



ما هي أعراض مرض (COVID-19) ومضاعفاته؟

تضمنت الأعراض التي تم الإبلاغ عنها للمرضى المصابين بمرض (COVID-19) أمراض الجهاز التنفسي الخفيفة إلى الشديدة مع ارتفاع درجة الحرارة، والسعال وصعوبة التنفس، فضلاً عن فقدان حاستي التذوق والشم. [استشر وثيقة معلومات حول مرض \(COVID-19\) من إدارة الصحة العامة \(DPH\)](#) وقرأ [دليل مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها \(CDC\)](#).

كيف ينتشر مرض (COVID-19)؟

ينتشر الفيروس عن طريق قطرات رذاذ الجهاز التنفسي التي تنتج عن أنشطة مثل السعال والعطس والحديث والغناء. الفيروس الذي يسبب مرض (COVID-19) [ينتشر من شخص لآخر](#). يمكن لأي شخص مريض بمرض (COVID-19) أن ينشر المرض للآخرين قبل 48 ساعة من ظهور الأعراض عليه. لهذا السبب من المهم جداً ممارسة التباعد الاجتماعي. توصي مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) الأشخاص الذين تم تشخيص إصابتهم بمرض (COVID-19) بعزل أنفسهم إما في المستشفى أو في المنزل (اعتماداً على مدى شدة مرضهم) حتى يتحسنوا ولم يعد لديهم خطر إصابة الآخرين. يتم إخراج الأشخاص من العزل بمجرد عدم تمكنهم من نشر الفيروس للآخرين. يتم إخراج معظم الأشخاص من العزل بمجرد استيفائهم لجميع المتطلبات التالية:

- خلو المريض من الحمى دون استخدام الأدوية الخافضة للحرارة.
- تحسن أعراض المريض (مثل السعال وضيق التنفس).
- مرور ما لا يقل عن 10 أيام منذ ظهور الأعراض أو منذ اليوم الذي تم فيه إجراء اختبارهم الذي كانت نتيجته إيجابية، أيهما أقرب.

قد يحتاج بعض الأفراد الذين يعانون من نقص المناعة والذين يعانون من مرض شديد إلى الخضوع للعزل لفترة أطول.

هل يوجد علاج؟

هناك العديد من علاجات الأجسام المضادة أحادية النسيلة لمرض (COVID-19) الخفيف إلى المتوسط في المرضى المعرضين لمخاطر عالية. يجب على الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بمرض (COVID-19) والذين لديهم نتيجة اختبار إيجابية الاتصال بمقدم الرعاية الصحية الخاص بهم لتحديد العلاجات التي يمكن تحديدها.

هل يوجد لقاح؟

نعم. للحصول على آخر التحديثات حول وصول لقاحات COVID-19 إلى ولاية ماساتشوستس، يرجى زيارة [رابط معلومات لقاح مرض \(COVID-19\) في ولاية ماساتشوستس](#).

لماذا يتم الإبلاغ عن حالات مرض (COVID-19) في ولاية ماساتشوستس على مستوى المدينة/ البلدة؟

وفقاً لجهود الاختبار لدينا، نعلم أن كل مجتمع في ولاية ماساتشوستس قد عانى من تأثير فيروس كورونا ومن المهم إتاحة البيانات على مستوى الولاية من خلال البلديات.

كما هو معتاد في ممارسات الصحة العامة، لن نعلن عن عدد الحالات الإيجابية إذا كان هناك أقل من خمس حالات في عدد السكان البالغ 50,000 أو أقل، وذلك لحماية الخصوصية الفردية.

إن امتلاك القدرة على النظر إلى هذا الفيروس من خلال عدسة تأثيره على مدن وبلدات محددة سيساعدنا على تحديد "النقاط الساخنة" المحتملة، وإفادة استجابة الصحة العامة، ومساعدة المدن والبلدات التي تعمل على إبطاء انتشار هذا المرض، ومساعدة الولاية في نشر الموارد بشكل مناسب. يمكنك عرض [لوحة القيادة التفاعلية لمرض \(COVID-19\)](#) التابعة للولاية لمزيد من البيانات على مستوى الولاية والبلدة.

هل يجب أن أخضع للاختبار؟

يجب أن تخضع للاختبار إذا ظهرت عليك أي أعراض لمرض (COVID-19)، حتى لو كانت خفيفة، أو إذا كنت غير محصّن وخالطت شخصاً ثبتت إصابته بمرض (COVID-19) وفقاً لنتيجة اختبار إيجابية. قد ننصحك أيضاً بإجراء الاختبار إذا لم كنت غير محصناً وسافرت مؤخراً خارج الولاية، فمُ زيارة الرابط www.mass.gov/GetTested لمعرفة المزيد عن اختبار (COVID-19) في ولاية ماساتشوستس.

للحصول على معلومات مفصلة، فمُ زيارة الصفحة الإلكترونية لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC): [إجراء اختبار مرض \(COVID-19\)](#)

يمكنك أيضاً الاتصال بالرقم 1-800-2-2-2، وهو خط هاتفي ساخن مدعوم من الولاية يعمل على مدار 24 ساعة.

أين يمكنني الخضوع لاختبار مرض (COVID-19)؟

فمُ زيارة الرابط mass.gov/CovidTestSearch للعثور على موقع للاختبار بالقرب منك.

لمزيد من التفاصيل حول الاختبار في ولاية ماساتشوستس، يرجى زيارة الرابط [معلومات حول اختبار مرض \(COVID-19\)](#).

ماذا يمكنني أن أفعل إذا كان أحد أفراد أسرتي خاضعاً للحجر الصحي؟

إذا تم تحديد شخص ما في منزلك للخضوع للحجر الصحي:

- فمُ بتخصيص غرفة (وحمام إذا أمكن) لا يمكن أن يستخدمها إلا الشخص المعزول.
- يجب ألا يغادر الشخص الخاضع للحجر الصحي منزله إطلاقاً، باستثناء الخروج لتلقي الرعاية الطبية العاجلة. إذا كانت هناك حاجة إلى رعاية عاجلة، فيجب عليه ارتداء قناع جراحي في جميع الأوقات أثناء وجوده خارج المنزل. لا تستقل الحافلات أو قطارات الأنفاق أو وسائل الركوب المشترك مثل Uber أو Lyft. استخدم سيارة شخصية أو اتصل بسيارة إسعاف للوصول إلى موقع مقدم الرعاية الطبية. واتصل مسبقاً بمقدم الرعاية حتى يكون مستعداً.
- يجب على جميع أفراد الأسرة ممارسة النظافة الشخصية الصارمة. هذا يعني غسل يديك باستمرار بالصابون والماء الدافئ. عند السعال أو العطس، استخدم منديلاً في كل مرة. فمُ اغسل يديك.
- لا تشارك الأطباق أو الكؤوس أو الأكواب أو أدوات المائدة. اغسل كل هذه الأشياء في غسالة الأطباق أو بسائل غسل الأطباق والماء الدافئ.
- امسح الأسطح المستخدمة بشكل متكرر بمنظف منزلي مطهر - خاصة إذا كانت ملوثة بسوائل الجسم مثل اللعاب أو المخاط أو البول أو البراز أو القيء.

- لا تسمح بوجود زوار في منزلك.

إذا لم يكن أفراد الأسرة المتبقين مخالطين لحالة مؤكدة فإنهم ليسوا مطالبين بالخضوع للحجر الصحي في هذا الوقت. ومع ذلك، يجب على جميع أفراد الأسرة ممارسة النظافة الشخصية الصارمة في المنزل وممارسة التباعد الاجتماعي قدر الإمكان عن الفرد الخاضع للحجر الصحي. يجب على جميع أفراد الأسرة مراقبة صحتهم والاتصال بمزود الرعاية الصحية الخاص بهم إذا ظهرت عليهم أعراض توحى بالإصابة بمرض (COVID-19) (مثل الحمى والسعال وضيق التنفس). إذا أصبح الفرد الخاضع للحجر الصحي حالة مرضية، فقد يتم تحديد أفراد الأسرة المتبقين على أنهم مخالطون وسيتعين عليهم الخضوع للحجر الصحي في ذلك الوقت.

لا يُطلب من الأفراد الذين تم تطعيمهم بالكامل الخضوع للحجر الصحي بعد التعرض لمرض (COVID-19).

هل يجب أن أرثدي قناعاً عند الخروج في الأماكن العامة؟

يُنصح جميع السكان غير المحصنين بارتداء أقنعة في الأماكن الداخلية وعندما لا يتمكنون من ممارسة التباعد الاجتماعي. لا تزال الأقنعة مطلوبة لكل من الأفراد المطعمين وغير المطعمين في جميع الأوقات في المواقع التالية:

- في وسائل النقل العامة والخاصة وكذلك في مراكز النقل مثل محطات الحافلات ومحطات القطار والمطارات
- في المدارس التي تخدم الصفوف من الروضة إلى 12 وفي برامج رعاية الأطفال
- في مرافق الرعاية الصحية ومكاتب مقدمي الخدمات الطبية
- في أماكن الرعاية المجمعمة

لمزيد من التفاصيل حول متى تكون الأقنعة مطلوبة، راجع الرابط: www.mass.gov/MaskUpMA

لدي أسئلة حول السفر؟

في ولاية ماساتشوستس، إذا تم تطعيمك بالكامل، يمكنك استئناف الأنشطة التي قمت بها قبل الجائحة. يمكن للأشخاص الذين تم تطعيمهم بالكامل استئناف الأنشطة دون ارتداء قناع أو ممارسة التباعد الجسدي، باستثناء ما هو مطلوب بموجب القوانين والقواعد واللوائح الفيدرالية أو الخاصة بالولاية أو المحلية أو القبلية أو الإقليمية، بما في ذلك إرشادات الأعمال المحلية وإرشادات مكان العمل. إذا لم يتم تطعيمك بعد، فم زيارة الرابط vaxfinder.mass.gov.

للتوصيات المتعلقة بالسفر، يرجى الرجوع إلى [مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها \(CDC\)](#) للمعلومات والتوصيات.

ماذا لو كنت حاملاً؟

أصدرت مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) توجيهات [للأشخاص الحوامل أو المرضعات أو الذين يعتنون بالأطفال الصغار](#)، بما في ذلك الموارد المتعلقة بكيفية حماية نفسك وعائلتك من مرض (COVID-19).

ماذا لو كنت أعاني من القلق والإجهاد؟

لدى إدارة الصحة العقلية في ولاية ماساتشوستس موارد ونصائح حول [الحفاظ على الصحة الانفعالية والرفاهية أثناء تفشي مرض \(COVID-19\)](#).

لدى إدارة الصحة العامة في ولاية ماساتشوستس أيضاً موارد لإدارة الإجهاد أو القلق أو غيرها من المشاعر القوية:

- [بالإنكليزية: نصائح وموارد حول العافية حول العافية في ظل جائحة \(COVID-19\)](#)

- [بالإسبانية: Consejos y recursos para su bienestar COVID-19](#)

[خط المساعدة في حالات الكوارث](#)، 1-800-985-15990، هو خط ساخن وطني يعمل على مدار 24 ساعة في اليوم و7 أيام في الأسبوع، و365 يوماً في السنة، وهو مخصص لتقديم المشورة الفورية للأزمات للأشخاص الذين يعانون من ضائقة انفعالية مرتبطة بأي كارثة طبيعية أو كارثة من صنع الإنسان، بما في ذلك تفشي الأمراض مثل مرض (COVID-19). تتوفر خدمة دعم الأزمات المجانية والمتعددة اللغات والسرية هذه لجميع المقيمين في الولايات المتحدة والأقاليم التابعة لها.

ما هي الموارد المتاحة لي إذا كنت أعاني من مشاكل تتعلق بالعنف الجنسي أو العنف المنزلي خلال هذا الوقت؟

المساعدة والدعم متاحان لك. تتوفر العديد من الخدمات للأشخاص الذين يعانون من مشكلات تتعلق بالعنف الجنسي والعنف المنزلي عن بُعد خلال حالة الطوارئ الصحية العامة بسبب جائحة (COVID-19). فمُ بزيارة [برنامج مكافحة العنف المنزلي](#) وصفحة خدمات الناجين ومنع الاعتداء الجنسي لمزيد من المعلومات.

ما الذي يجب أن يقوم به مهنيو الرعاية الصحية والإدارات الصحية؟

يحتوي موقع إدارة الصحة العامة (DPH) هذا على عدد من الوثائق الإرشادية المصممة لعدد من المجموعات بما في ذلك الأطباء ومرافق الرعاية طويلة الأجل والمدارس والمستجيبين للطوارئ وغيرهم. فمُ بزيارة [صفحة إرشادات وتوجيهات مرض \(COVID-19\)](#). إذا كانت لديك أسئلة محددة، فيمكنك الاتصال بمكتب إدارة الصحة العامة للأمراض المعدية وعلوم المختبرات على مدار 24 ساعة في اليوم و7 أيام في الأسبوع على الرقم 983-6800 (617).

يمكن الاطلاع على توصيات وإرشادات إضافية بشأن مكافحة العدوى، بما في ذلك إرشادات معدات الحماية الشخصية؛ والرعاية المنزلية والعزل؛ والتحقيق في الحالة، على الموقع الإلكتروني لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC): [معلومات لمتخصصي الرعاية الصحية](#). للحصول على معلومات حول جمع العينات وشحنها، راجع [معلومات للمختبرات](#). للحصول على معلومات لأخصائيي الصحة العامة حول مرض (COVID-19)، راجع [معلومات لمتخصصي الصحة العامة](#).