

داء البروسيلات

التحديث الأخير 23-12-2025

الحقائق الرئيسية

- داء البروسيلات Brucellosis، المعروف أيضًا باسم الحمى المتموجة (undulating fever) أو الحمى المالطية، هو مرض حيواني المصدر تسببه بكتيريا من جنس البروسيلة، ويصيب بصورة رئيسية الثروة الحيوانية مثل الأبقار والأغنام والماعز والخنازير. وأكثر الأنواع المسببة للعدوى لدى الإنسان شيوعًا هي البروسيلة المالطية (*Brucella melitensis*) (وهي الأكثر انتشارًا)، والبروسيلة المجهضة (*Brucella abortus*)، والبروسيلة الخنزيرية (*Brucella suis*)، والبروسيلة الكلبية (*Brucella canis*).
- ينتشر داء البروسيلات في مختلف أنحاء العالم، ولا سيما في المناطق التي تعاني من ضعف في إدارة الثروة الحيوانية والخدمات البيطرية، بما في ذلك أجزاء من إفريقيا وحوض البحر الأبيض المتوسط والشرق الأوسط وأمريكا اللاتينية.
- يمكن أن يُصاب الإنسان بداء البروسيلات من خلال المخالطة المباشرة للحيوانات المصابة أو أنسجتها، أو عن طريق استهلاك منتجات حيوانية ملوثة مثل الحليب أو الجبن غير المبستر.

طرق انتقال العدوى

- استهلاك منتجات الألبان النيئة أو غير المبسترة، بما في ذلك الحليب والجبن والزبدة، المصنوعة من حيوانات مصابة.
- التعامل مع أنسجة أو أعضاء أو دم أو بول أو مشيمة الحيوانات المصابة، خاصة أثناء الذبح أو الإجراءات البيطرية أو تجهيز اللحوم.
- استنشاق البكتيريا المحمولة جويًا، ويحدث ذلك في المختبرات أو أثناء التعامل مع الحيوانات المصابة.
- التعرض البيئي في المناطق التي تحتوي على مستويات مرتفعة من نفايات الحيوانات.
- انتقال العدوى من الأم المصابة إلى طفلها أثناء الولادة أو من خلال الرضاعة الطبيعية.
- الانتقال من شخص لآخر غير شائع.

الأكثر عرضة للإصابة بالمرض

- الأفراد الذين يعملون على تماس متكرر مع الحيوانات أو منتجاتها، مثل المزارعين والأطباء البيطريين وعمال المسالخ وموظفي المختبرات.
- مستهلكو منتجات الألبان غير المبسترة.
- المسافرون إلى المناطق الموبوءة أو المقيمون فيها.

الأعراض والعلامات

في الحيوانات

- عادةً، لا تظهر علامات المرض في الحيوانات إلا عند حدوث علامات مرتبطة بالتكاثر.
- الإجهاض يحدث في الإناث الحوامل المصابة أحياناً، أو تلد بعض الحيوانات صغاراً ضعيفة ومعرضة للأمراض.
- تورم الخصيتين في الذكور أحياناً.
- التهاب المفاصل أحياناً.
- في الخيول، يظهر تورم في الرقبة أو الظهر (يُعرف باسم الندوب الصديدية للكتف أو الرأس). الإناث الحوامل المصابة تُجهض أحياناً.

ملاحظة: يُعد من أهم آثار داء البروسيلات تأثيره على الأداء التناسلي للحيوانات، نتيجة الإجهاض، العقم، احتباس المشيمة، موت المواليد عند الولادة، أو ولادة صغار ضعيفة، مما يؤدي إلى خسائر اقتصادية كبيرة لمربي الأبقار والأغنام والماعز والخنازير.

في الإنسان

- المرحلة الحادة
 - الحمى، غالباً متقلبة (الحمى المتموجة)
 - التعرق، خاصة أثناء الليل
 - التعب والضعف العام
 - آلام العضلات والمفاصل
 - الصداع
- المرحلة المزمنة
 - الحمى المستمرة أو المتكررة
 - التهاب المفاصل وآلام المفاصل
 - تورم الخصيتين ومنطقة الصفن
 - أعراض عصبية تشمل الاكتئاب والتعب والصداع

ماذا تستطيع أن تفعل للوقاية ومكافحة الأوبئة؟

- أكثر استراتيجيات الوقاية فعالية هي القضاء على العدوى في الحيوانات.
- مراقبة المجتمع وتحديد الأشخاص والحيوانات المصابة.
 - اكتشاف الأشخاص والحيوانات المصابة بسرعة لإحالتهم إلى المرافق الصحية المناسبة.
 - مراقبة المجتمع لرصد تجمعات الحيوانات المصابة أو الناظفة.
 - الإبلاغ عن أي تجمعات للحالات إلى المشرف، أو سلطات صحة الحيوان والرفق به، و/أو السلطات الصحية.
 - تشجيع عزل الحيوانات المصابة عن الحيوانات السليمة.
- منع أفراد المجتمع من نقل الحيوانات المصابة إلى الأسواق أو أي أماكن تلتقي فيها بحيوانات أو أشخاص آخرين.
 - تشجيع الحد من الاتصال بين الحيوانات المصابة والبشر.
 - تقليل الاتصال بين الحيوانات المصابة والسليمة، ومنع وصول الحيوانات المصابة إلى الأسواق، وما إلى ذلك

علاج الحالات وإدارتها

- وصى بتلقيح الأبقار والماعز والأغنام في المناطق التي تشهد معدلات عالية لانتشار المرض بين الحيوانات.
- إحالة الحالات البشرية والحيوانية المشتبه بها للفحص والعلاج.
 - إحالة الأشخاص إلى المرافق الصحية المناسبة.
 - إبلاغ سلطات صحة الحيوان والرفق به والمهنيين أو مقدمي الرعاية (مثل الأطباء البيطريين) عن الحالات المشتبه بها في الحيوانات.
- في حال توفر العلاج بالمضادات الحيوية والعلاج الداعم (للحيوانات أو البشر)، تشجيع الأشخاص على طلب العلاج وإكماله وفق تعليمات مقدمي الرعاية الصحية.
- تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للشخص المصاب وعائلته.

التعامل الآمن مع الحيوانات

- ممارسات التعامل والذبح الآمنة، بما في ذلك الإشراف وفحص اللحوم.
- على الأشخاص العاملين مع الحيوانات أو منتجاتها ارتداء الملابس والأدوات الواقية واتباع ممارسات النظافة الموصى بها.

الحماية الشخصية والنظافة

- تعزيز غسل اليدين بالصابون.
 - قبل: إعداد الطعام، تناول الطعام، إطعام طفل، معالجة الجروح، أو العناية بالأشخاص المرضى.
 - بعد: استخدام المراض أو تنظيف الطفل، لمس النفايات أو القمامة (خاصة عند التعامل مع نفايات القوارض)، لمس الحيوانات أو إطعامها، النفخ في الأنف أو السعال أو العطس، معالجة الجروح، أو العناية بالأشخاص المرضى.
- في الأعمال الزراعية وتجهيز اللحوم، يرتدي العاملون الملابس الواقية ويضمنون التعامل السليم والتخلص الصحيح من المشيمة وجثث الحيوانات والأعضاء الداخلية.

نظافة وسلامة الغذاء والماء

- طهى المنتجات الحيوانية جيداً، بما في ذلك اللحوم والحليب والأحشاء.
- غلي أو تسخين الحليب قبل شربه لقتل الجراثيم الضارة والوقاية من الأمراض التي يمكن أن تنتقل من الحيوانات إلى البشر.

التعبئة المجتمعية والتثقيف الصحي

- في البلدان التي لا يمكن فيها القضاء على المرض في الحيوانات عن طريق التطعيم أو التخلص من الحيوانات المصابة، تستند الوقاية من العدوى البشرية أساساً إلى التوعية، وتدابير سلامة الغذاء، والنظافة المهنية، وسلامة المختبرات.
- تنفيذ حملات توعوية حول تجنب منتجات الحليب النيئة وغير المعالجة وغير الآمنة.
- الاطلاع على الإرشادات التفصيلية الصادرة عن السلطات الصحية وسلطات صحة الحيوان المعنية.
 - التنسيق مع المهنيين الصحيين في قطاعي الصحة البشرية وصحة الحيوان للحصول على المشورة الصحية ورسائل التثقيف حول أفضل الممارسات الصحية.
 - تعزيز الممارسات الصحية الموصى بها، بما في ذلك التعامل الآمن مع الحيوانات واستخدام الملابس والمعدات الواقية.
- تطبيق هذه الإرشادات كنموذج وإطلاع أفراد المجتمع على التوصيات الصحية السارية.

- تقديم الدعم والتشجيع للأشخاص لاتباع الإرشادات.
- السعي لفهم أسباب عدم اتباع الإرشادات الصحية، إن وجدت.
- بتوجيه المشرف والسلطات الصحية، العمل مع المجتمعات لإزالة العوائق أمام اتباع الإرشادات والممارسات الصحية الموصى بها.

الخرائط وتقييم المجتمع

- إعداد خريطة للمجتمع
- تحديد المعلومات التالية على الخريطة:
 - كم عدد الأشخاص والحيوانات المصابين بداء البروسيلات؟ وأين؟
 - كم عدد الأشخاص الذين توفوا؟ وأين؟ ومتى؟
 - كم عدد الحيوانات التي توفيت؟ وأين؟ ومتى؟
 - من هم الأشخاص الأكثر عرضة للخطر وأين هم؟ (أين توجد المزارع، المسالخ، معامل الصوف، إلخ؟)
 - أين توجد مرافق غسل اليدين في المجتمع؟ (هل توجد محطات في أسواق الحيوانات وأماكن تجمع الماشية الأخرى؟)
 - هل يتوفر الصابون والماء دائماً؟
 - أين تقع مرافق والخدمات الصحية المحلية؟ (يشمل المعالجين التقليديين)
- تسجيل المعلومات التالية على ظهر الخريطة:
 - متى بدأ الأشخاص والحيوانات بالمرض بداء البروسيلات؟
 - كم عدد السكان في المجتمع المتأثر؟ كم عدد الأطفال دون الخامسة؟ كم عدد الأشخاص الذين يعملون مع الماشية بانتظام؟
 - هل يقوم الأشخاص بطهي اللحوم والحليب جيداً قبل تناولها؟
 - هل تعمل أي وكالات لصحة الحيوان، أو أطباء بيطريون، أو جهات تابعة لوزارة الزراعة في المنطقة؟
 - ما هي عادات المجتمع وممارساته ومعتقداته بشأن رعاية وإطعام الأشخاص المرضى؟
 - ما هي عادات المجتمع وممارساته ومعتقداته بشأن رعاية وذبح الحيوانات؟
 - هل توجد معتقدات أو تصورات مجتمعية أو ثقافية أو دينية بشأن رعاية وذبح الحيوانات؟
 - ما هي عادات المجتمع وممارساته ومعتقداته بشأن الحيوانات المريضة أو النافقة؟
 - كيف يتخلص الناس من جثث الحيوانات (بالحرق، الدفن، الأكل، إلخ)؟
 - هل يوجد برنامج للتعبئة المجتمعية أو التثقيف الصحي؟
 - ما هي المصادر التي يستخدمها الناس أو يتقنون بها أكثر للحصول على المعلومات؟
 - هل توجد شائعات أو معلومات مضللة حول داء البروسيلات؟ وما هي هذه الشائعات؟
 - دور النساء في إدارة الماشية: رعاية الحيوانات، جمع العلف، وبيع المنتجات الحيوانية في الأسواق.

أنشطة المتطوع

- 01. المراقبة المجتمعية (الرصد المجتمعي)
- 02. رسم الخريطة المجتمعية
- 03. التواصل مع المجتمع المحلي

- 04. الإحالة إلى المرافق الصحية
- 19. الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي
- 29. تعزيز النظافة الصحية
- 31. صحّة الأغذية
- 32. الصرف الصحي
- 33. تشجيع استخدام المراحيض وصيانتها
- 34. غسل الأيدي بالصابون
- 41. مناولة الحيوانات وذبحها
- 43. التوعية الاجتماعية والتواصل لتغيير السلوك
- 44. التعامل مع الشائعات

مصادر أخرى

- منظمة الصحة العالمية: [داء البروسيلات](#) ، 2020
- منظمة الصحة العالمية: [داء البروسيلات في البشر والحيوانات](#) ، 2006
- <https://www.who.int/publications/i/item/9789241547130>
- مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها: [حول داء البروسيلات](#)، 2024
- المنظمة العالمية لصحة الحيوان: [داء البروسيلات](#)، (بدون تاريخ)
- المنظمة العالمية لصحة الحيوان: [داء البروسيلات](#)، 2022

01. المراقبة المجتمعية (الرصد المجتمعي)

لمحة عامة

- المراقبة المجتمعية هي عملية الكشف والتبليغ المنهجي عن الأحداث الصحية العامة الهامة (مثل الأمراض أو الوفيات المفاجئة لدى البشر أو الحيوانات) داخل المجتمع، التي يقوم بها أفراد المجتمع والمتطوعون¹. هي مبادرة صحية عامة بسيطة، قابلة للتكيف ومنخفضة التكلفة، صممت لتكمل نظم الإنذار المبكر للأمراض الوبائية المحتملة.
- يستخدم المتطوعون ما يُعرف بـ "تعريف الحالة المجتمعية" للكشف عن علامات وأعراض الأمراض المحتملة والمخاطر الصحية والأحداث والإبلاغ عنها والمساهمة في الأنشطة المجتمعية واستجابة السلطات الصحية المحلية. صُممت تعريفات الحالات المجتمعية لتتوافق مع اللغة المحلية ولا تتطلب تدريباً طبياً للإبلاغ عنها.
- يجب مشاركة المعلومات التي يتم الحصول عليها خلال عملية المراقبة مع الفرع المحلي والسلطات الصحية وفق البروتوكول المتفق عليه، وحيثما كان ذلك مناسباً (مثل الأمراض المشتركة بين الإنسان والحيوان أو الأحداث الصحية البيئية)، يجب أيضاً مشاركة المعلومات مع سلطات الصحة الحيوانية والبيئية.
- يمكن تنفيذ المراقبة المجتمعية جنباً إلى جنب مع أنشطة أخرى متعلقة بالصحة، المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية، أو التفاعل المجتمعي ضمن المجتمع؛ ولذلك فهي ليست نشاطاً مستقلاً بذاته، بل نشاطاً يُفضل دمج مع أنشطة مجتمعية أخرى.
- تُسهم المراقبة المجتمعية في:
 - الكشف المبكر عن المخاطر الصحية العامة داخل المجتمع.
 - تكملة نظم الإنذار المبكر، والتوسع بها لتغطي المجتمع.
 - ربط الكشف المبكر بالإجراءات المبكرة داخل المجتمع.

ما الذي يجب أن تفعله وكيفية القيام به

- الأنشطة التحضيرية
 - التعاون مع المشرفين في رسم خرائط احتياجات المجتمع وألويات الأمراض البشرية والحيوانية والبيئية (انظر أداة العمل: رسم خرائط المجتمع).
 - التعرف على الأمراض المحتملة في المجتمع، بما في ذلك العلامات والأعراض.
 - تحديد الفئات الأكثر عرضة للإصابة في المجتمع؛ مما يساعد على التعرف على الأشخاص الأكثر احتمالاً للإصابة بالمرض.
 - التأكد من وضوح آليات الإحالة في حال مرض أي عضو من المجتمع واحتاج إلى إحالة للمرافق الصحية لتلقي الرعاية.
 - المشاركة في أنشطة التفاعل المجتمعي مثل السينما المتنقلة والزيارات المنزلية وغيرها، للبقاء كعنصر فعال وجهة معروفة لدى المجتمع.
- التعرف على الحالات
 - الكشف عن العلامات والأعراض المرتبطة بالمخاطر أو الأحداث الصحية البشرية أو الحيوانية أو البيئية في المجتمع، بما يتوافق مع تعريفات الحالات المجتمعية.
 - عند الكشف عن أشخاص مصابين بالمرض، تقييم شدة حالتهم وما إذا كانوا بحاجة إلى إحالتهم إلى مرفق صحي (انظر أداة العمل: الإحالة إلى المرافق الصحية).
- الإبلاغ
 - الإبلاغ عن المخاطر الصحية أو الأحداث المكتشفة في المجتمع إلى المشرف وفق المنهجية التي جرى التدريب عليها (مثل الرسائل النصية أو المكالمات الهاتفية أو تطبيقات الهواتف المحمولة). يجب أن يكون الإبلاغ منظماً، ولتجنب الالتباس، يتعين على جميع المبلغين اتباع نفس الطرق المتفق عليها في البروتوكول وخلال التدريب.
 - سيراجع المشرف التقرير للتأكد من مطابقته لتعريف الحالة المجتمعية أو لمتطلبات الأحداث غير العادية المتفق عليها مع

- السلطات الصحية، وإذا كان مطابقاً، يتم تصعيد التنبيه إلى السلطات الصحية المحلية للرد أو التحقيق.
- بعد التحقق، سيعمل المشرف على إبلاغ السلطات المختصة في مجالي الصحة الحيوانية والبيئية بالأحداث الصحية الحيوانية والوبائية والبيئية المهمة، وخاصة تلك التي تشكل خطراً على صحة الإنسان.
 - الاستجابة
 - الشروع في تنفيذ الأنشطة على مستوى المجتمع استناداً إلى الخطر الصحي، مع الالتزام باحتياطات السلامة المقررة.
 - الإحالة أو الرعاية المنزلية
 - إيصال رسائل ومعلومات صحية محددة، وإحالة المرضى بسرعة إلى المرافق الصحية.
 - إذا كان من الممكن رعاية المرضى في المنزل، يجب توعية أسرهم بكيفية التعامل مع الحالة وتزويدهم بالمعلومات والمواد اللازمة قدر الإمكان، مع الاستفادة من "إجراءات المتطوعين" الواردة في مجموعة أدوات مكافحة الأوبئة **ECV** بما يتوافق مع الخطر الوبائي المشتبه به.
 - دعم السلطات الصحية في عملية التحقيق أو الاستجابة، ومتابعة التنبيه.
 - عند الاقتضاء، التعاون مع المسؤولين في قطاعات صحة الحيوان والبيئة ودعمهم في التحقيق المشترك والاستجابة وتبادل المعلومات.
 - موارد إضافية حول المراقبة (الرصد) المجتمعية: <https://cbs.ifrc.org/>

رسائل المجتمع



24. العثور على الأشخاص المرضى

02. رسم الخريطة المجتمعية

لمحة عامة

تتيح لك الخريطة المجتمعية ربط القضايا أو المشكلات بأماكن معينة وتسهيل رؤية المعلومات. غالبًا ما تكون الخرائط أسهل في الفهم من الكلمات.

يساعد رسم الخرائط في:

- تحديد المخاطر وحالات التعرّض للمخاطر
 - من هي الجهات الأكثر عرضة للخطر
 - ما هو الخطر المعرّض له
- إظهار المشاكل مواطن الضعف القائمة (قد يزيد بعضها من خطورة التهديد الحالي)
- فهم الموارد داخل المجتمع المحلي التي قد تكون مفيدة في إدارة الوباء
- الحصول على معلومات حول القطاعات الأخرى (مثل سبل العيش والمأوى والمياه والاصحاح، والبنية التحتية وغيرها) التي قد تتأثر بالوباء، أو التي قد تكون مفيدة في إدارته
- تحليل الروابط والأنماط في حالات التعرّض للوباء وانتشاره والتي قد تشمل ديناميكيات انتقال العدوى من إنسان إلى إنسان، أو التعرض للحيوانات، أو النواقل أو الطعام، بالإضافة إلى المخاطر السلوكية والعوامل البيئية المؤثرة على الصحة.

من المهمّ رسم الخريطة مع أعضاء المجتمع المحلي. يساعد ذلك المجتمعات على أن تكون نشطة وأن يكون الأفراد أعضاءً مشاركين في الرعاية التي يقدمها الصليب الأحمر والهلال الأحمر والمتطوعون.

تعدّ مشاركة السكّان في رسم الخرائط أمرًا مفيدًا جدًّا في حالات تفشّي الأوبئة لأنّه يساعدك على معرفة أين تكمن أكبر المشاكل والاحتياجات، كما يُساعد على تحديد المخاطر والموارد مثل المراكز الصحية ومركبات الطوارئ والطرق الفرعية والملاجئ ومصادر المياه إلخ. يمكن استخدام الخرائط لدعم خطط التأهب والمواجهة قبل أن يتفشّي الوباء.

كيفية إعداد خريطة مجتمعية

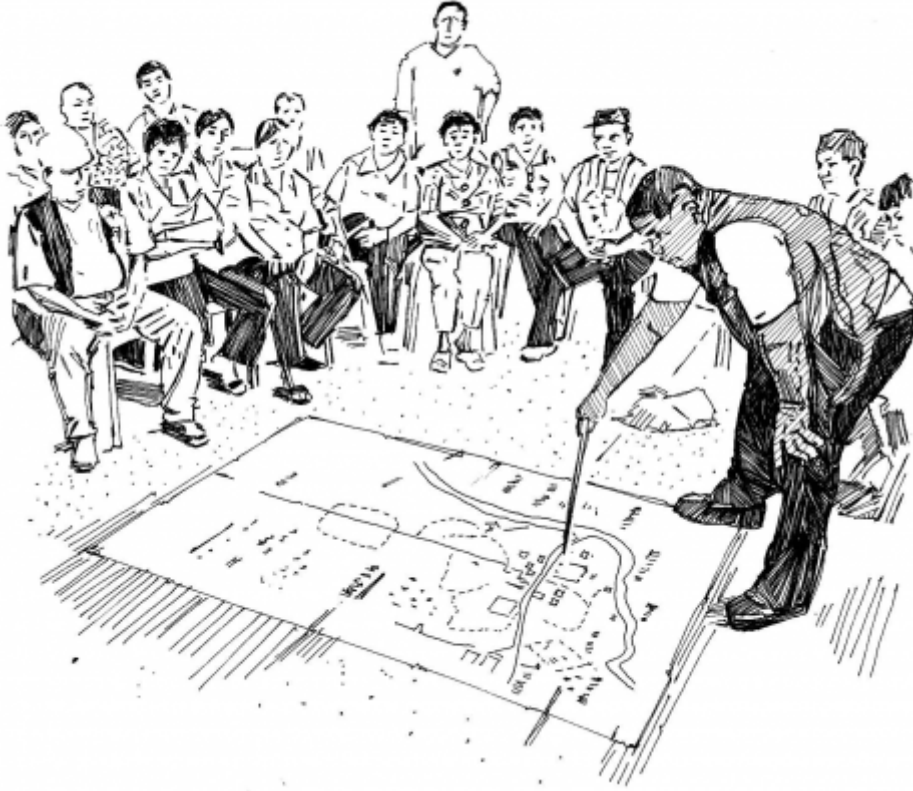
يجب الاستحصال على خريطة مجتمعية رقمية أو إنشائها إذا أمكن ذلك. أما إذا لم تكن متاحة، فمن الممكن رسم خريطة مكانية بسيطة تعرض المجتمع المحلي وجميع نقاطه المرجعية الرئيسية. مع الحفاظ على المبادئ الأساسية لحماية البيانات، يجب أن تتضمن تلك الخريطة ما يلي:

- المجتمع المحلي بأكمله: أماكن تركّز الناس ومواقع منازلهم وأماكن معيشتهم
- المواقع الرئيسية المشتركة/العاقبة في المجتمع المحلي مثل المدارس، المراكز الصحية، أماكن العبادة، مصادر الماء، الأسواق، وميادين اللعب، ومراكز التجمع المجتمعي، ومناطق تربية المواشي الجماعية ومواقع كسب العيش مثل حظائر الأبقار، وأسواق الطيور الحية، والمسالخ، وغيرها.
- موقع الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة [إذا كان بإمكانك تحديدهم]
- مكان بداية تفشّي الوباء وكيفية انتشاره [إذا كان من الممكن تحديد ذلك]
- الأخطار والمخاطر الصحية (على سبيل المثال، المواقع غير الملائمة للتخلّص من القمامة، مواقع تكاثر ناقلات الأمراض الواسعة)

استخدام الخريطة المجتمعية

يمكن وضع علامات على الخريطة تشير إلى الحالات الجديدة و/أو الحالات المُحالة. افعل ما يلي:

- قُم بتشكيل فرق لتغطية مناطق معينة من الخريطة.
 - لضمان مشاركة أعضاء من المجتمع المحلي. يتعين على كل فريق أن يُحدّد الوضع في المنطقة الموكلة إليه (عدد الأشخاص المرضى، والمعرّضين للإصابة بالمرض، وعدد الذين أحيلوا إلى السلطات الصحية، وأي معلومات أخرى ذات صلة). إذا تم الاشتباه في تفشي مرض حيواني المنشأ، ينبغي معرفة من في المجتمع يرّي الحيوانات، وعدد الحيوانات المريضة أو النافقة، و/أو وجود نواقل في المنازل أو البيئة المحيطة أو حتى في مصادر المياه القريبة. اعمل مع المدير المسؤول عنك لاستهداف الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بالمرض ومنحهم الأولوية. سيتطلب ذلك استهدافًا جغرافيًا، وضمن تلك المناطق المحددة، استهداف الفئات الأكثر احتياجًا بناءً على تحليل لمواطن الضعف والقدرات الذي يتضمّن تحليلًا للنوع الاجتماعي والتنوع.
- قم بجمع خرائط مختلف الفرق. وجمعها ستمكّن من معرفة:
 - المناطق الموبوءة التي تغطّيها، وتلك التي قد لا تشملها تغطيتك، والتفاصيل الخاصة بكلّ منطقة. وسوف يساعدك ذلك على وضع خطة عملك. بعض الإجراءات قد تشمل: تنظيف البيئة؛ توزيع الناموسيات؛ إجراء حملات للتلقيح؛ الحجر الصحي، وتدابير الأمن البيولوجي للحيوانات، وغيرها من الأنشطة الأخرى المرتبطة بإدارة الوباء.



إعداد خريطة مجتمعية.

03. التواصل مع المجتمع المحلي

لمحة عامة

قد يصعب التواصل أثناء انتشار وباء معين. فتفتشي الأمراض، لا سيما الجديد منها، قد يُسبب حالات من عدم اليقين والخوف والقلق والتي بدورها قد تؤدي إلى انتشار الشائعات والمعلومات المضللة والمعلومات الخاطئة. بالإضافة إلى ذلك، قد لا يتق الناس بالسلطات أو النظام الصحي أو المنظمات بما في ذلك الصليب الأحمر والهلال الأحمر، وبالتالي قد لا يستمعون إلى المعلومات التي يتلقونها من الأشخاص أو المنظمات التي لا يتقون بها أو لا يصدقونها. وقد يشعر الناس بالحزن حيال المرضى والمتوفين.

في بعض الأحيان، يكون لدى المجتمعات معتقدات راسخة تختلف عن التدابير الاجتماعية للوقاية والحماية التي يُشجع على استخدامها مقدّمو الرعاية الصحية والسلطات. وقد يؤمنون بشدة بممارساتهم الثقافية أو الطب التقليدي أو الوسائل الأخرى التي قد لا تكون فعالة لمكافحة المرض. هذا وقد يرفضون تلقي علاجات معينة (بما في ذلك الأدوية واللقاحات).

في الكثير من البلدان، تتخذ الرسائل شكل توجيهات وتواصل أحادي الاتجاه. غير أنّ الانخراط والمشاركة المجتمعيين قد لعبا دورًا حاسمًا في نجاح الحملات لوقف انتشار الأمراض ومكافحتها في بلدان كثيرة.

من الضروري اعتماد التواصل الموثوق به مع المجتمع المحلي في حالات تفشي مرض ما. ولبناء الثقة، يُعدّ التواصل الثنائي الاتجاه أمرًا أساسيًا. تعني كلمة "ثنائي الاتجاه" أنّه يجب على المتطوعين توجيه الرسائل إلى المجتمع وتلقيها منه. يجب أن يشعر أفراد المجتمع بالاحترام وأنّه يتم الاستماع إليهم ويجب إتاحة الفرصة لهم لمشاركة معتقداتهم ومخاوفهم وشواغلهم. يجب أن يكون أفراد المجتمع قادرين على الوثوق بك وبما تقوله ليقبلوا رسائل المتطوعين. فبعد أن تفهم معتقدات أفراد المجتمع ومخاوفهم وشواغلهم، يمكنك تزويدهم برسائل دقيقة وذات مصداقية.

كما يساعد تقديم رسائل صحيّة تكون متسقة وواضحة وسهلة الفهم على بناء الثقة. يُعتبر إعطاء معلومات دقيقة للمجتمع أمرًا أساسيًا، خاصة عندما يتوجّب إقناع الناس باعتماد ممارسات آمنة (والتي قد تختلف عن تلك التي يعتمدونها عادةً). تشمل بعض التغييرات في السلوك التي يمكن التشجيع عليها ما يلي:

- قبول تلقي اللقاحات أو العلاجات الطبية الأخرى
- غسل اليدين بالصابون في الأوقات الحرجة
- ارتداء معدّات الحماية الشخصية
- دفن أحبائهم بطرق مختلفة عمّا يفعلونه عادةً (دفن الجثث بشكل آمن وكريم)
- ممارسة التباعد الاجتماعي
- استخدام طارد للحشرات أو النوم تحت ناموسيات
- قبول المريض بعزله عن الآخرين تفاديًا لنقل العدوى إليهم
- تحضير الطعام والماء بطريقة مختلفة (عادةً عن طريق التنظيف أو الغليان أو الطهي جيدًا)
- الحجر الصحي وإعدام الحيوانات (والتي تكون، في حالة الحيوانات المُنتجة للغذاء، مصدرًا رئيسيًا للطعام والتغذية وسبل العيش، وقد يكون من الصعب تقبلها من قبل المزارعين الذين يمتلكونها).
- وغيرها من تدابير الصحة العامة الموصى بها

ما الذي يجب أن تفعله وكيفية القيام به

- أشرك قادة المجتمع المحلي وأفرادهم
 - تعرّف على المصدر الذي يحصل منه المجتمع المحلي على معلوماته: من الجهة التي تحظى بثقته في إعطائهم المعلومات المتعلقة بالصحة (على سبيل المثال: السلطات الصحية والقادة المجتمعيين أو الزعماء الدينيين والأطباء والمعالجين التقليديين)
 - اعقل مع المجتمعات المحلية لتحديد الحلول المناسبة لوقف انتشار المرض واختيارها وتخطيطها
 - تحدّث إلى أفراد المجتمع المحلي حول أفكارهم ومخاوفهم ومعتقداتهم وأفعالهم
 - اعرف مدى إلمام أفراد مجتمعك المحلي بالمرض الذي يهددهم وكيفية انتقاله
 - تعرّف على المعتقدات والممارسات التي قد تؤثر على انتشار الوباء
 - تعرّف على الأمور التي تُحقّزهم على تغيير السلوك
 - تعرّف على الأمور التي تُبسطهم عن تغيير السلوك
- استخدم أساليب تواصل مختلفة
 - استخدم التواصل الثنائي الاتجاه متى أمكن
 - بعد أن تفهم معتقدات أفراد المجتمع المحلي ومخاوفهم وشواغلهم، حاول معالجتها في رسائل الخاصة
 - في بعض الأحيان، تُستخدم أساليب التواصل الأحادية الاتجاه لتعميم الرسائل الصحية على أعداد كبيرة من الأشخاص بسرعة
 - يجب أن تقتصر أساليب التواصل الأحادية الاتجاه دائمًا بأساليب تواصل ثنائية الاتجاه لضمان معرفة وجهات نظر المجتمع المحلي والاستماع إليها
 - يتعلّم الناس المعلومات ويحفظونها على نحو مختلف لذا من المهم استخدام أساليب مختلفة
 - تضمّ المجتمعات المحلية توليفة من مختلف الأشخاص والمجموعات الذين قد يكون لديهم تفضيلات أو احتياجات تواصل مختلفة.
 - فكّر في كيفية استهداف مجموعات مختلفة، لا سيما المتوارون أو الموصومون أو من ينظر إليهم باعتبارهم "مختلفين" بسبب دينهم أو ميولهم الجنسية أو فنتهم العمرية أو إعاقتهم أو مرضهم أو أي سبب آخر:
 - فكّر في طريقة للوصول إليهم
 - اكتشف ما إذا كانوا يثقون بالمصادر نفسها التي تثق بها المجموعات المجتمعية الأخرى أو بمصادر مختلفة
 - اكتشف ما إذا كان لديهم احتياجات مختلفة للوصول إلى المعلومات، مثل الترجمة اللغوية أو، في حالة وجود إعاقة - قد تحتاج وسيلة تواصل مختلفة.
- ضع في اعتبارك ما يُفضّله الناس ويثقون به ويمكنهم الوصول إليه بسهولة عند اختيار أساليب للتواصل
 - فكّر في خصائص المجموعات المستهدفة برسالتك (على سبيل المثال، هل لديهم وصول إلى وسائل الإعلام، كالراديو أو التلفزيون؟ هل يعرفون القراءة في حال تلقوا كتيبات تحتوي على معلومات وبأي لغة؟ هل اعتادوا على الحصول على المعلومات من وسائل التواصل الاجتماعي؟ إلخ)
 - فكّر في الموارد المتاحة لديك (على سبيل المثال: هل لديك وصول إلى طباعة الملصقات؟ هل هناك موقع مناسب داخل المجتمع المحلي حيث يمكنك عرض الإجابة على الأسئلة أو إعطاء المعلومات؟ إلخ)
 - ضع في اعتبارك محتوى رسالتك (رسالتك) وفكّر في الوسيلة الأنسب لمشاركة هذا المحتوى في سياق محدد (على سبيل المثال: استهداف الرجال والنساء بشكل منفصل)
- يجب أن يكون التواصل:
 - **بسيطًا وقصيرًا**، إذ يجب أن يكون الناس قادرين على فهم الرسائل بسهولة، وأن يكونوا قادرين على تكرارها من دون صعوبة.
 - **موثوقًا**، إذ ينبغي أن يكون عبر أشخاص أو أساليب تحظى بثقة المجتمع المحلي (على سبيل المثال: الراديو والتلفزيون والملصقات ومناقشات عامة مفتوحة والاجتماعات في الأسواق وإلخ).
 - **دقيقًا ومحدّدًا**، إذ يتعيّن تقديم معلومات صحيحة ودقيقة دائمًا. يجب أن تكون الرسائل متنسقة وغير مثيرة للإرباك مطلقًا. إذا كان لا بدّ من تغيير الرسائل (بسبب بروز معلومات جديدة ومتقدّمة حول الوباء)، فكن صريحًا وواضحًا بشأن المتغيّرات وسببها. مركّزًا على العمل. إذ يجب أن تكون الرسائل مركّزة على العمل وأن تسدي النصح إلى أفراد المجتمع المحلي بما يجب عليهم القيام به لحماية أنفسهم والآخرين.
 - **ممكّنًا وواقعيًا**، إذ يتعيّن التأكّد من قدرة الناس على تنفيذ النصيحة التي تسديها إليهم.

◦ **مراعياً للسياق**، إذ ينبغي أن تُجسّد المعلومات احتياجات المجتمع المحلي وحالته. وينبغي لك أن تراعي في جميع رسائلك إلى المجتمع المحلي العوامل الاجتماعية والثقافية التي تُشجّع أفراد المجتمع المحلي على تبني أنماط سلوك أكثر أماناً (مثل قبول تلقي اللقاحات) أو تثبطهم عن تبني مثل هذه الأنماط.

الطرق المختلفة للتواصل

- ثمة طرق لا تُحصى ولا تُعدّد للتواصل مع المجتمعات المحليّة. في ما يلي أمثلة على طرق للتواصل أحادية وثنائية الاتجاه التي يمكنك التفكير فيها. يمكن (ويجب) الجمع بين الأساليب لضمان إمكانية الوصول إلى أكبر عدد ممكن من أفراد المجتمع المحلي.
- وسائل التواصل الأحادية الاتجاه
 - الفيديو والأفلام والإعلانات التلفزيونية
 - الأغاني أو القصائد أو الدراما التمثيلية أو تمثيل الأدوار أو المسرح أو غيرها من وسائل الترفيه التعليمية
 - الإعلانات المجتمعية مثل: المنادين في المجتمع، الإعلانات عبر مكبّرات الصوت، والرسائل الجماعية عبر الرسائل النصية القصيرة أو الواتساب، والرسائل على وسائل التواصل الاجتماعي، والبثّ الإذاعي
 - الملصقات واللوحات الإعلانية
 - وسائل التواصل الثنائية الاتجاه
 - زيارة المنازل
 - لقاء المخبرين الرئيسيين مثل: القادة المجتمعيين أو الدينيين؛ المعالجين التقليديين أو القابلات؛ المعلمين؛ كبار السنّ، وإلخ.
 - إجراء مناقشات مجتمعية تُشجّع على اعتماد الأساليب التشاركية مثل: الفرز الثلاثي، أوراق تصويت، وخرائط، والتصويت وتحليل للحواجز والتخطيط المجتمعي
 - استخدام صناديق الملاحظات والاقتراحات أو وجود أشخاص موثوق بهم كنقاط اتصال لتلقي ملاحظات أو رسائل موجهة من أفراد المجتمع.

الانتباه للشائعات

- يمكن للشائعات أن تسبّب الذعر والخوف أو يمكن أن تنشر الممارسات غير الآمنة. قد يفقد المجتمع المحلي، تحت تأثيرها، الثقة في السلطات الصحيّة أو في قدرتها على وقف انتشار الوباء وقد يرفض الأنشطة التي من شأنها مكافحة انتشار المرض. يتعيّن على المتطوّعين:
- الاستماع إلى الشائعات أو المعلومات الخاطئة.
 - ملاحظة توقيت الشائعات ومكانها وإبلاغها فوراً إلى المشرف على المتطوّعين الذي يتبعه أو منسّق الجمعية الوطنية المعني به
 - حاول فهم سبب انتشار الشائعة بسرعة وما أهميتها بالنسبة للمجتمع. على سبيل المثال، هل تعود إلى نقص في المعرفة أو الخوف من المجهول؟ أم أنها مرتبطة بمعتقدات اجتماعية وثقافية معينة أو بوصف فئة سكانية معينة؟
 - تصحيح الإشاعة
 - إعطاء المجتمع المحليّ حقائق واضحة وبسيطة حول المرض
 - الشرح لهم بوضوح ما الذي يمكنهم فعله لحماية أنفسهم والآخرين وتكرار ذلك

04. الإحالة إلى المرافق الصحية

لمحة عامة

خلال حالات تفشي الوباء، غالبًا ما يتعدّد علاج المرضى في المنزل أو على يد متطوعين أو عائلاتهم. إذ يتطلّب الأمر رعاية طبية متخصصة ويجب التوجه إلى عيادة صحية أو مستشفى لتلقي العلاج.

ضع دائمًا فكرة الإحالة في اعتبارك أثناء تنفيذ نشاطات للوقاية من الأوبئة ومكافحتها في المجتمع المحلي.

والإحالة المجتمعية هي توصية (يقدمها عادةً متطوع في المجتمع المحلي) ليحصل شخص مريض على خدمات في مرفق صحي أو من أخصائي في الرعاية الصحية. تستند هذه التوصية عادةً إلى تحديد علامات المرض أو الخطر الذي يشكّله المرض على الشخص أو الأسرة أو المجتمع. لا تُعتبر الإحالة تأكيدًا على وجود المرض، كما أنها ليست ضمانًا لتقديم أيّ علاج محدد. يتم تحديد التشخيص وأي علاج لاحق من قبل أخصائي في الصحة وليس من قبل المتطوعين المجتمعيين.

ما الذي يجب أن تفعله وكيفية القيام به

تحديد الأشخاص الذين يحتاجون إلى الإحالة

- حدّد أعراض المرض الذي يسبّب الوباء والعلامات التي تشير إلى أنّه ينبغي إحالة المرضى إلى المرافق الصحية.
 - ضع دائمًا في اعتبارك سلامتك وحمايتك
- بعد أخذ المشورة من المشرف الذي تتبعه، اعرف كيفية معرفة متى يكون الشخص مريضًا ويجب إحالته إلى مركز صحي

تحديد مرافق الإحالة وزيارتها

1. في حال توفّر أكثر من مرفق واحد للإحالة في المجتمع المحلي، يجب أن يتم اختيار المرفق الصحي الذي على المتطوعين إحالة المرضى إليه من قبل أخصائي في الصحة بدعم الجمعية الوطنية أو يعمل فيها وتكون قيادة الجمعية الوطنية موافقة عليه. لا يجوز للمتطوعين أن يقرروا بمفردهم أي مرافق يمكنهم إرسال الإحالات إليها.
 2. بعد تحديد المرفق الصحي والموافقة عليه من قبل الجمعية الوطنية، قم بزيارة المرافق الصحية وتحديث الأطباء والممرضين لتنسيق عمليات الإحالة.
- أخبرهم عن نشاطات فرع الصليب الأحمر والهلال الأحمر التي تقوم بها وكيف يمكن لذلك أن يؤدي إلى إحالات مجتمعية من قبل متطوعي الفروع المدربين على الوقاية من الأوبئة ومكافحتها.
- ناقش الطريقة الأفضل لإرسال المرضى من المجتمع المحلي إلى المرافق الصحية:
- هل تتوفر وسائل للنقل العام؟

هل يمكن للناس الوصول إليها؟ هل يمكنهم تحمّل تكاليفها؟
هل يمكن للمرضى استخدامها؟
هل هناك احتمال لانتقال المرض إلى الركّاب الآخرين؟

هل تتوفّر خدمات الإسعاف؟

هل لدى المرفق الصحي سيارات إسعاف؟
هل لدى فرع الصليب الأحمر والهلال الأحمر سيارات إسعاف؟
هل يمكن للناس الوصول إليها؟ هل يمكنهم تحمّل تكاليفها؟
الكيفية الاتّصال بالإسعاف؟

هل المرض شديد العدوى ويتطلّب نقلًا خاصًا؟

إذا كان المرض شديد العدوى (مثل الإيبولا أو حمّى ماربورغ)، فيجب إعداد ترتيبات نقل خاصة حتى لا يصاب الآخرون بالعدوى.
أخبرهم عن نشاطاتك وعن خططك للإحالة. خذ المشورة منهم.

التخطيط لإجراء الإحالات والاستعداد لها

1. خُطّط لكيفية إجراء الإحالات وتسهيلها

هل يمكن للجمعية الوطنية أن توفّر وسيلة للنقل؟
هل لدى الناس القدرة المالية لتحمّل تكاليف النقل؟
هل يتطلّب المرفق الصحي إشعارًا مسبقًا بالإحالة؟ إذا كان هذا الحال، كيف سيتم إبلاغ المرفق الصحي بالإحالة؟

2. احمل معك دائمًا الأداة ذات الصلة من أدوات مكافحة الأمراض عند قيامك بالإحالات المجتمعية

اسيساعدك هذا على تذكّر ما يجب أن تعرفه عن المرض وأعراضه.

إجراء الإحالة

1. يعمل المتطوعون نيابةً عن جمعيتهم الوطنية ويجب أن يحصلوا على موافقة الجمعية الوطنية قبل القيام بالنشاطات. يجب تدريبهم على مبادئ حركة الصليب الأحمر والهلال الأحمر ويجب أن يحصلوا على التدريب والإشراف المناسبين قبل الشروع في إجراء الإحالات المجتمعية.

2. يجب على المتطوعين الحصول على موافقة الشخص للإحالة، أو موافقة الوصي إذا كان المريض طفلًا.

3. يتعيّن على المتطوعين دعم هذه المبادئ:

السريّة - من المهمّ الإبقاء على خصوصية المعلومات المتعلّقة بأفراد المجتمع المحلي وعدم مناقشة صحّة الأشخاص أو الرعاية الصحية أو التفاصيل الخاصة الأخرى مع الآخرين في المجتمع. ضع في اعتبارك أنّ الانتهاكات للسريّة غالبًا ما تحدث عن غير قصد، على سبيل المثال، عند مناقشة عمل اليوم مع الأصدقاء أو أفراد الأسرة.
الاحترام - من المهمّ احترام خيارات الناس وقراراتهم، حتى وإن كنت لا توافق عليها.
السلامة - إذا كانت لديك مخاوف بشأن سلامة شخص ما أو أمنه (في ما يتعلّق بالإحالة المجتمعية، أو أي جانب آخر من جوانب حالتهم)، فيجب عليك مناقشتها مع المشرف الذي تتبعه لإيجاد حلّ آمن إن أمكن ذلك.

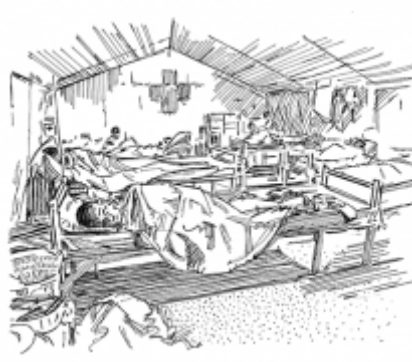
4. عند قيامك بإحالة إلى مرفق صحي، اشرح دائمًا بشكل واضح للأسرة المعنية ما هو المرض، وما هي أعراضه، ولماذا ترى أنّ الإحالة ضرورية.

الأعظم معلومات عن المرافق الصحية المتاحة، وعن وسائل النقل المختلفة للوصول إليها

الأسرة في حال كان ثقة حاجة إلى نقل خاص.



رسائل المجتمع



24. العثور على الأشخاص المرضى

19. الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي

لمحة عامة

ردود الفعل الطبيعية على أحداث غير معتادة

من الطبيعي والمتوقع أن يُظهر الأفراد والمجتمعات ردود فعل قوية عند التعرّض لأحداث صعبة وغير معتادة. وقد تتأثر الصحة النفسية والعاطفية والجسدية والاجتماعية للأشخاص المتأثرين بالأزمات أو الكوارث. وتشمل بعض هذه التأثيرات المحتملة ما يلي:

ردات الفعل الطبيعية للأحداث غير الطبيعية

- **عاطفياً**: اضطراب وتوتر، كآبة، شعور بالذنب، غضب، تهيج وانفعال، إحباط، حزن، خزي وخجل، تبلد، يأس، فقدان المعنى، الفراغ الوجودي.
- **عقلياً**: فقدان التركيز، فقدان الذاكرة، الارتباك، الأفكار التداخلية، صعوبة في اتخاذ القرار، التفكير غير المنظم.
- **جسدياً**: زيادة معدل ضربات القلب، الأرق، الأوجاع (في المعدة والرأس)، آلام في الظهر والعنق، هزات وتوترات عضلية، فقدان الطاقة، عدم القدرة على الراحة والاسترخاء.
- **اجتماعياً**: الإقدام على المخاطر، الإفراط أو التفريط في تناول الطعام، زيادة تناول الكحول أو تدخين السجائر، السلوك العدواني، الانطواء، العزلة.

الدعم النفسي الاجتماعي

- يشير مصطلح «النفسى الاجتماعي» إلى العلاقة الدينامية بين البعدين النفسى والاجتماعى للشخص، حيث يؤثر البعدين كل منهما في الآخر. ويشمل البعد النفسى العمليات العاطفية والفكرية والمشاعر وردات الفعل. بينما يشمل البعد الاجتماعى العلاقات والشبكات الأسرية والمجتمعية والقيم الاجتماعية والممارسات الثقافية.
- ويشير «الدعم النفسى الاجتماعى» إلى الإجراءات التي تلبي الاحتياجات النفسية والاجتماعية للأفراد والأسر والمجتمعات المحلية.
- ونحن نقوم بتوفير الدعم النفسى الاجتماعى من أجل مساعدة الناس المتضررين من الأزمات على التعافى. فتوفير الدعم النفسى الاجتماعى المبكر والكافى يمكن أن يمنع الكرب والمعاناة من التحول إلى مشاكل أكثر حدة في مجال الصحة العقلية.

رأى السيد هوبفولل وآخرون (2007) أن هناك خمسة مبادئ ينبغي أن يركز عليها الدعم النفسى الاجتماعى خلال حالات الطوارئ. وأنه ينبغي أن تهدف الأنشطة إلى ضمان السلامة وأن تعزز ما يلي:

- الهدوء والسكينة.
- الترابط.
- الفعالية الشخصية والجماعية.
- الأمل.

وتشمل أنشطة الدعم النفسي الاجتماعي ما يلي:

- التثقيف النفسي والتوعية بالقضايا النفسية الاجتماعية.
- تنمية المهارات الحياتية والمهنية.
- الأنشطة الترفيهية والإبداعية.
- الأنشطة الرياضية والبدنية.
- استعادة الروابط العائلية.
- توفير أماكن ملائمة للأطفال.
- اللجان المجتمعية.
- دعم الفعاليات التذكارية والتأبينية واحترام مراسم الدفن والجناز التقليدية.
- توفير الإسعافات الأولية النفسية.
- الاستشارات النفسية والإرشاد النفسي.
- مجموعات الدعم والمساعدة الذاتية.

الإسعافات الأولية النفسية

الإسعافات الأولية النفسية هي ...

- طمأنة شخص في محنة ومساعدته على الشعور بالأمان والسكينة.
- تقييم الاحتياجات والشواغل.
- حماية الناس من المزيد من الأذى.
- تقديم الدعم العاطفي.
- المساعدة على توفير الاحتياجات الأساسية الفورية، مثل الغذاء والماء، والغطاء أو مكان مؤقت للبقاء.
- الاستماع إلى الناس وليس الضغط عليهم ليتحدثوا.
- مساعدة الناس على الحصول على المعلومات والخدمات والدعم الاجتماعي.

الإسعافات الأولية النفسية ليست ...

- شيئاً لا يقدمه سوى المهنيين المختصين.
- مشورة مهنية أو علاج مهني.
- التشجيع على إجراء مناقشة مُفضّلة للحدث الذي تسبّب في المحنة.
- الطلب من أحدهم تحليل ما حدث لهم.
- الضغط على شخص ما للحصول على تفاصيل بشأن ما حدث.
- الضغط على الناس لتبادل مشاعرهم وردّات فعلهم بشأن حدث ما.

تدور الإسعافات الأولية النفسية حول مؤاساة شخص ما يعاني من محنة ومساعدته على الشعور بالأمان والسكينة. وهي تعني توفير الدعم العاطفي ومساعدة الناس على تلبية الاحتياجات الأساسية الفورية والحصول على المعلومات والخدمات والدعم الاجتماعي. وتشير مبادئ العمل الثلاثة المتعلقة بالمشاهدة والاستماع والتواصل إلى أن الإسعافات الأولية النفسية عبارة عن وسيلة للتقارب مع شخص ما في محنة، وتقييم المساعدة التي يحتاج إليها، ومساعدته أو مساعدتها على الحصول على تلك المساعدة.

شاهد (انتبه إلى الوضع)

- تحديد ما حدث أو ما يحدث.
- تحديد من يحتاج إلى المساعدة.
- تحديد مخاطر السلامة والأمن.
- تحديد الإصابات الجسدية.
- تحديد الاحتياجات الأساسية والمعقولة المباشرة.
- مراقبة ردّات الفعل العاطفية.

استمع (اصغ للشخص)

- قدّم نفسك.
- أبد الاهتمام واستمع بنشاط.
- تقبّل مشاعر الآخرين.
- هدّئ الشخص الذي يعاني من محنة.
- اسأل عن الاحتياجات والشواغل.
- ساعد الشخص (واحد أو أكثر) الذي يعاني من محنة لإيجاد حلول لاحتياجاته ومشاكله.

تواصل (اتخذ إجراء للمساعدة)

- ابحث عن المعلومات.
- تواصل مع أحياء الشخص وقدم الدعم الاجتماعي.
- عالج المشاكل العملية.
- احصل على الخدمات والمساعدة الأخرى.

يُعدّ الاستماع النشط عنصراً أساسياً في مجال الإسعافات الأولية النفسية

- ركز بنشاط فيما يقوله الشخص المتضرر.
- لا تقاطع ما يقوله الشخص المتضرر أو تحاول أن تؤكّد له أن كل شيء سيكون على ما يرام.
- حافظ على التواصل بالعين وتأكد من أن لغة جسمك تشير إلى أنك تستمع.
- امس يد أو كتف الشخص المتضرر بلطف، إذا كان ذلك مناسباً.
- استمع بترؤ للناس عندما يصفون ما حدث. إذ إن روايتهم للحدث ستساعدهم على فهم الحدث وقبوله في نهاية المطاف.

29. تعزيز النظافة الصحية

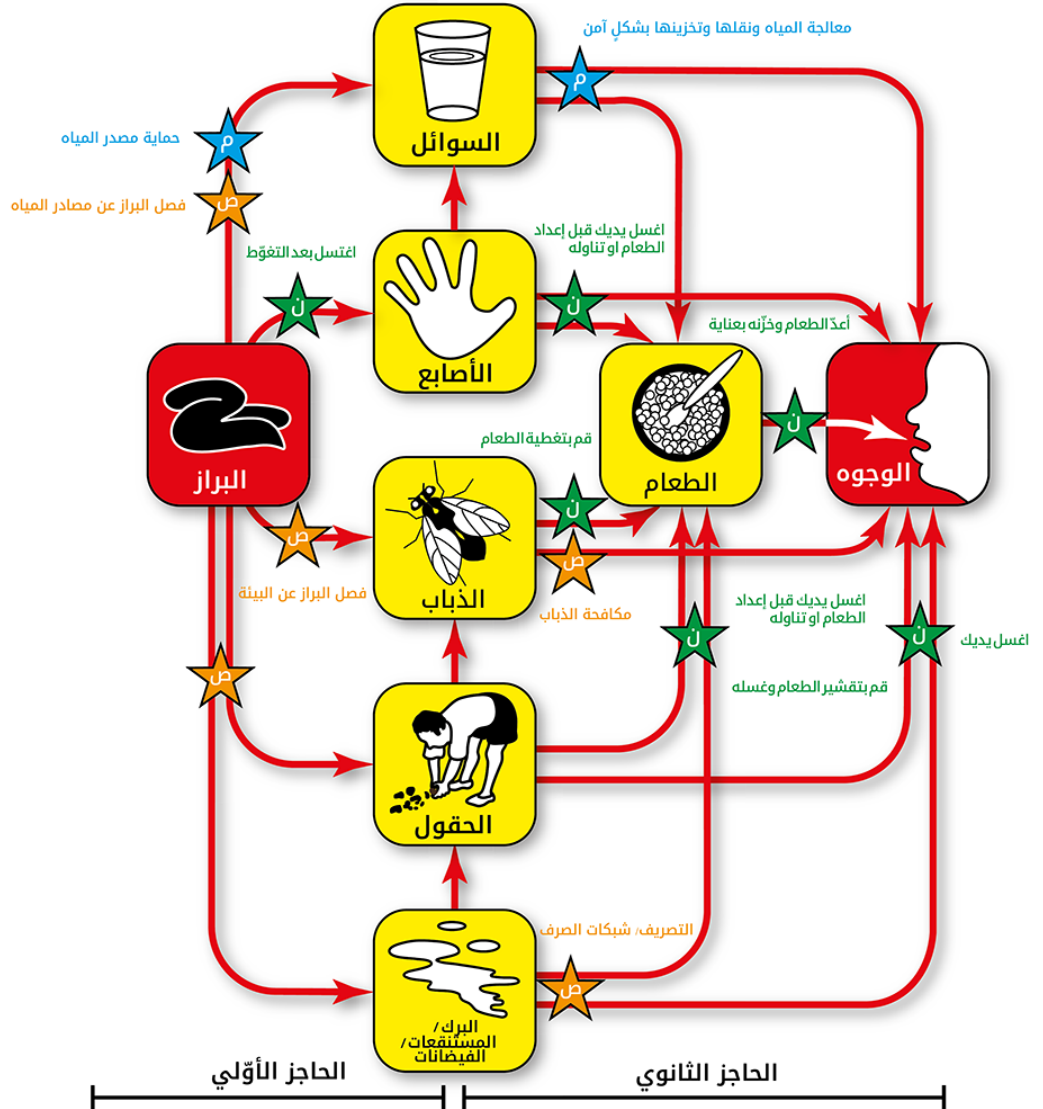
لمحة عامة

- يُستخدم مصطلح تعزيز النظافة الصحية لتغطية مجموعة من الاستراتيجيات الهادفة إلى تحسين السلوك الصحي للناس ومنع انتشار الأمراض. يُمكن تشجيع النظافة الصحية الأشخاص من اتخاذ الإجراءات للوقاية من الأمراض المرتبطة بالمياه والصرف الصحي والنظافة الصحية من خلال توعية أفراد المجتمع وإشراكهم إضافةً إلى معارفهم ومواردهم.
- يتم تحديد تركيز تشجيع النظافة الصحية على أساس المخاطر الصحية القائمة. ومن خلال إنشاء سلسلة من الحواجز التي تحول دون انتقال العدوى، يكون لسلوكيات النظافة الصحية تأثير حاسم على انتقال الأمراض المتعلقة بالمياه والصرف الصحي كما هو مبين في المخطط "أف" أدناه:

الطريق الفموي الشرجي (المخّط ف)

يمكن أن تتخذ حركة مسببات الأمراض من براز شخص مريض، حيث يتناولها شخص آخر، مسارات كثيرة، بعضها مباشر وبعضها غير مباشر. يوضح هذا المخّط المسارات الرئيسية التي يسهل حفظها (باللغة الإنكليزية)، إذ تبدأ جميعها بالحرفا "F": السوائل (مياه الشرب) والأغذية والذباب والحقول (food, flies, fields) (المحاصيل والتربة) والأرضيات والأصابع والبرك (المستنقعات) (floods and floors, fingers) والمياه السطحية بشكل عام.

يمكن للحوار أن تحول دون انتقال الأمراض؛ قد تكون هذه الحوار أولية (تمنع الاتصال الأولي بالبراز أو ثانوية (تمنع أن يتم ابتلاعها من قبل شخص آخر). يمكن السيطرة عليها عن طريق تدخّلات المياه والصرف الصحي والنظافة.



ملاحظة: إنّ المخّط عبارة عن ملصّ للمسارات: قد تكون المسارات الأخرى ذات الصلة مهقّة أيضًا. على سبيل المثال، قد تكون مياه الشرب ملوثة بوعاء ماء غير نظيف، أو قد تتلوّث الأغذية بسبب أواني الطهي المتسخة

Source: McMahon, Glenda; Davey, Kay; Shaw, Rod (2020): P004 The F Diagram. Loughborough University. Poster. <https://doi.org/10.17028/rd.lboro.12738692.v1>

ما الذي يجب أن تفعله وكيفية القيام به

فهم المجتمع المحلي

1. تعرّف على الطرق التي يتبعها الناس في جمع الماء، وتخزين الأغذية والماء، والتخلّص من القمامة، والابتسالة واستخدام المراحيض.
 - حدّد الأماكن الرئيسية التي تكون فيها النظافة الصحية مهمّة ليس على المستوى الفردي فحسب، بل أيضًا على مستوى المجتمع، مثل الأسواق أو المدارس أو المطاعم أو الكنائس. حدّد ما إذا كان بإمكانك العمل معها لتعزيز ممارسات النظافة الصحية الجيدة.
 - يمكنك عقد جلسة للطلاب أو المعلمين حول النظافة الشخصية أو مساعدة العيادة الصحية على بناء مرفق لغسيل اليدين ومراحيض خارجية من أجل المرضى.
2. تحدّث إلى أفراد مجتمعك المحلي حول النظافة الشخصية.
 - أشرك في لقاءاتك النساء وقادة المجتمع المحلي ومقدّمي الرعاية وصانعي القرار.
 - تأكد من أنّهم يفهمون أنّ النظافة الجيدة لها أهميتها وأنّه من شأنها أن توقف انتشار المرض.
3. كنّ قدوة جيدة للآخرين في مجتمعك المحلي. استخدم مرحاضًا نظيفًا، وتخلّص من قمامتك بشكلٍ سليم، واغسل يديك كثيرًا.

تعزيز الرسائل المجتمعية المتعلقة بالنظافة الصحية

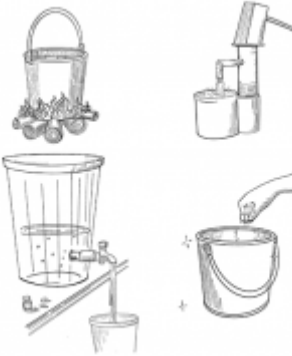
- عادةً ما تشمل القضايا الرئيسية الواجب معالجتها ما يلي. انقر فوق بطاقات العمل المناسبة للحصول على المعلومات التي تحتاجها:
- [صحة الأغذية](#)
- [مياه نظيفة ومأمونة للأسر المعيشية](#)
- [النظافة الشخصية ونظافة اليدين](#)
- [الصرف الصحي البيئي](#)
- [مكافحة الذباب والبعوض وناقلات الأمراض الأخرى](#)

Shaw, R. 2013. The 'f' diagram - Landscape. WEDC Graphics: Disease, Water, Engineering and Development Centre [1]. (WEDC): Loughborough University, UK

رسائل المجتمع



04. تخزين الماء بطريقة صحيحة



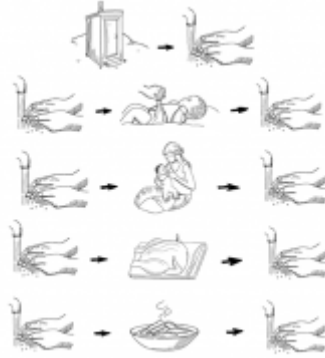
05. استخدام ماء نقي وصالح للشرب



06. استخدام مراض نظيف



08. غسل الأيدي بالصابون



09. متى يتعين غسل اليدين



11. تنظيف أماكن تكاثر البعوض



12. نظافة الأطعمة



13. النظافة الشخصية الجيدة



20. جمع القمامة والتخلص منها

31. صحّة الأغذية

لمحة عامة

- يمكن أن تحتوي الأغذية غير النظيفة، أو غير المغصّاة أو غير المطهية جيّدًا، على الجراثيم التي تسبّب الأمراض للناس.
- وقد لا يعرف الناس في المجتمع المحلي، أو قد لا يفهمون، كيفية تلوث الأغذية، أو كيفية انتشار مرض ما عن طريق الطعام. فمن المهمّ شرح أهمية صحّة الأغذية حتى يتمكنّ الناس من حماية أنفسهم وأسرهم من الإصابة بالأمراض.

ما الذي يجب أن تفعله وكيفية القيام به

تشجيع الإعداد الآمن للطعام

- يمكن أن تتلوّث الأغذية عن طريق الأيدي المتسخة أو الذباب أو الأواني المتسخة أو المياه الملوّثة.
 - اغسل يديك بالصابون والماء النقي قبل إعداد الطعام أو تناوله
 - استخدم الماء النقي لإعداد الطعام. اغسل الخضروات والفواكه جيّدًا بالماء النقي والصابون.
 - اغسل الأواني (المقالي، الأطباق، الأكواب، الشوك، السكاكين، إلخ) ونظّف أسطح المطبخ بالماء النقي والصابون، مع استخدام رفّ لتجفيف الأطباق.
- يمكن للأغذية غير النظيفة أو غير المطهية جيّدًا أن تنشر الجراثيم والأمراض.
 - قم بطهي جميع المنتجات الحيوانية جيّدًا، بما في ذلك اللحوم والبيض، لقتل الجراثيم.
 - تخلّص من أي لحوم حيوانية أو أحشاء أو أجزاء من الجلد تظهر عليها علامات واضحة للعدوى أو الطفيليات، مثل وجود الديدان أو الأوكياس أو البيوض، أو التدرّجات في الرئتين أو الكبد، أو الجلد المصاب للحيوان. لا تقم بغسلها أو طبخها أو أكلها تحت أي ظرف.
 - قم بتغطية الطعام المطهي قبل تخزينه، مع إعادة تسخينه قبل تناوله.
 - تناول الطعام المطهي ساخناً.

تشجيع التخزين الآمن للأغذية

- يمكن أن تتلوّث الأغذية إذا لم يتمّ تخزينها بشكلٍ صحيح
 - قم بتخزين الطعام غير المطهي في أوانٍ لا تستطيع الحشرات والحيوانات الوصول إليها.
 - يجب تخزين الطعام المطهي بشكلٍ صحيح وتغطيته للحفاظ عليه من القاذورات والذباب والحشرات والحيوانات الأخرى. يجب عدم تخزين الطعام المطهي لفتراتٍ طويلة من الزمن. يجب تناوله على الفور بعد الطهي.

تشجيع صحّة الأغذية مع بائعي المواد الغذائية في الأسواق والأكشاك

- شجّع على استخدام الناموسيات أو الأوعية المقلوبة على الأطباق لتجنّب ملامسة الذباب والحشرات
- استخدم المياه المعالجة بالكلور لإعداد المشروبات والثلج
- يجب على مقدّمي الطعام غسل يديهم بالماء والصابون قبل إعداد الطعام وتقديمه
- يجب طهي الطعام جيّدًا، وخاصّة المأكولات البحرية، وعدم تخزينه في درجة حرارة الغرفة لفترات طويلة
- لا تضع الأطباق والأواني على الأرض، بل استخدم سطحًا نظيفًا
- يجب على بائعي الطعام واللحوم في المسالخ ومجازر الذبح الامتناع عن بيع أي لحوم أو أحشاء أو أجزاء من جلد الحيوانات التي تظهر عليها علامات واضحة للعدوى أو الطفيليات، مثل وجود الديدان أو الأكياس أو البيوض، أو التدرّجات في الرئتين أو الكبد، أو الجلد المصاب للحيوان. ويجب اعتبار هذه الأجزاء غير صالحة للاستهلاك ويتم التخلص منها بشكل آمن



رسائل المجتمع



04. تخزين الماء بطريقة صحيحة



08. غسل الأيدي بالصابون



12. نظافة الأطعمة

32. الصرف الصحي

لمحة عامة

- يُعدّ الصرف الصحيّ الجيّد أمرًا حيويًا لوقف انتشار الكثير من الأوبئة، مثل الإسهال والكوليرا، لا سيّما تلك التي تنتشر عن طريق ملامسة القمامة أو الفضلات البشرية.
- يمكن للمتطوعين تشجيع أفراد المجتمع المحليّ على تحسين ممارسات الصرف الصحيّ من خلال الإدارة الآمنة للفضلات، وإجراء عمليات دفن آمنة للبشر والحيوانات، والتخلّص من النفايات الأسرية والمجتمعية بشكل صحيح، واستخدام المراحيض وإزالة ماء الصرف والماء الراكد.
- تُشكّل مشاركة المجتمع المحليّ بشكل كامل منذ البداية أمرًا أساسيًا لضمان الاستدامة والممارسات الجيدة في المستقبل.

ما الذي يجب أن تفعله وكيفية القيام به

إدارة النفايات الصلبة

- تخلّص من النفايات الصلبة والقمامة بشكل آمن.
 - شجّع المجتمع المحليّ على حرق القمامة أو طمرها.
 - قم بالتوعية حول العلاقة بين القمامة وناقلات الأمراض مثل الذباب أو القوارض المصابة بالأمراض.

إدارة مياه الصرف الصحيّ

- قم بتصريف المياه الراكدة أو إزالتها. ففي مخيمات اللّاجئين أو النازحين، من الضروري ضمان التصريف الجيّد للمياه خاصّة حول المراحيض أو الحمامات أو أماكن غسل الملابس. في أماكن أخرى أيضًا، انتبه أيضًا للمياه الراكدة حول هذه الأنواع من المياني. في الوقت نفسه، راقب الأماكن أو الأغراض، مثل الأسطل، على سبيل المثال، حيث يمكن أن يحتفظ الناس بالمياه الراكدة (عن قصد أو بغير قصد). ويجب تعزيز النظافة الشخصية وتعليم الناس كيفية الحفاظ على نظافتهم وسلامتهم.
 - قم بالتوعية المجتمعية من أجل الحدّ من المياه الراكدة لأنها تُعدّ بيئة مناسبة لتكاثر البعوض.
 - اكتشف مع المجتمع المحليّ الأماكن في المنطقة التي يُرجّح أن تحتوي على مياه راكدة وحدّدها.
 - قم بالتوعية المجتمعية حول تكاثر البعوض لتجنّب انتشار أمراض مثل الملاريا. تأكّد أنّ المجتمع المحليّ على دراية بالعلاقة بين البعوض والأمراض.
 - شجّع استخدام الحصى حول أماكن الاستحمام والمراحيض وغسل الملابس أو غيرها من الاستراتيجيات للمساعدة في تصريف المياه.

إدارة المجاري

- تخلّص من الفضلات (البراز) بشكل آمن (عن طريق بناء المراحيض).
 - شجّع على بناء المراحيض واستخدامها وتأكّد من حصولك على دعم المجتمع المحليّ للقيام بذلك ولمساعدتك في العثور على المكان الأفضل وذلك لتجنّب تلوث مصادر المياه.
 - لا تُشجّع على ممارسة التّفوط في العراء.

- تأكد من توفير المراحيض لجميع المستخدمين بما في ذلك النساء وكبار السن والأطفال وإلخ.
- قم بتشجيع الأمهات اللواتي لديهن أطفال على التخلص من فضلات أطفالهن بشكل آمن.
- احرص على أن تستوفي المراحيض الحد الأدنى من معايير الحماية والإدماج والكرامة.
- قم بتشجيع بناء مراحيض صديقة للإناث متى أمكن ذلك، وينبغي أن تتصمّن: إضاءة جيّدة: مزالج/أقفال على الأبواب: جدران وأبواب مبنية بشكل سليم لضمان الخصوصية ومنع الأشخاص/الحيوانات من الدخول والخروج: أوعية قمامة لمنتجات النظافة الصحية الخاصة بالحيض والنفايات الأخرى التي يمكن التخلص منها.
- ضمان توفير مساكن مناسبة وتنظيم حركة الحيوانات المصاحبة وحيوانات الماشية بحيث لا تُنثر فضلاتها (البراز والبول) في البيئة أو في أماكن سكن البشر.
- تعزيز إدارة النفايات بشكل صحي، وتطبيق إجراءات الأمن البيولوجي القياسية في مزارع الماشية، وتجنّب التخلص من هذه النفايات في البيئة أو في المسطحات المائية المحيطة.

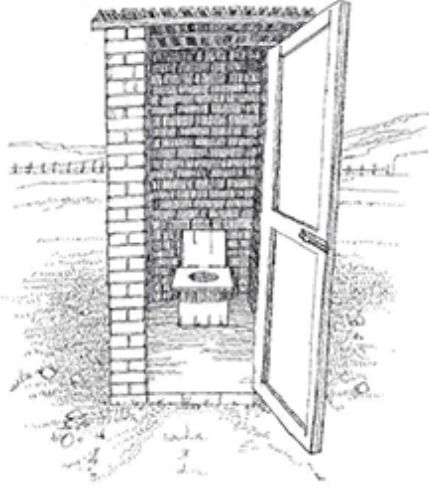
التخلص من الأنسجة البشرية والحيوانية بشكل آمن

- قم بدفن الأنسجة أو التخلص منها بشكل آمن:
 - قم بدفن الجثث والتخلص من الحيوانات النافقة بشكل آمن.
 - قم بمكافحة ناقلات الأمراض وحماية الناس منها.
 - قم بحرق النفايات الطبية.

تحدث مع مجتمعك المحلي عن ممارسات الصرف الصحي السليمة.



تخلص من القمامة والنفايات بطريقة آمنة.



رسائل المجتمع



06. استخدام مرحاض نظيف



07. حماية نفسك من لدغات البعوض



08. غسل الأيدي بالصابون



11. تنظيف أماكن تكاثر البعوض



23. أمان الممارسات الجنسية



27. إبعاد القوارض

33. تشجيع استخدام المراحيض وصيانتها

لمحة عامة:

- تنتقل العدوى بأمراض كثيرة (بما في ذلك الإسهال والكوليرا والتيفوئيد والتهاب الكبد الفيروسي (E/o) و(A/أ)) إلى الآخرين عندما يلوث البراز الماء أو اليدين أو الأغذية أو الذباب ومن ثم يدخل إلى فم شخص آخر. ويُسمى هذا النوع من انتقال العدوى "الانتقال الفموي البرازي".
- يمكن لاستخدام المراحيض والتخلص من البراز بشكل صحيح أن يُنقذ حياة الكثيرين خلال تفشي أحد الأوبئة. فعندما يقوم الجميع باستخدام المراحيض، تبقى البيئة نظيفة. ومن الضروري صرف براز الأطفال والرُّضع في المراض أيضًا، إذ يحتوي برازهم على جراثيم عديدة.
- في حالات تفشي الوباء، يُعدّ تشجيع المجتمع المحلي على استخدام المراحيض وصيانتها جزءًا أساسيًا لمنع انتشار الأمراض.

ما الذي يجب أن تفعله وكيفية القيام به

تشجيع استخدام المراحيض

1. قد يكون هناك الكثير من القضايا الاجتماعية والثقافية التي تؤدي إلى عزوف الناس عن استخدام المراحيض.
 - اعرف ما الذي يحفز الناس على استخدام المراحيض وقم بتشجيعهم في ضوء ذلك على استخدامها.
 - ناقش مع المجتمع المحلي التحدّيات التي يمكن أن تواجههم في استخدامها وكيفية إتاحتها لجميع المستخدمين (الأطفال، كبار السن، الأشخاص ذوي الإعاقة، إلخ).
 2. يمكن بناء أنواع كثيرة من المراحيض، مثل مراحيض الحفر، بسهولة باستخدام مواد محلية. ويعتمد تحديد نوع المراض الذي يتم إنشاؤه في أي سياق معيّن على:
 - تفضيلات المجتمع المحلي.
 - المساحة المتاحة لدى المجتمع المحلي.
 - نوع التربة ومدى قرب المياه الجوفية من سطح الأرض (سطح المياه الجوفية).
 - موقع مصادر المياه (يجب أن تكون المسافة بين مرافق الاحتواء ومصادر المياه 30 مترًا على الأقل، ويجب أن يبلغ قاع الحُفر 1.5 متر على الأقل فوق سطح المياه الجوفية).
 - عدد الأشخاص الذين سيستخدمون المراض/المراحيض.
 - عدد المرّات التي يجب فيها إزالة البراز، إذا كانت هناك حاجة إلى إدارة خارجية، فيجب النظر في تكلفة المراض وتوافره وإمكانية الوصول إليه.
- اطلب من خبير بالماء والصرف الصحي والنظافة الصحيّة أو المشرف على المتطوّعين الذي تتبعه معلومات حول كيفية بناء المراحيض

جعل المراحيض آمنة وصالحة للاستخدام

1. تأكد من إمكانية الحفاظ على نظافة المراض

- من المهم جدًا غسل اليدين بعد استخدام المراض لمنع انتشار المرض. ينبغي أن يكون هناك بالقرب من جميع المراحيض مكان يجري استخدامه لغسل اليدين، ويجب أن يتوافر فيه الماء والصابون.
- قم بتوفير مواد محلية مناسبة لتنظيف الشرج (بالمسح أو الغسل بعد التغوط).
- إذا كنت تستخدم المراض الخنثي، فينبغي عليك توفير تربة لتغطية البراز.

2. تأكد من أن المراحيض آمنة للاستخدام ومتاحة للجميع

- تأكد من أن النساء والفتيات يشعرن بالأمان والاطمئنان عند استخدامهنّ للمراحيض ليلاً ونهاراً.

° ينبغي أن يستخدم الذكور والإناث مراحيض منفصلة

° ينبغي أن تكون المراحيض جيدة الإضاءة

° ينبغي أن يتمكن المستخدمون من إقفالها من الداخل

° ينبغي أن تحتوي على خظافات أو أي جهاز آخر لتعليق الملابس حتى لا تقبع على الأرض

° يجب أن تتمتع بجدران وأبواب مبنية بشكل سليم لضمان الخصوصية ومنع الأشخاص/الحيوانات من الدخول والخروج

° يجب أن يتوفر فيها مكان للتخلص من المواد الخاصة بالطمث أو سلس البول

° يجب أن يكون لديها مقبض أو حبال لمساعدة كبار السنّ أو الأشخاص ذوي الإعاقة

° يجب أن يتم تكييفها مع الأطفال لمنعهم من السقوط داخل الحفر

° إذا كانت المراحيض مرتفعة، فتأكد من وجود منحدر مناسب لشخص ذي إعاقة ليتمكن من الوصول إليها بمفرده

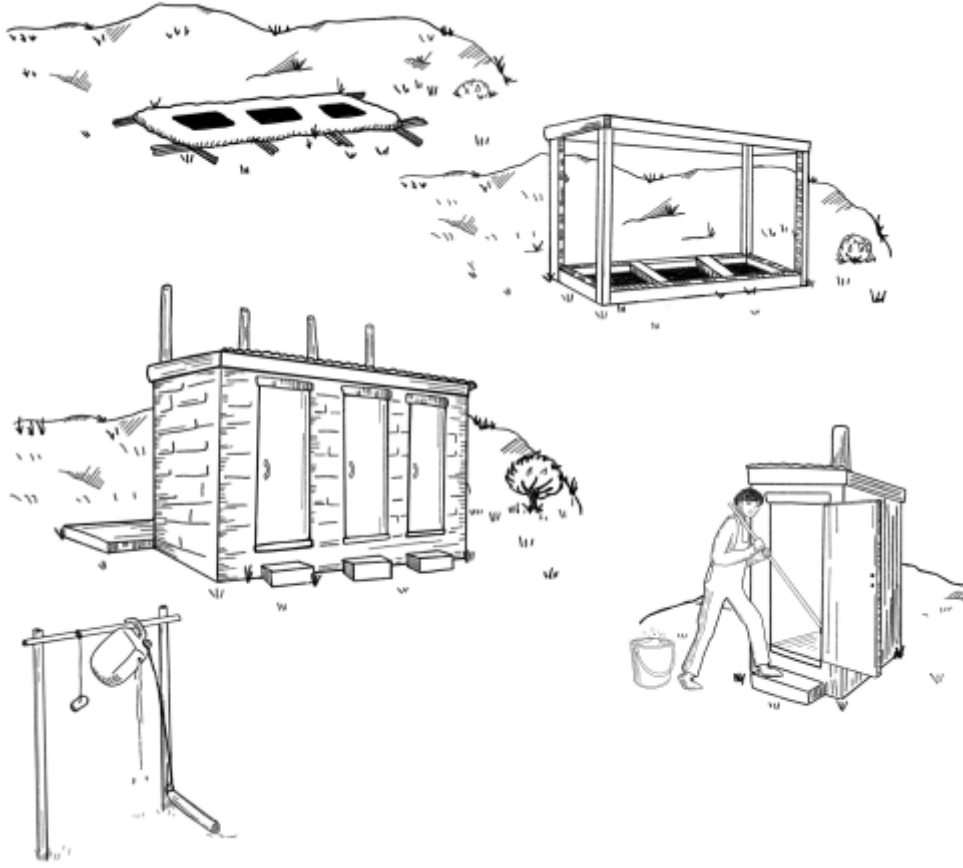
ضمان صيانة المراحيض

1. تأكد من أن المراحيض متينة ومصانة فعلياً، بحيث تظل آمنة للاستخدام.

2. تمتلئ حفر المراحيض أو خزانات المراحيض وتحتاج إلى إفراغها من وقت لآخر.

- تعتمد وتيرة ذلك على عدد الأشخاص المستخدمين لها، وعلى حجم الحفرة أو الخزان ونوع التربة، وما إذا كان الناس يلقون أيضًا بالقمامة أو الفوط الصحية في الحفرة.

3. قم بتشكيل لجان مجتمعية لصيانة المراض، واحرص على أن تمتلك جميعها المواد التي تحتاجها.



رسائل المجتمع



06. استخدام مرحاض نظيف



08. غسل الأيدي بالصابون

34. غسل الأيدي بالصابون

لمحة عامة

- يُعدُّ غسل اليدين أحد أهمّ الطرق لمنع انتشار العديد من الأوبئة. لا سيّما أمراض الإسهال، فعملية غسل اليدين سهلة وبوسع أي فرد (بما في ذلك الأطفال) القيام بها. لكي يتمكن الناس من غسل يديهم، فإنهم يحتاجون إلى ماء وصابون.

يجب غسل اليدين بالصابون:

• قبل:

- ° إعداد الطعام
- ° تناول الطعام
- ° إطعام طفل
- ° إرضاع طفل رضيع طبيعيًا
- ° رعاية شخص مريض أو علاج الجروح (لك أو لغيرك)

• بعد:

- ° استخدام المراض
- ° يجب على الرجال والفتيان والنساء والفتيات غسل يديهم بعد استخدام المراض
- ° يجب على النساء والفتيات ممارسة نظافة الدورة الشهرية خلال دورات الحيض الشهرية
- ° التشجيع على استخدام مواد نظيفة وجافة (يمكن التخلص منها أو يمكن إعادة استخدامها)
- ° التشجيع على تغيير مواد الدورة الشهرية والاستحمام متى دعت الحاجة.
- ° عدم التشجيع على مشاركة الفوط القابلة لإعادة الاستخدام مع أي شخص آخر
- ° تنظيف الطفل
- ° لمس القمامة أو النفايات
- ° لمس الحيوانات أو إطعامها: التعامل مع اللحوم النيئة
- ° تنظيف الأنف أو السعال أو العطس
- ° معالجة الجروح أو رعاية شخص مريض

مخالطة شخص مريض في حالة تفسّتي وباء (انظر أداة العمل بشأن غسل اليدين في ظلّ انتشار وباء شديد العدوى)

ما الذي يجب القيام به وكيفية القيام به

كيفية غسل اليدين

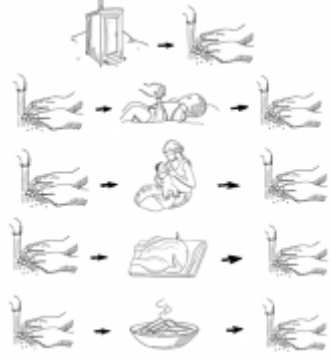
1. بلّل يديك بالصابون وافركهما معًا.
2. افرك جميع أجزاء يديك معًا لمدة من 10 ثوانٍ إلى 15 ثانية.
3. افرك بقوة (ادفع يديك معًا بقوة) ولا تنسَ غسل جميع أسطح يديك، بما في ذلك ظاهر اليدين وفي ما بين الأصابع.
4. اشطف اليدين جيدًا لإزالة الصابون عنهما تمامًا.
5. جفّ اليدين بمنشفة ورقية. إذا لم يكن هناك منشفة، فحرّكهما في الهواء حتّى تجفّان.



رسائل المجتمع



08. غسل الأيدي بالصابون



09. متى يتعين غسل اليدين

41. مناولة الحيوانات وذبحها

لمحة عامة

- يمكن للحيوانات أن تحمل الجراثيم التي تسبب الأمراض وتنشرها. وتشمل هذه الماشية مثل الأبقار والدواجن المنزلية والطيور والخنازير، والحيوانات الأليفة مثل الكلاب والقطط، والناقلات المنزلية مثل الفئران، والحيوانات البرية مثل الخفافيش والطيور البرية.
- ويمكن للحيوانات أيضًا أن تحمل الجراثيم في أجسامها بينما هي على قيد الحياة، فتكون هذه الجراثيم موجودة بالتالي في لحومها وأحشائها عند ذبحها لاستعمالها كأغذية. ويمكن كذلك للمنتجات الحيوانية، مثل الحليب أو البيض، أن تحمل الجراثيم.
- كما يُمكن للحيوانات النافقة (بما في ذلك الأجنة التي أُجهضت أو التي نفقت أثناء الولادة) أن تحمل الجراثيم.
- لتفادي نشر الأمراض، من الضروري ارتداء معدّات الوقاية الشخصية، واتباع الممارسات الصحية الموصى بها عند التعامل مع الحيوانات الحية أو النافقة أو المنتجات المشتقة منها.

الأمراض الحيوانية المنشأ

المرض	الحيوانات	طريقة انتقال العدوى
حمى الوادي المتصدع	الماشية والغنم والجمال وحيوانات أخرى. العلامات والأعراض في الحيوانات المصابة: الإجهاد؛ وفيات بين صغار الحيوانات.	عن طريق لدغات البعوض؛ الاحتكاك بدم الحيوانات المصابة أو النافقة أو أعضائها.
إنفلونزا الطيور	الدواجن البرية والمنزلية (الطيور) العلامات والأعراض في الحيوانات المصابة: الوفاة أو علامات عصبية؛ وقد لا تظهر علامات المرض.	القطيرات المتطايرة في الهواء؛ ريش الطيور؛ وربما بيض الطيور المصابة ولحومها.
جدري القردة	القرود والجرذان والسناجب والكلاب والحيوانات الأخرى (خاصة البرية). العلامات والأعراض في الحيوانات المصابة: عادةً لا تظهر علامات أو أعراض. التقرّحات الجلدية، ومشاكل في التنفس لدى كلاب المروج.	عن طريق ملامسة الحيوانات المصابة أو سوائل جسمها، عضة أو خدش من حيوان مصاب؛ لحوم الحيوانات المصابة.

المرض	الحيوانات	طريقة انتقال العدوى
الطاعون	يصيب الجرذان بشكل أساسي. وكذلك الأرانب والسناجب وكلاب المروج. العلامات والأعراض في الحيوانات المصابة: لا تظهر علامات أو أعراض على الحيوانات المذكورة أعلاه. قد يصيب هذا المرض القطط وأحياناً الكلاب.	عن طريق لدغات البراغيث والقوارض المنزلية: القطيرات المتطايرة في الهواء؛ جثث الحيوانات النافقة بسبب الإصابة بالمرض.
داء اللولبيات (البريميات)	الماشية والخنازير والقوارض (الجرذان بشكل أساسي). العلامات والأعراض في الحيوانات المصابة: الإجهاض: أمراض الكبد والكلى؛ ولا تظهر علامات أو أعراض على الجرذان.	عن طريق الاحتكاك (من خلال خدش أو العينين أو الفم، إلخ): أو ابتلاع بول الحيوانات المصابة.
متلازمة الشرق الأوسط التنفسية	الجمال. العلامات والأعراض في الحيوانات المصابة: لا تظهر علامات أو أعراض.	عن طريق القطيرات المتطايرة في الهواء التي يُخرجها الأشخاص والحيوانات المصابين أو عن طريق المخالطة الوثيقة لحيوان أو شخص مصاب.
المتلازمة الرئوية لفيروس هانتا	القوارض (الجرذان بشكل أساسي) العلامات والأعراض في الحيوانات المصابة: لا تظهر علامات أو أعراض.	عن طريق كل ما قد يتطاير في الهواء من بول القوارض أو برازها؛ جثث القوارض النافقة المصابة: عضة أو خدش من حيوان مصاب.
الجمرة الخبيثة (أنتراكس)	الأغنام والماشية (الأبقار) والحيوانات الأخرى. العلامات والأعراض في الحيوانات المصابة: الموت المفاجئ للأغنام والماشية؛ تورم العنق وصعوبة في التنفس لدى الخنازير والكلاب والقطط.	عن طريق الاحتكاك بالحيوانات المصابة، أو أكل منتجاتها؛ استنشاق الأبواغ الموجودة في الهواء.
داء الكلب	يُصيب الكلاب بشكل رئيسي، ولكنه قد يُصيب ثدييات أخرى مثل القطط والماشية والحيوانات البرية. تشمل الأعراض الأولية الحمى والألم ووخزاً أو حرقاً غير عادي أو غير مبرر في موضع الجرح، ثم أعراضاً عصبية تدريجية ومميتة.	تُسبب عضات وخدوش الكلاب 99% من حالات داء الكلب لدى البشر.

كيفية التعامل مع الماشية وذبحها

الأغنام والأبقار	الدواجن (الطيور)
<ul style="list-style-type: none"> • احتفظ بالأغنام أو الأبقار داخل حظيرة مغلقة وفسيحة تسمح لها بالتحرك داخلها. • لا تدع الأطفال يلعبون في أماكن الاحتفاظ بالحيوانات. • قم بطهي اللحوم جيدًا. • عند إعداد اللحوم النيئة، استخدم أواني نظيفة (السكاكين والملعق والشوك) وحافظ على نظافة الأسطح المستخدمة. • بعد الطهي، استخدم أدوات جديدة للأكل. لا تستخدم أبدًا نفس الأدوات التي تطبخ بها. إذا لم تتوفر أدوات غير مستخدمة، اغسلها جيدًا قبل استخدامها للأكل. • عند ذبح الأغنام والأبقار أو مناولتها، تأكد من حماية نفسك. ارتدِ القفازات والنظارات الواقية إذا كان ذلك ممكنًا. • لا تلامس الأغنام، المعز والأبقار المريضة أو النافقة مطلقًا من دون حماية. • راقب الحيوانات توخيًا لعلامات المرض. وأبلغ الجهات المعنية بصحة الحيوان ورعايته إذا اكتشفت أنها مصابة. • في المسالخ أو المجازر أو عند الذبح في المنزل، يجب رفض أي حيوانات تظهر على أنسجتها أو أعضائها علامات واضحة للعدوى (مثل التدرنات، الديدان، بيوض الطفيليات، وغيرها) والتخلص منها أو إتلافها فورًا. لا يجوز استهلاكها أو أخذها إلى السوق للبيع. • اغسل يديك جيدًا بالماء والصابون بعد كل احتكاك بالحيوانات الحية أو النافقة (العناية بها، إطعامها، تربيتها، إلخ)، والمنتجات المشتقة منها (البيض، الريش، الصوف الخام، إلخ). • تخلص من جثث الحيوانات بشكل مناسب وسريع (عن طريق حرقها أو دفنها). 	<ul style="list-style-type: none"> • توخَّ الحذر عند تربية الدواجن (الطيور) في المنزل: احرص على إبقائها منفصلة عن لا تدع الطيور تدخل المنزل مطلقًا. • أبقِ الطيور الداجنة (المنزلية) بعيدًا عن متناول واحتكاك الطيور البرية. • احتفظ بالدواجن داخل حظيرة مغلقة أو في مناطق فسيحة ومسيجة تسمح للدواجن بالتحرك داخلها. • لا تدع الأطفال يلعبون في أماكن الاحتفاظ بالطيور. • تأكد من طهي الدواجن (لحومها أو بيضها) جيدًا. • عند إعداد لحوم الدواجن النيئة أو بيضها، استخدم أواني نظيفة (السكاكين والملعق والشوك) وحافظ على نظافة الأسطح المستخدمة. • بعد الطهي، استخدم أواني نظيفة أخرى لتناول الطعام. لا تستخدم أبدًا الأواني ذاتها التي استخدمتها أثناء الطهي. إذا لم تتوفر أواني غير مستخدمة، فاحرص على غسل الأواني المستخدمة جيدًا قبل استخدامها في الأكل. • عند ذبح الدواجن أو مناولتها، تأكد من حماية نفسك. ارتدِ القفازات والنظارات الواقية إذا كان ذلك ممكنًا. • لا تلامس الطيور المريضة أو النافقة مطلقًا من دون حماية. • راقب الطيور توخيًا لعلامات المرض. وأبلغ الجهات المعنية بصحة الحيوان ورعايته إذا اكتشفت أنها مصابة. • في المسالخ أو المجازر أو عند الذبح في المنزل، يجب رفض الحيوانات التي تظهر على أنسجتها أو أعضائها علامات واضحة للعدوى (مثل التدرنات، الديدان، بيوض الطفيليات، وغيرها)، والتخلص منها أو إتلافها فورًا. لا يجوز استهلاكها أو نقلها إلى السوق للبيع. • اغسل يديك جيدًا بالماء والصابون بعد كل احتكاك بالحيوانات الحية أو النافقة (العناية بها، إطعامها، تربيتها، إلخ)، والمنتجات المشتقة منها (البيض، الريش، الصوف الخام، إلخ). • تخلص من جثث الحيوانات بشكل مناسب وسريع (عن طريق حرقها أو دفنها).

التعامل مع لحوم الطرائد (القرود والقوارض والخنازير البرية وغيرها)

يجب عدم تشجيع استخدام لحوم الطرائد كمصدر للأغذية خاصة في المناطق التي تنتشر فيها عدوى مسببة للأوبئة في لحوم الطرائد. غير أنه في بعض الأحيان قد يستمر الناس في تناول لحوم الطرائد واستخدام المنتجات المشتقة من الطرائد. في هذه الحالات، يجب على المتطوعين نشر الرسائل التالية:

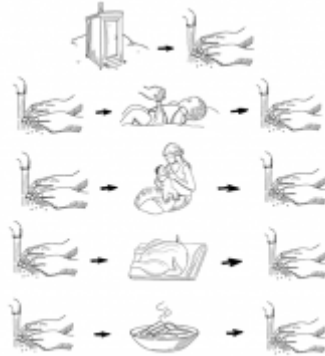
- لا تدع الأطفال يلعبون حيث يتم الاحتفاظ بالحييف.
- قم بطهي لحوم الطرائد جيدًا.
- عند إعداد اللحوم النيئة، استخدم دائمًا أواني نظيفة (السكاكين والشوك) وحافظ على نظافة الأسطح.
- بعد الطهي، استخدم أواني نظيفة أخرى لتناول الطعام. لا تستخدم أبدًا الأواني ذاتها التي استخدمتها أثناء الطهي.
- عند ذبح الطرائد أو مناولتها أو سلخها، تأكد من حماية نفسك. ارتدِ القفازات والنظارات الواقية إذا كان ذلك ممكنًا.

- لا تلامس الطرائد التي تبدو مريضة أو تلك النافقة في الأحرش من دون حماية (ارتداء القفازات مثلاً).
- راقب الحيوانات توخيًا لعلامات المرض. وأبلغ السلطات إذا اكتشفت أنها مصابة.
- اغسل يديك جيّدًا بالماء والصابون بعد كلّ احتكاك بالحيوانات الحيّة أو النافقة (العناية بها، إطعامها، تربيتها، إلخ)، والمنتجات المشتقة منها (البيض، الريش، الصوف الخام، إلخ).
- تخلّص من جثث الحيوانات بشكل مناسب وسريع (عن طريق حرقها أو دفنها).

رسائل المجتمع



08. غسل الأيدي بالصابون



09. متى يتعين غسل اليدين



25. مناولة الماشية وذبحها

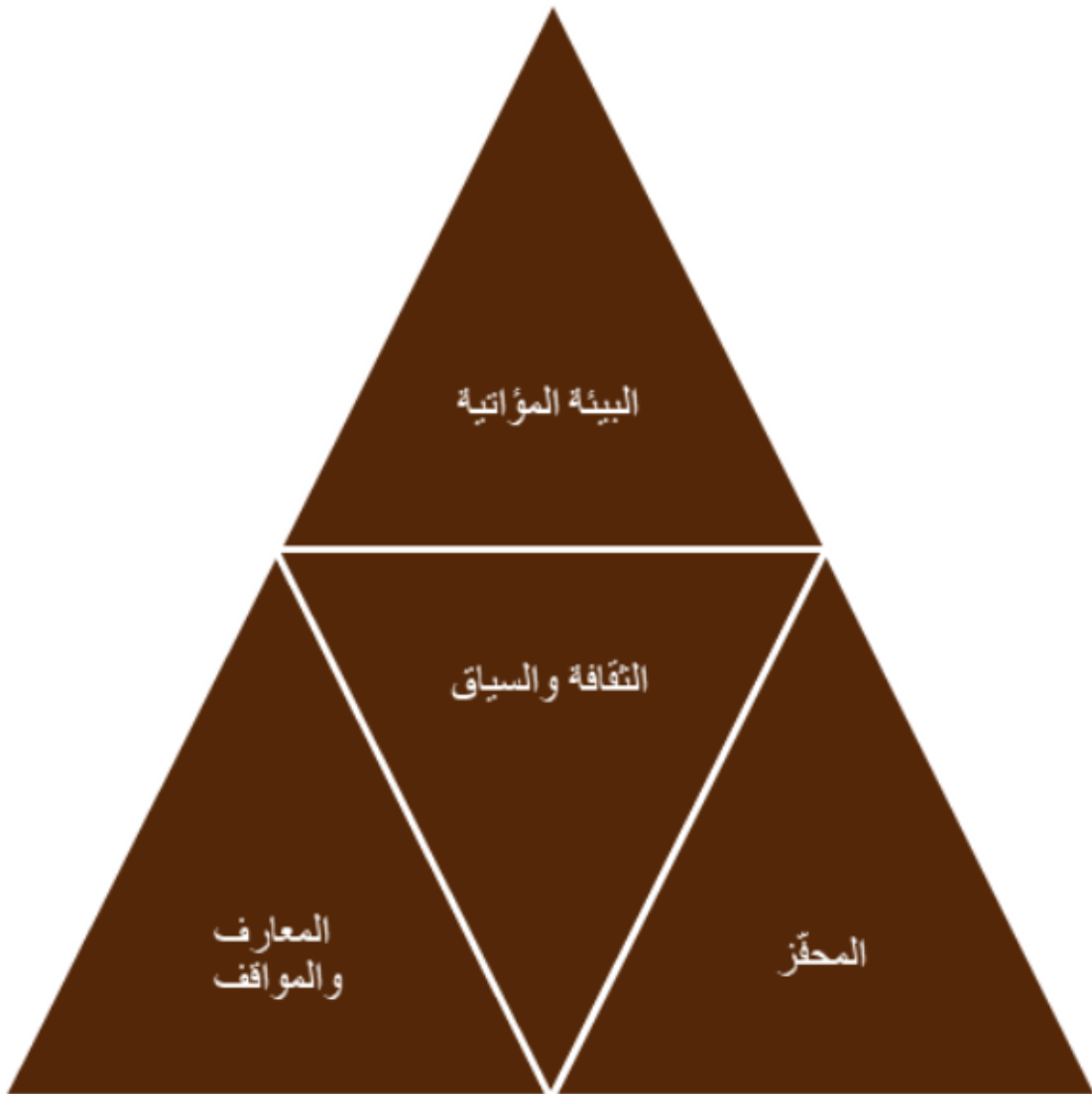
43. التوعية الاجتماعية والتواصل لتغيير السلوك

لمحة عامة

ثمة الكثير من الأسباب التي تدفع بالناس إلى ممارسة سلوكيات غير صحيّة. فالناس يتأثرون بمدى إمكانية الوصول إلى الخدمات أو المرافق، والأعراف الاجتماعية والتأثيرات في مكان العمل أو العيش أو اللعب. تُعدّ عملية تغيير السلوك دراسة للطريقة التي يُغيّر فيها الناس عادات أو أفعال محدّدة في حياتهم والسبب في ذلك. كمتطوعين، يجب أن نفهم لماذا يتم اعتماد سلوك معين وما هي الإجراءات التي ستؤدي إلى إحداث تغيير لإرساء سلوكيات صحيّة. تشمل الأمثلة على السلوكيات الصحيّة غسل اليدين والرضاعة الطبيعية وأخذ اللقاحات واستخدام الواقي الذكري واستخدام الناموسيات.

في جميع السياقات، ينطوي تغيير السلوك على ثلاثة عناصر يجب توافرها. فقبل أن يُقدّم الناس على تغيير سلوكهم:

1. هم بحاجة إلى معرفة ما الذي ينبغي لهم تغييره، ولماذا ينبغي تغييره، وكيف ينبغي لهم تغييره. فهم بحاجة إلى المعرفة.
2. وهم بحاجة أن يكون لديهم المعدّات المناسبة، والحقّ في الوصول والقدرة على تغيير السلوك. فهم بحاجة إلى بيئة مؤاتية.
3. وهم بحاجة أيضًا إلى محفّز للتغيير.



يوضح النموذج الاجتماعي والبيئي أدناه كيف تتأثر سلوكيات كل شخص بعدد كبير من مستويات التأثير المختلفة، بما في ذلك المستوى الفردي ومستوى العلاقات بين الأشخاص والمستوى المجتمعي والمستوى التنظيمي والمستوى السياساتي الأوسع الذي يتضمن قوانين وسياسات تسمح بممارسة سلوكيات معينة أو نقيدها. ومن أجل تعزيز الصحة العامة، من المهم النظر في الأنشطة المرتبطة بتغيير السلوك والتخطيط لها عبر مستويات متعددة في الوقت نفسه. يُرجح أن يؤدي هذا النهج إلى نجاح تغيير سلوك مع مرور الوقت. كمتطوع، ينبغي أن تفهم أنّ الكثير من الأشخاص يجدون صعوبة في تغيير السلوك بسبب هذه المستويات العديدة والتفاعلات والتوقعات المعقدة عبر مختلف المستويات. إذا كنت تُراعي كيفية تأثير كل مستوى من المستويات على سلوكيات الشخص الذي تودّ مساعدته، فيمكنك تجربة تدخلات مختلفة في كل مستوى خاصّ باحتياجاته.



النموذج الاجتماعي والبيئي

ما الذي يجب أن تفعله وكيفية القيام به

تشتمل العملية العامة لتطوير تدخّلات لتغيير السلوك على الموظّفين والمتطوّعين الذين يعملون من خلال الخطوات العاكة التالية:

1. توعية المجتمع المحلي بعملية تغيير السلوك باستخدام نموذج نظرية التغيير.
2. تقييم السلوك المشكّلة - لماذا يمارس، ومن يمارسه، ومتى يمارس، وما هي العوامل في البيئة أو المجتمع المحلي التي تشجّع اعتماد هذا السلوك. قم بتقييم هذه المعلومات على المستويات المختلفة للنموذج الاجتماعي والبيئي لكلّ مجتمع محليّ تُقدّم فيه خدمات.
3. تحديد سلوك هدف مناسب بناءً على التقييم الذي أجرته.
4. مراجعة الأسباب أو المعوّقات في كلّ مستوى من المستويات والتي تسمح باستمرار السلوك. حدّد التدخّلات التي تتماشى مع كلّ سبب أو معوّق والتي يمكن استخدامها على مستويات مختلفة.
5. مناقشة التدخّلات المقترحة لكلّ مستوى من مستويات النموذج الاجتماعي والبيئي مع المجتمع المحليّ.
6. تحديد التدخّلات المناسبة للسياق في كلّ مستوى. يجب التخطيط للتدخّلات لمعالجة مراحل نظرية التغيير من خلال تقديم

- المعلومات أولاً ومعالجة العوامل البيئية، وتحفيز الأشخاص الرئيسيين للحصول على الموافقة والنوايا بتغيير السلوك، وفي نهاية المطاف تحفيز الناس على تنفيذ الإجراءات التي تساهم في تحقيق الهدف العام.
7. تنفيذ التدخّلات على جميع المستويات.
 8. المراقبة لمعرفة ما إذا كان التغيير يحدث. يستغرق التغيير وقتاً ولكن يجب مراقبته لضمان حدوثه، وإن كان ببطء. بالإضافة إلى ذلك، مع خوض الناس عملية التغيير، ستتغير معوّقاتهم وأسبابهم. يجب أن تتكيف التدخّلات المعنّية بتغيير السلوك مع هذه التغييرات لضمان استمرار التغيير.
 9. الاعتراف بأنّه عندما لا يحدث التغيير على النحو المرجوّ، ينبغي إجراء المزيد من التقييمات وتعديلات إضافية على التدخّلات.
 10. الاستمرار في التنفيذ والرصد والتقييم والتكيف فيما تجري عملية التغيير.

لمزيد من المعلومات، يرجى الاطلاع على دليل الصّحة المجتمعيّة والإسعاف الأوّلي (eCBHFA) للمتطوّعين حول تغيير السلوك، بما في ذلك:

1. مبادئ تغيير السلوك
2. النموذج الاجتماعي والبيئي
3. مراحل تغيير السلوك
4. أنشطة تغيير السلوك

رسائل المجتمع



23. أمان الممارسات الجنسية

44. التعامل مع الشائعات

لمحة عامّة

تُعدُّ الشائعات روايات غير مؤكّدة. وغالبًا ما تنتشر الشائعات في المجتمعات المحليّة خلال تفشّي الأوبئة عندما يشعر الناس بالخوف أو القلق حيال المرض. تقدّم الشائعات عادةً تفسيرًا للأمر المجهولة حول المرض، حتى وإن كان التفسير غير صحيح.

تنطوي الشائعات على المعلومات المغلوطة أو المعلومات المضلّلة. تُشير المعلومات المغلوطة إلى نشر معلومات غير صحيحة، من دون نيّة الخداع، عن طريق سوء فهم أو عن طريق الخطأ. تُشكّل الشائعة المتداولة بأنّ الإيبولا سببها الشعوذة مثالًا على المعلومات المغلوطة. في الحقيقة، تنتشر الإيبولا عن طريق فيروس معين، لكن غالبًا ما يظنّ الناس أنه شعوذة لأنهم لا يستطيعون رؤية الفيروس أو لم يسمعوها عن فيروس الإيبولا من قبل.

أما المعلومات المضلّلة فهي القيام بنشر معلومات غير صحيحة عمدًا بهدف خداع الناس أو استغلالهم، مثل "الأخبار الكاذبة"، وهي معلومات مضلّلة مقنّعة بصورة أخبار وغالبًا ما يتم نشرها لتحقيق مكاسب سياسية أو اقتصادية. يُعتبر مثالًا على المعلومات المضلّلة عندما يروّج شخص يبيع حبوب الفيتامين أنّ هذه الأقراص "تشفي" من فيروس نقص المناعة البشرية، على الرغم من علمه بأنّ هذا الأمر غير صحيح.

غالبًا ما ينتشر في فترات تفشّي الأوبئة نوعين من الشائعات:

• إشاعات حول حالات محتملة

° من شأن هذه الشائعات أن تنتهك خصوصية أفراد المجتمع المحليّ وحقهم في السرية وقد تعرّضهم للخطر.

° غالبًا ما تعكس الشائعات مخاوف وتحيزات قائمة مسبقًا داخل المجتمع المحليّ. وقد يؤدي ذلك إلى إلقاء اللوم على أشخاص أو مجموعات مختلفة، يمكن لهذا النوع من المعتقدات غير الصحيحة أن يمنح أعضاء المجتمع المحليّ "الإذن" بالتمييز ضدّ شخص أو مجموعة معيّنة من دون الشعور بالذنب، بسبب المعتقدات غير الصحيحة.

° قد تتسبّب أيضًا في الاستخدام غير الضروري للموارد الصحية أو هدرها عندما يتوجّب متابعة الحالات التي تتناقضها الإشاعات.

• إشاعات حول أسباب المرض وطرق علاجه

° يمكن أن تصرف الانتباه عن الرسائل الصحية العامّة.

° قد تتعارض مع السلوكيات والممارسات الموصى بها لمكافحة الوباء.

° قد تخلق وضعًا خطيرًا للمتطوّعين ومقدّمي الرعاية الصحية إذا تسبّبت بحالة من عدم الثقة بين الناس.

من شأن الانتباه إلى الشائعات أن يساعد على فهم المعتقدات والنصيرات التي تؤثر على الناس. وباستخدام هذه المعلومات، يمكننا أن نجعل رسائلنا خاصّة بالمجتمع المحليّ والسياقات والمعتقدات. كما قد تُشكّل الشائعات جرس إنذار لأخطار مثل العنف أو السلوكيات المحفوفة بالمخاطر كي تتمّ معالجتها بسرعة.

ما الذي يجب أن تفعله وكيفية القيام به

استمع إلى الشائعات والتقط المعلومات المتداولة

- قم بإنشاء نظام للاستماع إلى الشائعات. فالاستماع إلى الشائعات ينطوي على أكثر من مجرد سماع الكلمات التي يستخدمها الناس. ومن أجل الاستماع إلى الشائعات على نحو فعّال، يجب أن:
 - ° تبني الثقة مع أعضاء المجتمع المحلي. لا يُعتبر تحديد الشائعات أمرًا بسيطًا يقوم على سؤال الناس عن الشائعات التي سمعوها. فهذا لن يؤدي بالضرورة إلى كشف الشائعات لأنّ الناس قد يعتقدون أنّها صحيحة وبالتالي لا يعتبرونها من الشائعات. إلى ذلك، قد لا يثق الناس بك كشخص يمكنهم مناقشة معتقداتهم معه بهذه الطريقة.
 - ° تستمع إلى اللّغة التي يريّاح المجتمع المحلي في استخدامها أكثر.
 - استمع إلى وسائل الإعلام الاجتماعية والتقليدية لفهم ما يسمعه الناس وما الذي يجري قوله.
 - انخرط في حوارات مفتوحة وغير مننظمة مع مجموعات متنوّعة من الناس لفهم المعتقدات التي يتبنونها والسبب في ذلك.
 - نطّم مناقشات جماعية مع أفراد المجتمع المحلي وأعضاء الفئات المجتمعية (مثل مجموعات النساء أو الشباب).
 - انتبه لما تسمعه أثناء أداء عملك كمتطوّع، وكذلك خلال وقتك الشخصي.
 - ابتكر طريقة لجمع المعلومات المتعلقة بالشائعات: استخدم سجلًا للشائعات حيث يمكنك تسجيل:

- ° التفاصيل - ما هي الإشاعة؟
- ° التاريخ - متى سمعت الإشاعة؟
- ° المكان - أين سمعت الإشاعة؟
- ° القناة - كيف يتم مشاركة/نشر الإشاعة؟

قم بالإبلاغ عن الشائعات وساعد في التحقق منها

- أبلغ عن الشائعات إلى المشرف الذي تتبعه. أطلب منه التحقق من صحّة الإشاعة.
 - ° في بعض الأحيان، تكون أجزاء من الإشاعة صحيحة وأجزاء أخرى خاطئة. من المهمّ فهم الحقائق.
 - ° اتّبع إرشادات المشرف الذي تتبعه في الكشف عن المزيد من المعلومات حول الإشاعة، إن أمكن ذلك.
 - ° قد يُطلب منك معرفة المزيد من المعلومات حول الإشاعة من أفراد المجتمع المحلي.
 - ° قد يُطلب منك أيضًا التحدّث إلى مصدر الإشاعة لفهم المزيد حول ما يتم قوله ولماذا يُقال.
 - ° اشرح أنّك تتحقّق من صحّة شائعة ما، والتي قد تكون صحيحة أو غير صحيحة، وكّرر الشائعة التي سمعتها.
 - ° اسأل المصدر عمّا هو صحيح/غير صحيح بشأن الإشاعة التي سمعتها واطلب منه ذكر الحقائق وكيف يعرفها بعبارة بسيطة.
 - ° كّرر ما سمعته لتتأكد من أنّك فهمت بشكل صحيح. يجب أن تخرج بفهم واضح لما يصفه - إذا لم تكن متأكدًا فاسأل مرّة أخرى.
 - ° حاول أن تعرف ما الذي أثار هذه الإشاعة. على سبيل المثال، هل بدأت الإشاعة بسبب رسالة مُصاغة بشكل سيّء؟ أو بسبب إعلان حكومي؟ إلخ.

خطة للرد على الشائعات

- صُغ مع المشرف الذي تتبعه خطة لمكافحة الشائعات ومنع انتشارها. لا تتجاهل الشائعات أو تنكرها.

° عادةً لا تختفي الشائعات من تلقاء نفسها وقد تتسبب بمشاكل جمة ما لم تتم مكافحتها.
° استبدل الشائعات بمعلومات دقيقة.

° احترم العادات والمعتقدات المحلية واعمل على مواءمة الرسائل مع المعتقدات والعادات القائمة مسبقاً. على سبيل المثال، قد تكون من الشائعات المنتشرة أنّ الإيبولا ناجم عن الشعوذة؛ الرد التقليدي على هذه الشائعة هو الإشارة إلى الإيبولا كفيروس. غير أنه بدلاً من إنكار هذا المعتقد القائم مسبقاً، قد يكون من المفيد أكثر قبوله وتقديم توصيات ورسائل تتوافق معه مثل: لا تلمس هذا الشخص من دون حماية ولكن لا تتردد في تقديم الطعام [والصلاة] كعربون تعاطف.

° استخدم قنوات الاتصال/الأشخاص الذين يثق بهم أفراد المجتمع المحلي.

° استخدم لغة يفهمها الناس ويشعرون بالارتياح حيالها.

° استمر في التحدث مع أفراد المجتمعات المحلية للتأكد من أنهم يفهمونك.