



الأمراض التنفسية الحادة

التحديث الأخير 22-07-2025

الحقائق الرئيسية

طريقة انتقال العدوى: المنقول بالهواء أو المنقول بالقطرات (عادةً)

- عندما يسعل الأشخاص المصابون أو يعطسون أو ينظفون أنوفهم أو يبصقون، ينشرون القطرات في الجو، ومن ثم يتنفسها الآخرون.
- الاتصال المباشر (على سبيل المثال، التقبيل أو مشاركة الأكواب أو أواني الأكل) بلعاب المصاب أو مخاط أنفه

الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الآثار الضارة

- الأطفال ما دون سن الخامسة
- كبار السن
- الأشخاص الذين يعانون ضعفًا في جهاز المناعة أو أمراضًا تنفسية

الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالمرض

- النازحون والأشخاص الذين يعيشون في بيئات مكتظة

الأعراض

- سعال (قد ينتج عنه المخاط أو البلغم)
- صعوبة في التنفس
- حمى (أحيانًا)

ماذا تستطيع أن تفعل للوقاية ومكافحة الأوبئة؟

الوقاية من الأفراضُ النَّفْثِيَّةُ الحَادَّةُ والسيطرة عليها

- مراقبة المجتمع وتحديد الأشخاص المصابين
- تحديد المشتبه إصابتهم بالأفراضُ النَّفْثِيَّةُ الحَادَّةُ
- تحديد المصابين وعزلهم قبل أن ينقلوا المرض للآخرين

علاج الحالات وإدارتها

- إحالة الحالات الحادة (على سبيل المثال، حمى، وصعوبة في التنفس والتنفس السريع) إلى المرافق الصحية
- إدارة الحالات التغذوية وتحسينها، خصوصاً للأطفال
 - التشجيع على الرضاعة الطبيعية الحصرية للأشهر الستة الأولى من الحياة، والرضاعة الطبيعية المكفلة حتى سن العامين ولا سيما عندما يكون الطفل مريضاً
 - التحقق من الحالة التغذوية الخاصة بالأطفال ما دون سن الخامسة (فحص محيط العضد)، وإحالة حالات سوء التغذية المشتبه بها إلى الخدمات الصحية ودعم برامج التغذية
- توفير الدعم النفسي والاجتماعي للمصابين ولأفراد عائلاتهم

ملاجئ وأماكن آمنة

- الحد من الاكتظاظ وتحسين التهوية في الملاجئ وأماكن العمل والمدارس إن أمكن

نظافة اليدين والنظافة التنفسية

- تعزيز الاهتمام بنظافة اليدين (غسل اليدين بالصابون)
- تعزيز النظافة التنفسية وآداب السعال (تغطية الفم والأنف باستخدام الكم أو المنديل، وغسل اليدين بعد السعال أو العطس، وعدم البصق على الأرض أو في الأماكن العامة)
- استخدام معدات الوقاية الشخصية (على سبيل المثال، الأقنعة)

التعبئة الاجتماعية وتعزيز الصحة

- الاطلاع على النصائح المحددة التي تقدمها السلطات الصحية أو السلطات الأخرى ذات الصلة
- الريادة في اتباع هذه النصيحة وإعلام أعضاء المجتمع بنصائح الممارسات الصحية الحالية
- تقديم الدعم والتشجيع على اتباع النصيحة
 - محاولة فهم ما إذا كانت نصائح الممارسات الصحية تُطبق أو لا وسبب ذلك
 - إرشاد المشرف عليكم والسلطات الصحية، العمل مع المجتمعات لتجاوز العوائق التي تحول دون تطبيق النصيحة الصحية والممارسات الموصى بها

- تعزيز التباعد الجسدي

الخرائط وتقييم المجتمع

- وضع خريطة للمجتمع
- تحديد المعلومات التالية على الخريطة:
 - كم عدد الأشخاص الذين أصيبوا بالأمراض التنفسية الحادة؟ وأين؟
 - كم من الأشخاص لاقوا حتفهم ما هو عدد الوفيات؟ أين حدثت حصلت؟ ومتى؟
 - من هم الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالأمراض التنفسية الحادة وأين هم؟
 - أين المرافق والخدمات الصحية المحلية؟ (بما في ذلك، المعالجون التقليديون)
- تسجيل المعلومات التالية على خلف الجهة الخلفية للخريطة:
 - متى بدأ الأشخاص يُصابون بدأت إصابات الأشخاص بالأمراض التنفسية الحادة؟
 - كم عدد الأشخاص الذين يعيشون في المجتمع الملوّث؟ المتضرّر؟ كم عدد الأطفال دون سن الخامسة؟
 - هل من الشائع العيش معًا في الأماكن المزدحمة؟ هل يتوافر التهوية والهواء النقي في المنازل والمدارس وأماكن العمل؟
 - هل إصابة الأطفال بالأمراض التنفسية الحادة وخيمة شديدة؟ هل تكون إصابة مجموعات أخرى (أعمار معينة، ومهن، ومناطق جغرافية، وما إلى ذلك) بالأمراض التنفسية الحادة وخيمة شديدة؟
 - ما هي عادات المجتمع وممارساته ومعتقداته في ما يتعلق برعاية المرضى وإطعامهم؟ وضع فيخذ بعين الاعتبار الفروقات بين أدوار النساء والرجال ومسؤولياتهم؟
 - عندما يمرض الرضع والأطفال، هل تتابع النساء إرضاعهم؟
 - هل يُطبّق برنامج للتعبئة الاجتماعية أو تعزيز الصحة؟
 - ما المصادر التي يستخدمها الناس / يثقون بها أكثر للحصول على المعلومات؟
 - هل تُنشر هناك شائعات أو معلومات خاطئة عن الأمراض التنفسية الحادة؟ ما هي الشائعات؟