصيل هذه المواد إليك على بعد متر واحد (3 أقدام) على الأقل.
- في حال وجود توزيعات خلال فترة العزل الذاتي، لا تحضر موقع التوزيع شخصياً، وإنما اتصل بمقدمي التوزيعات أو الفريق المتنقل لإدارة وتنسيق المخيمات، وهم سيقومون بتوصيل التوزيعات إليك.
- إذا ظهرت عليك أعراض الفيروس، فعليك إبلاغ مقدم الرعاية الصحية في المخيم.

رسائل حول الصحة العامة

السؤال: ما هي طرق الوقاية التي يمكنني القيام بها بنفسني؟

الإجابة:

- ✓ اغسل يديك بشكل متكرر: قم بتنظيف يديك بانتظام وبدقة عن طريق معقم اليدين الذي يحتوي على الكحول أو اغسلهما بالماء والصابون. يجب غسل اليدين في الحالات التالية:

- بعد السعال أو العطس
- عند رعاية المرضى
- قبل وأثناء وبعد إعداد الطعام
- قبل تناول الطعام
- قبل استخدام مرافق الصرف الصحي (نقاط المياه العامة والمرحاض والحمامات)
- بعد استخدام مرافق الصرف الصحي (نقاط المياه العامة والمرحاض والحمامات)
- عندما تكون الأيدي ممتسخة بشكل واضح

- بعد التعامل مع الحيوانات أو نفايات الحيوانات
- بشكل دوري، بغض النظر عن الأنشطة التي كنت تقوم بها

لماذا؟ إن غسل يديك بالماء والصابون أو باستخدام معقم اليدين الكحولي، يزيل ويقتل الفيروسات التي قد تكون ملوثة من الأسطح على يديك. لأنه حتى أثناء القيام بالأنشطة اليومية المعتادة فمن الممكن أن تلمس الأشياء الملوثة، فلهذا من الممارسات الجيدة للنظافة هو غسل يديك بانتظام.

✓ **حافظ على المسافة الاجتماعية الآمنة بينك وبين الآخرين:** حافظ على مسافة لا تقل عن متراً واحداً (3 أقدام) بينك وبين أي شخص يسعل أو يعطس. تجنب الاتصال عن قرب إن كنت تعاني من السعال والحمى. من الضروري أن تأخذ في نظر الاعتبار، أن الأسطح حول الشخص المريض يمكن أن تكون ملوثة برداذ مرافق لسعال وعطس المريض. لذلك، تجنب لمس الأسطح وغسل يديك بشكل متكرر، حتى إذا لم تكن متسخة مرئياً.

لماذا؟ عندما يسعل الشخص المصاب أو يعطس، يقوم برش رذاذ تنفسي صغير من أنفه أو فمه الذي قد يحتوي على الفيروس. فإذا كنت قريباً جداً من ذلك الشخص، من الممكن أن تستنشق رذاذ مرافق لسعال أو عطس المريض والذي قد يلوث الأغشية المخاطية حول الأنف والفم والعينين.

✓ تجنب لمس العينين والأنف والفم

لماذا؟ تلمس الأيدي العديد من الأسطح ويمكن أن تلوثها الفيروسات التي يتم تصريفها من شخص مصاب والبقاء لفترة من الوقت على الأسطح. يمكن للأيدي الملوثة نقل الفيروس إلى عينيك أو أنفك أو فمك. من هناك، يمكن أن يدخل الفيروس جسمك ويصيبك بالمرض.

يجب استخدام المظهرات التي تحتوي على الكحول على الأيدي وليس على القفازات. القفازات لا تحميك إذا لم يتم استخدامها بشكل صحيح، أي إذا لمست وجهك وأنت مرتدياً للقفاز، قد يشكل هذا خطراً عليك. يجب التخلص من القفازات ذات الاستخدام الواحد في أقرب وقت أي في غضون فترات زمنية قصيرة، خاصة إذا كنت قد قمت بأي عمل قد يتسبب في أتساخها.

✓ **حافظ على نظافة الجهاز التنفسي:** عند السعال والعطس، يجب تغطية الفم والأنف بالكوع (مفصل اليد) أو المناديل الورقية. ثم أرمي المناديل الورقية في حاوية مغلقة مباشرة بعد الاستخدام. قم بغسل اليدين بالماء والصابون أو تعقيمهم بمطهر كحولي بعد ذلك. تجنب البصق في الأماكن العامة.

✓ في حالة استخدام الأقنعة، تأكد من عدم لمسها أو إعادة استخدامها بعد تناول الطعام، لأنها تتلوث بمجرد لمسها أو إزالتها. حاول أن تتخلص قدر الإمكان من الأقنعة المستخدمة (خاصة إذا أصبحت رطبة) وأن تستخدم أقنعة جديدة مع مراعاة التدابير المناسبة.

لماذا؟ الرذاذ المرافق لسعال وعطس المريض يساعد على تفشي الفيروس. لكن من الحفاظ على نظافة الجهاز التنفسي بشكل جيد، فإنك تحمي الأشخاص من حولك من الفيروسات مثل نزلات الزكام والإنفلونزا وفيروس كورونا المستجد.

✓ **حافظ على سلامة الأغذية:** استخدم ألواح تقطيع مختلفة وسكاكين للحوم النيئة والأطعمة المطبوخة. اغسل يديك أثناء إعداد الطعام وعند ملامسة الطعام المطبوخ وغير المطبوخ. لا تأكل الحيوانات المصابة بالأمراض والحيوانات التي ماتت بسبب الأمراض. حتى في المناطق التي تعاني من تفشي المرض، يمكن استهلاك منتجات اللحوم بأمان إذا تم طهيها جيداً وبشكل صحيح أثناء إعداد الطعام.

لماذا؟ هناك فرضية بأن البشر أصيب بهذا الفيروس من خلال تناوله للمنتجات الحيوانية الملوثة. وبما أن الفيروس يموت بدرجات حرارة عالية، لذا فإن طهي اللحوم جيداً سيساعد على حمايتك من الإصابة.

✓ **اطلب الرعاية الطبية:** إذا كنت تعاني من الحمى والسعال وصعوبة في التنفس، فاطلب الرعاية الطبية مبكراً.

لماذا؟ إن الحصول على الرعاية الطبية مبكراً سيمنعك من نقل المرض للآخرين ويساعدك على تلقي العلاج من خلال تشخيص أعراضك بسرعة أكبر.

السؤال: هل المضادات الحيوية فعالة في الوقاية من فيروس كورونا المستجد وعلاجه؟

الإجابة: كلا، لا تساعد المضادات الحيوية بمكافحة فيروس كورونا المستجد أو علاجه، بل يقضي على البكتيريا فقط. فيروس كورونا المستجد هو فيروس وليس بكتيريا وبالتالي لا ينبغي استخدام المضادات الحيوية كوسيلة للوقاية أو العلاج.

السؤال: هل يمكن أن يساعد رش الكحول أو الكلور على جميع أنحاء الجسم على قتل فيروس كورونا المستجد؟

الإجابة: كلا. إن رش الكحول أو الكلور على جميع أنحاء جسمك لن يقتل الفيروسات التي دخلت جسمك بالفعل. قد يكون رش هذه المواد ضاراً بالملايس أو العينين والفم. انتبه إلى أن كلاً من الكحول والكلور يمكن أن يكون مفيداً لتطهير الأسطح، لكن يجب استخدامها في إطار التعليمات المناسبة.