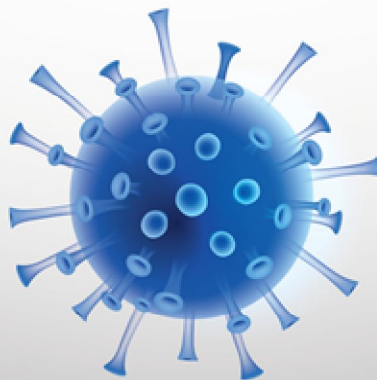




# دليل برنامج علم الاجتماع

لمواجهة فيروس كورونا المستجد  
كوفيد ١٩

دليلك توعوي





Kafrelsheikh University  
Faculty of Arts  
Sociology Program



جامعة كفر الشيخ  
كلية الآداب  
برنامج علم الاجتماع



الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

### فريق الإعداد

الاسم	م
د/ السيد عيد فرج موسى	1
د / فيصل أحمد متولى	2
د / ياسر سليمان محمد	3
أ / شيماء عادل الأشطوخي	4

### فريق المراجعة

الاسم	الوظيفة	م
د/ همت بسيوني عبد العزيز	مدير البرنامج	1
د/ فيصل أحمد متولى عبد الخالق	منسق البرنامج	2

### اللجنة الاستشارية للجودة بالبرنامج

الاسم	الوظيفة	م
أ.د/ ياسر محمد حافظ	خبير معتمد بالهيئة القومية لضمان جودة التعليم والاعتماد	1
أ.د/ خالد عبد الدايم	مدرب معتمد بالهيئة القومية لضمان جودة التعليم والاعتماد	2



يعتمد عميد الكلية  
أ.د./ وليد شوقي البحيري

الرسالة: يلتزم برنامج علم الاجتماع كلية الآداب - جامعة كفر الشيخ بإصدار شريخ طيقا للتعليم القومية الأكاديمية المرجعية قادراً على المنافسة في سوق العمل وإجراء البحوث العلمية في مجال العلوم الاجتماعية بما يخدم المجتمع وتنمية البيئة في إطار من القيم الإيجابية  
شارع الجيش، كفر الشيخ، جمهورية مصر العربية. تليفون و فاكس: +2 0473211853، الموقع الإلكتروني: [www.kfs.edu.eg/arts](http://www.kfs.edu.eg/arts)  
El-Geish Street, Kafrelsheikh, Egypt. Tel. and Fax: +2 0473211853, Website: [www.kfs.edu.eg/arts](http://www.kfs.edu.eg/arts)

الرسالة: يلتزم برنامج علم الاجتماع كلية الآداب - جامعة كفر الشيخ بإصدار شريخ طيقا للتعليم القومية الأكاديمية المرجعية قادراً على المنافسة في سوق العمل وإجراء البحوث العلمية في مجال العلوم الاجتماعية بما يخدم المجتمع وتنمية البيئة في إطار من

الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

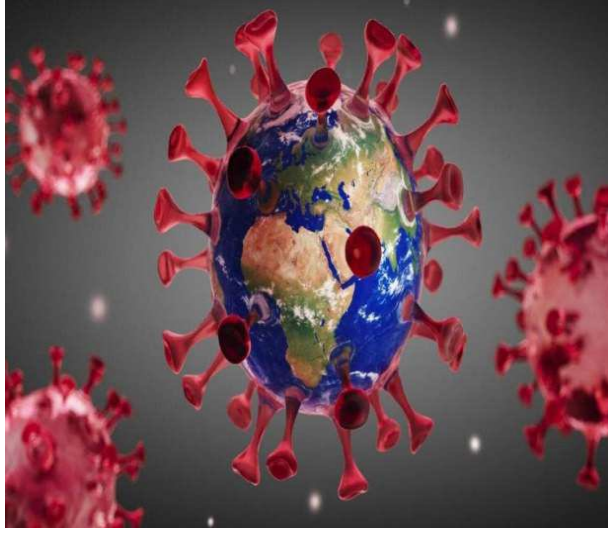
## الفهرس

الصفحة	الموضوع
٤	ماذا تعرف عن فيروس كورونا ؟
٥	ما هي أعراض فيروس كورونا ؟
٨	ما هي الفئات الأشد تعريضاً لمخاطر الإصابة بفيروس كورونا ؟
١٢	كيف ينتقل الفيروس و كيف ينتشر ؟
١٣	ما هي طرق الوقاية من فيروس كورونا ؟
١٧	ماذا ينبغي أن تفعل إذا كنت مصاباً بأعراض covid19 ؟
١٨	ما أبرز المفاهيم الخاطئة والحقائق حول فيروس كورونا ؟
٢٤	ما الأشياء التي يجب تجنبها حتى إذا تم الإعلان عن انتهاء فيروس كورونا ؟
٢٥	كم من الوقت يستغرق ظهور الأعراض ؟
٢٥	ما أهم الأماكن الملوثة بفيروس كورونا بكفر الشيخ و عناوينهم ؟
٣٠	ما الأرقام التي يمكن الاتصال بها عند الاشتباه بفيروس كورونا ؟
٣٢	ما أهم المواقع الإلكترونية التي يمكن الاستعانة بها لمعرفة تطورات فيروس كورونا covid19 ؟
٣٣	أبرز الإجراءات الاحترازية التي قام بها برنامج علم الاجتماع و الكلية لمواجهة فيروس كورونا



الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

## ❖ ماذا تعرف عن فيروس كورونا؟



فيروسات كورونا هي فصيلة كبيرة من الفيروسات واسعة الانتشار معروفة بأنها تسبب أمراضاً تتراوح من نزلات البرد الشائعة إلى الاعتلالات الأشد وطأة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS) ومتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم (السارس) التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان. ومن المعروف أن عدداً من فيروسات كورونا تسبب لدى البشر حالات عدوى الجهاز التنفسي .

وفيروس كورونا المستجد COVID-19 هو

فيروس حيواني المصدر ينتقل للإنسان عند المخالطة اللصيقة لحيوانات المزرعة أو الحيوانات البرية المصابة بالفيروس. كما ينتقل عند التعامل مع فضلات هذه الحيوانات أو مخالطة الحيوانات أو ملامسة الأغذية الملوثة أو انتقاله من شخص لآخر، حيث خلصت التحريات المفصلة إلى أن فيروس كورونا المسبب لمتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم قد انتقلت من قطط الزباد إلى البشر في الصين عام ٢٠٠٢، فيما انتقل فيروس كورونا المسبب لمتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (Mers) من الإبل إلى البشر في المملكة العربية السعودية في عام ٢٠١٢. ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس إلا بعد الإبلاغ عن مجموعة من حالات الالتهاب الرئوي الفيروسي (السارس) في مدينة يوهان Wuhan، و عاصمة مقاطعة هوبي وأكبر مدينة في وسط الصين ويبلغ عدد سكانها حوالي ١١ مليون نسمة في ديسمبر ٢٠١٩. وتنبأ منظمة الصحة العالمية للبلدان والأفراد باحتمالية انتشار المرض، ومن المرجح أن يتم الكشف عن سلالات جديدة من الفيروس مع تحسّن وسائل الترصدّ حول العالم.

وقد تتبع علماء الأوبئة المصدر المحتمل لتفشي المرض إلى سوق هونان Hunan للمأكولات البحرية بالجملة في وسط مدينة ووهان Wuhan، حيث يعتقدون أن الفيروس انتقل في البداية من الحيوانات إلى البشر. وفقاً لمنظمة الصحة العالمية WHO، فإن الغالبية العظمى من الحالات والوفيات تقع في البر الرئيسي للصين.، إلى أن انتشر في جميع أنحاء العالم، حيث يصيب الجهاز التنفسي للإنسان، ولم يتم اكتشاف مصل للتصدي له حتى الآن .



الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

## ❖ ما هي أعراض فيروس كورونا؟

تتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد-١٩ في الحمى والإرهاق والسعال الجاف. وقد يعاني بعض المرضى من الآلام والأوجاع، أو احتقان الأنف، أو الرشح، أو ألم الحلق، أو الإسهال. وعادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ تدريجياً. ويصاب بعض الناس بالعدوى دون أن تظهر عليهم أي أعراض ودون أن يشعروا بالمرض. ويتعافى معظم الأشخاص (نحو ٨٠%) من المرض دون الحاجة إلى علاج خاص. وتشتد حدة المرض لدى شخص واحد تقريباً من كل ٦ أشخاص يصابون بعدوى كوفيد-١٩ حيث يعانون من صعوبة التنفس. وتزداد احتمالات إصابة المسنين والأشخاص المصابين بمشكلات طبية أساسية مثل ارتفاع ضغط الدم أو أمراض القلب أو داء السكري، بأمراض وخيمة. وقد توفي نحو ٢% من الأشخاص الذين أصيبوا بالمرض. وينبغي للأشخاص الذين يعانون من الحمى والسعال وصعوبة التنفس التماس الرعاية الطبية. وتتمثل أعراض كوفيد-١٩ الأكثر شيوعاً فيما يلي:

### أعراض فيروس كورونا



1	الحمى وارتفاع درجة الحرارة
2	السعال
3	ضيق النفس والإجهاد العام
4	القيء والإسهال
5	سيلان الأنف
6	التهاب الحلق

تتدرج حدة الأعراض وفقاً لنوع الفيروس وجيله

- ❖ الحمى
- ❖ السعال الجاف
- ❖ الإجهاد

الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

وتشمل الأعراض الأخرى الأقل شيوعاً التي قد تصيب بعض المرضى ما يلي:



❖ فقدان التذوق والشم،

❖ احتقان الأنف،

❖ الغثيان أو القيء،

❖ احمرار العينين،

❖ الإسهال،

❖ ألم الحلق،

❖ الصداع،

❖ الرعشة أو الدوخة.

❖ آلام العضلات أو المفاصل،

❖ مختلف أنماط الطفح الجلدي،

وعادة ما تكون الأعراض خفيفة، ويصاب بعض الأشخاص بالعدوى ولكن لا تظهر عليهم إلا أعراض خفيفة للغاية أو لا تظهر عليهم أي أعراض بالمرة. وتشمل العلامات التي تشير إلى مرض كوفيد-19 الوخيم ما يلي:

❖ ضيق النفس،

❖ انعدام الشهية،

❖ التخليط أو التشوش،

❖ الألم المستمر أو الشعور بالضغط على الصدر،

❖ ارتفاع درجة الحرارة (أكثر من 38 درجة مئوية).

وتشمل الأعراض الأخرى الأقل شيوعاً ما يلي:

❖ سرعة التهيج،

❖ التخليط/التشوش،

❖ انخفاض مستوى الوعي (الذي يرتبط بالنبوبات)،

❖ القلق والاكتئاب،

❖ اضطرابات النوم،





**الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.**

❖ مضاعفات عصبية أشد وخامة وندرة مثل السكتات الدماغية والتهاب الدماغ والتهان وتلف الأعصاب.

وينبغي للأشخاص من جميع الأعمار الذين يعانون من الحمى و / أو السعال المرتبط بصعوبة التنفس أو ضيق النفس، والشعور بالألم أو بالضغط في الصدر، أو فقدان النطق أو الحركة، التماس الرعاية الطبية على الفور. اتصل أولاً إن أمكن بمقدم الرعاية الصحية أو الخط الساخن أو المرفق الصحي، لتوجيهك إلى العيادة الملائمة.

## إزاي تفرق بين فيروس كورونا والإنفلونزا العادية؟

### الإنفلونزا

1% نسبة الوفاة بين المصابين  
تظهر أعراضه خلال ساعات  
يوجد عدة لقاحات متوفرة لعلاج

صداع خفيف  
ارتفاع في درجة الحرارة  
عطس ورشح وتواصل لدى بعض الحالات  
سعال (بصاحبه بلغم)  
ضيق تنفس  
التهاب في الحلق  
الالتهاب الرئوي الحاد  
يصعب تكرار السن ودوي للأمراض المزمنة  
(الصدغي والرئوي وأمراض القلب)

تشعيرة  
إرهاق خفيف  
الام في العضلات

### فيروس كورونا

3.4% نسبة الوفاة بين المصابين  
أعراضه تظهر في فترة من 2-14 يوم  
لا يوجد لقاح مضاد للفيروس حتى الآن

صداع شديد ومستمر  
ارتفاع شديد في درجة الحرارة  
(تتراوح بين 98% من الحالات)  
العطس والرشح (نادر الحدوث)  
سعال جاف (شائع بين 82% من الحالات)  
ضيق وصعوبة في التنفس  
لا يوجد التهاب في الحلق  
الالتهاب الرئوي يحدث في حالات متطورة

تشعيرة (نادرة الحدوث)  
إرهاق شديد (شائع بين 94% من الحالات)  
لا يوجد الام في العضلات



www.care.gov.eg

المصدر: منظمة الصحة العالمية

الفرق بين فيروس كورونا والإنفلونزا العادية

مجلس الوزراء المصري  
مركز المعلومات ودعم اتخاذ القرار



الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

## ❖ ماهي الفئات الأشد تعرضاً لمخاطر الإصابة بفيروس كورونا؟

❖ تزداد مخاطر الإصابة بمضاعفات وخيمة بين الأشخاص البالغين ٦٠ عاماً أو أكثر من العمر، والأشخاص الذين يعانون من مشكلات طبية كامنة ومزمنة، مثل ارتفاع ضغط الدم أو مشكلات القلب والرتنين، أو داء السكري أو السمنة أو السرطان. ومع ذلك فقد يصاب أي شخص بعدوى كوفيد-١٩ ويعاني من مضاعفات خطيرة أو يتوفى في أي عمر كان. كما يمكن أن تزيد الحالات الصحية الأخرى، مثل أمراض القلب أو الرئة، من احتمال نشوء أعراض خطيرة إذا أصبت بمرض فيروس كورونا ٢٠١٩ (كوفيد ١٩). ويمكن أن تتفاوت أعراض مرض فيروس كورونا ٢٠١٩ (كوفيد ١٩) بشكل كبير. لا يصاب بعض الأشخاص بأي أعراض على الإطلاق، بينما يصاب آخرون بأعراض شديدة لدرجة أنهم يحتاجون في النهاية إلى الاستعانة بأجهزة التنفس.

❖ وقد يزداد خطر الإصابة بأعراض خطيرة ناتجة عن كوفيد ١٩ لدى الأشخاص الأكبر سناً، وكذلك لدى الأشخاص بأي عمر إذا كانوا مصابين بمشاكل صحية خطيرة أخرى — مثل أمراض القلب أو الرئة أو ضعف جهاز المناعة أو السمنة أو السكري. وهذا مشابه لما يحدث عند الإصابة بأمراض الجهاز التنفسي الأخرى، مثل الإنفلونزا. في حين أن كل واحد من هذه العوامل يمكن أن يزيد من خطر الإصابة بأعراض كوفيد ١٩ الشديدة، فإن مستوى الخطر يرتفع مع ازدياد عدد الحالات الصحية الموجودة لدى الشخص. وقد تزداد نسبة الإصابة بفيروس كورونا المستجد في الحالات الآتية :

### ١) تقدم السن :

يمكن أن تصيب عدوى كوفيد ١٩ الأشخاص من جميع الأعمار، حتى الأطفال. ولكنه يؤثر بشكل أكبر على البالغين متوسطي العمر ومن هم أكبر سناً. يزداد احتمال الإصابة بأعراض خطيرة مع تقدم العمر، حيث أن الأشخاص بعمر ٨٥ عاماً أو أكبر هم الأكثر عرضة للإصابة بأعراض خطيرة. في الولايات المتحدة، كانت حوالي ٨٠٪ من الوفيات المرتبطة بهذا المرض بين من تبلغ أعمارهم ٦٥ عاماً وأكثر. وتزداد الخطورة أكثر من ذلك بالنسبة لكبار السن إذا كانت لديهم حالات صحية أخرى. وكذلك المقيمون في دور المسنين معرضون لخطر مرتفع لأنهم غالباً ما يكونون مصابين أصلاً بالعديد من المشاكل الصحية، علاوة على تقدمهم في السن. ويمكن أن تنتشر الجراثيم بسهولة كبيرة بين الأشخاص الذين يعيشون على مقربة من بعضهم البعض. كما أن كبار السن أكثر عرضة للإصابة بداء الزهايمر، مما يصعب تذكرهم للاحتياطات الموصى بها للوقاية من العدوى. ولذا يجب اتباع الإرشادات المخصصة لمنع العدوى.



الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

## ٢) المشاكل الرئوية، بما في ذلك الربو :

يُستهدف كوفيد ١٩ الرئتين، ولذا يزداد احتمال حدوث أعراض حادة إذا كانت لديك مشاكل سابقة في الرئة، مثل:

❖ داء الانسداد الرئوي المزمن (COPD)

❖ سرطان الرئة.

❖ التليف الكيسي.

❖ التليف الرئوي.

❖ الربو بدرجة تتراوح بين المتوسطة والحادة.

مع أن بعض الأدوية المخصصة لهذه الحالات يمكن أن تُضعف جهاز المناعة لديك، من الضروري الاستمرار في تناول الأدوية المنتظمة (أدوية المداومة) للتحكم في الأعراض قدر الإمكان. نقترح أن تتحدث مع طبيبك بشأن الحصول على كميات احتياطية من الأدوية المصروفة بوصفة طبية، مثل أجهزة الاستنشاق الخاصة بالربو. وقد يساعدك ذلك على تجنب الأمور التي تؤدي لتفاقم الربو. ويمكن أن تؤدي ردود الفعل العاطفية والتوتر لإثارة نوبات الربو لدى بعض الأشخاص. كما يمكن أن يلحق تدخين السجائر الإلكترونية والعادية الضرر بالرئتين ويثبط جهاز المناعة، مما يزيد من خطر حدوث مضاعفات خطيرة عند الإصابة بكوفيد ١٩.

## ٣) مرض القلب :

يمكن للعديد من أنواع أمراض القلب أن تزيد احتمال الإصابة بأعراض كوفيد ١٩ الشديدة. وتتضمن:

❖ اعتلال عضلة القلب

❖ فرط ضغط الدم الرئوي

❖ مرض القلب الخلقى

❖ فشل القلب

❖ مرض الشريان التاجي.

**الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.**

## ٤) السكري والسمنة :

قد يزيد داء السكري بنوعيه الأول والثاني من خطر إصابتك بأعراض خطيرة ناتجة عن كوفيد ١٩. كما يزداد الخطر عند ارتفاع مؤشر كتلة الجسم (BMI) ووصوله لدرجة السمنة أو السمنة المفرطة. كلا السكري والسمنة يقللان من كفاءة الجهاز المناعي. ويزيد السكري من احتمال الإصابة بالعدوى عمومًا. ويمكن الحد من الخطر عن طريق السيطرة على مستويات السكر في الدم والاستمرار في تناول أدوية السكري والإنسولين حسب تعليمات الطبيب. إذا كنت مصابًا بزيادة الوزن أو السمنة المفرطة، فاحرص على إنقاص وزنك عن طريق اتباع نظام غذائي صحي وممارسة الأنشطة البدنية بانتظام.

## ٥) السرطان وبعض اضطرابات الدم :

تزداد احتمالية تعرض الأشخاص المصابين حاليًا بالسرطان لأمراض أكثر خطورة بسبب مرض فيروس (كوفيد-١٩). وقد تتفاوت هذه المخاطر بناءً على نوع السرطان ونوع العلاج المقدم. وفقر الدم المنجلي هو حالة أخرى تزيد احتمالية التعرض لأعراض مرض فيروس كوفيد-١٩. يؤدي هذا الاضطراب الموروث إلى تصلب كرات الدم الحمراء وتلاصقها واتخاذها شكلًا يشبه حرف C. وتموت كرات الدم الحمراء المشوهة هذه مبكرًا، وبهذا لا يمكن نقل الأكسجين في داخل جسمك. يسبب هذا أيضًا انسدادات مؤلمة في الأوعية الدموية الدقيقة. وقد يؤدي اضطراب موروث آخر في الدم يطلق عليه الثلاسيميا إلى جعلك أكثر عرضة لأعراض مرض فيروس كوفيد-١٩ الحادة. وفي حالة الثلاسيميا، لا ينتج الجسم ما يكفي من الهيموغلوبين، ويؤثر هذا بدوره على مدى قدرة حمل كرات الدم الحمراء للأكسجين.

## ٦) ضعف الجهاز المناعي :

يحارب الجهاز المناعي الصحي الجراثيم المسببة للمرض. لكن يمكن للعديد من الحالات الصحية والعلاجات أن تُضعف جهاز المناعة، بما في ذلك:

- ❖ عمليات زراعة أعضاء .
- ❖ علاجات السرطان .
- ❖ زراعة نخاع العظم .
- ❖ فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) / مرض الإيدز (AIDS) .
- ❖ الاستخدام طويل الأمد لعقار بريدنيزون أو الأدوية المماثلة التي تضعف جهاز المناعة.



## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

إذا كان جهازك المناعي ضعيفاً، فقد تحتاج إلى اتخاذ احتياطات إضافية لتجنب الفيروس المسبب لكوفيد ١٩. قد تُوجَل المواعيد الطبية الروتينية أو تُعَقَد عبر الهاتف أو من خلال اتصالات الفيديو. ننصحك باستلام الأدوية من خلال خدمة التوصيل بالبريد حتى لا تضطر إلى الذهاب إلى الصيدلية.

### (٧) أمراض الكلى أو الكبد المزمنة :

يمكن لأمراض الكلى أو الكبد المزمنة أن تضعف جهاز المناعة، مما قد يزيد من خطر إصابتك بأعراض خطيرة عند العدوى بكوفيد ١٩. بالإضافة إلى ذلك، قد تؤدي أعراض كوفيد ١٩ الخطيرة والأدوية المستخدمة لعلاجها إلى آثار سلبية على الكبد. وإذا كنت تعتمد على غسيل الكلى للتعامل مع مرض الكلى المزمن، فعليك أن تحضُر جميع مواعيد غسيل الكلى. وأخبر طبيبك في حال شعرت بالمرض.

### (٨) متلازمة داون :

تزيد متلازمة داون من احتمال الإصابة بعدوى الرئة بشكل عام، لذا فإنها ترفع نسبة التأثير بعدوى كوفيد ١٩. كما أن متلازمة داون مرتبطة أصلاً بزيادة التعرض للعديد من المشكلات الصحية المرتبطة باشتداد أعراض كوفيد ١٩ — بما في ذلك أمراض القلب وانقطاع النفس النومي والسمنة والسكري. ويعيش العديد من البالغين المصابين بمتلازمة داون في دور رعاية المسنين، حيث قد يصعب تجنب التعرض للجراثيم التي ينقلها المقيمون والموظفون. وغالباً ما تؤثر متلازمة داون أيضاً على القدرات الذهنية، لذا فقد يكون من الصعب على هذه المجموعة اتباع التدابير الوقائية.



الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

## ❖ كيف ينتقل فيروس كورونا وينتشر؟

يمكن أن يصاب الأشخاص بعدوى مرض كوفيد-19 عن طريق الأشخاص الآخرين المصابين بالفيروس. ويمكن للمرض أن ينتقل من شخص إلى شخص عن طريق القطرات الصغيرة التي تنتشر من الأنف أو الفم عندما يسعل الشخص المصاب بمرض كوفيد-19 أو يعطس. وتتساقط هذه القطرات على الأشياء والأسطح المحيطة بالشخص. ويمكن حينها أن يصاب الأشخاص الآخرون بمرض كوفيد-19 عند ملامستهم لهذه الأشياء أو الأسطح ثم لمس عينيهم أو أنفهم أو فمهم. كما يمكن أن يصاب الأشخاص بمرض كوفيد-19 إذا تنفسوا القطرات التي تخرج من الشخص المصاب بالمرض مع سعاله أو زفيره. ولذا فمن الأهمية بمكان الابتعاد عن الشخص المريض بمسافة تزيد على متر واحد.



وتشير الدراسات التي أجريت حتى يومنا هذا إلى أن الفيروس الذي يسبب كوفيد-19 ينتقل في المقام الأول عن طريق ملامسة القطرات التنفسية لا عن طريق الهواء. كما تتمثل الطريقة الرئيسية لانتقال المرض في القطرات التنفسية التي يفرزها الشخص عند السعال.

## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

وتتضاءل احتمالات الإصابة به عن طريق شخص عديم الأعراض بالمرّة. ولكن العديد من الأشخاص المصابين بالمرض لا يعانون إلا من أعراض طفيفة. وينطبق ذلك بصفة خاصة على المراحل المبكرة للمرض. ولذا فمن الممكن الإصابة بكوفيد-19 عن طريق شخص يعاني من سعال خفيف ولا يشعر بالمرض.

كما تبدو مخاطر انتقال كوفيد-19 عن طريق براز الشخص المصاب بالعدوى محدودة. وفي حين أن الشواهد المبدئية تشير إلى أن الفيروس قد يتواجد في البراز في بعض الحالات، فإن انتشاره عبر هذا المسار لا يشكل إحدى السمات الرئيسية للفاشية. وتعكف المنظمة على تقييم البحوث الجارية بشأن طرق انتشار مرض كوفيد-19 وستواصل نشر النتائج الجديدة. ولكن نظراً إلى ما ينطوي عليه ذلك من مخاطر، فإنه يعد سبباً آخر لتنظيف اليدين بانتظام بعد استخدام دورة المياه وقبل تناول الطعام.

وتستمر معاناة بعض الأشخاص الذين أصيبوا بكوفيد-19 من الأعراض، سواء احتاجوا إلى دخول المستشفى أم لا، بما في ذلك الشعور بالإجهاد والأعراض التنفسية والعصبية. وتعمل منظمة الصحة العالمية مع شبكتها التقنية العالمية للتدبير العلاجي السريري لكوفيد-19 والباحثين ومجموعات المرضى في جميع أنحاء العالم، لتصميم الدراسات وإجرائها على المرضى الذين تجاوزوا المسار الأولي للمرض، بغية تحديد نسبة المرضى الذين يصابون بآثار طويلة الأجل ومدة استمرار هذه الآثار وأسباب حدوثها.

## ❖ ما هي طرق الوقاية من فيروس كورونا؟

حافظ على سلامتك باتخاذ بعض الاحتياطات البسيطة، مثل التباعد البدني ولبس الكمامة،



لاسيما عندما يتعذر الحفاظ على التباعد البدني، والحفاظ على التهوية الجيدة في الغرف، وتلافي التجمعات والمخالطة عن قرب، وتنظيف يديك بانتظام، والسعال في مرفقك المثنى أو في منديل ورقي. واتباع النصائح المحلية في المكان الذي تعيش وتعمل فيه. ويمكن الحد من احتمال الإصابة بكوفيد-19 أو من انتشاره باتخاذ بعض الاحتياطات، مثل:

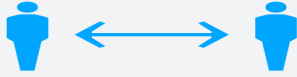


## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

- ١) نظف يديك جيداً بانتظام بفركهما بمطهر كحولي لليدين أو بغسلهما بالماء والصابون، و من شأنه أن يقتل الفيروسات التي قد تكون على يديك.
- ٢) احتفظ بمسافة لا تقل عن متر واحد (٣ أقدام) بينك وبين أي شخص يسعل أو يعطس، فعندما يسعل الشخص أو يعطس، تنتشر من أنفه أو فمه قطرات سائلة صغيرة قد تحتوي على الفيروس. فإذا كنت شديد الاقتراب منه يمكن أن تتنفس هذه القطرات، بما في ذلك الفيروس المسبب لمرض كوفيد-١٩ إذا كان الشخص مصاباً به.
- ٣) تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك، فإذا تلوّثت اليدين فإنهما قد تنقلان الفيروس إلى العينين أو الأنف أو الفم. ويمكن للفيروس أن يدخل الجسم عن طريق هذه المنافذ ويصيبك بالمرض.

### إجراءات الوقاية من فيروس كورونا المستجد

هل أنت بصحة جيدة؟



حافظ على التباعد الاجتماعي

هل تحس بأعراض المرض؟



لا تغادر بيتك

أنت دائم التنقل؟



اغسل يديك بشكل دوري

أنت مضطر للذهاب إلى العمل؟



استعمل الدراجة أو السيارة

أهلك أو جيرانك من كبار السن؟



قدم المساعدة مع المحافظة على التباعد

أنت رب عمل؟



اسمح ما أمكن بالعمل من البيت

المصدر: Zeit-Online



- ٤) تأكد من اتّباعك أنت والمحيطين بك لممارسات النظافة التنفسية الجيدة. ويعني ذلك أن تغطي فمك وأنفك بكوعك المثنى أو بمنديل ورقي أو الكمامة عند السعال أو العطس، ثم التخلص من المنديل المستعمل أو الكمامة على الفور. لماذا؟ لأن القطرات تنشر الفيروس. وباتّباع ممارسات النظافة التنفسية الجيدة تحمي الأشخاص من حولك من الفيروسات مثل فيروسات البرد والأنفلونزا وكوفيد-١٩.

## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

٥) إلزم المنزل إذا شعرت بالمرض. إذا كنت مصاباً بالحمى والسعال وصعوبة التنفس، واعزل نفسك بالبقاء في المنزل حتى تتعافى تماما. وإذا تطلب الأمر الاستعانة بشخص ما لإحضار ما تحتاج إليه من لوازم أو كنت مضطرا إلى الخروج لشراء ما تأكله مثلا، فارتد قناعا لتجنب نقل العدوى إلى أشخاص آخرين. لماذا؟ سيسمح تجنبك لمخالطة الآخرين وزيارتك للمرافق الطبية بأن تعمل هذه المرافق بمزيد من الفعالية، وسيساعدان على حمايتك أنت والآخرين من الفيروس المسبب لمرض كوفيد-١٩ وسائر الفيروسات، وإذا كنت تعاني من الحمى والسعال وصعوبة التنفس، التمس المشورة الطبية على الفور، فقد تكون مصاباً بعدوى الجهاز التنفسي أو حالة مرضية وخيمة أخرى. واتصل قبل الذهاب إلى مقدم الرعاية وأخبره إن كنت قد سافرت أو خالطت أي مسافرين مؤخرا.

لماذا؟ إن اتصالك المسبق بمقدم الرعاية سيسمح له بتوجيهك سريعا إلى مرفق الرعاية الصحية المناسب. وسيساعد ذلك أيضاً على منع أي انتشار محتمل للفيروس المسبب لمرض كوفيد-١٩ وغيره من الفيروسات.

٦) حافظ على التهوية الجيدة في الغرفة، وإذا كنت تتقاسم غرفة مع أشخاص آخرين، باعد بين الأسرة بمسافة متر واحد على الأقل، وراقب نفسك لتحري ظهور الأعراض لمدة ١٤ يوماً، وحافظ على إيجابيتك بالبقاء على اتصال بأحبائك عبر الهاتف أو الإنترنت، وبممارسة التمارين الرياضية في المنزل.

٧) إذا كنت تعيش في منطقة تنتشر فيها الملاريا أو حمى الضنك، التمس المساعدة الطبية في حال إصابتك بالحمى. والبس كمامة أثناء ذهابك إلى مرفق الرعاية الصحية وعودتك منه وأثناء حصولك على الرعاية الطبية، وابتعد بمسافة متر واحد على الأقل عن الآخرين، وتجنب لمس الأسطح المحيطة بيديك. وينطبق ذلك على البالغين والأطفال. اقرأ سؤال وجواب عن الملاريا وكوفيد-١٩ للحصول على المزيد من المعلومات.

٨) اطلع باستمرار على آخر تطورات فيروس كوفيد-١٩. واتبع المشورة التي يسديها مقدم الرعاية الصحية أو سلطات الصحة العمومية الوطنية والمحلية أو صاحب العمل بشأن كيفية حماية نفسك والآخرين من مرض كوفيد-١٩. لماذا؟ تتوفر للسلطات الوطنية والمحلية أحدث المعلومات عما إذا كان مرض كوفيد-١٩ ينتشر في منطقتك. فهي الأقدر على إسداء المشورة بشأن الإجراءات التي يمكن أن يتخذها الأشخاص في منطقتك لحماية أنفسهم.

٩) اطلع باستمرار على آخر المعلومات عن بؤر تفشي عدوى كوفيد-١٩ (المدن أو المناطق المحلية التي ينتشر فيها كوفيد-١٩). وتجنب السفر إلى هذه الأماكن قدر الإمكان، خصوصا إذا كنت مسنأ أو مصاباً بداء السكري أو بأحد أمراض القلب أو الرئة. لماذا؟ لأن هناك احتمال أكبر أن تصاب بعدوى مرض كوفيد-١٩ في إحدى هذه المناطق.

الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.



١٠) اتّبع إرشادات تدابير الحماية للجميع في حال بدأت تشعر بالتوعك، ولو بأعراض خفيفة كالصداع والحمى المنخفضة الدرجة (٣٧,٣ درجة مئوية أو أكثر) ورشح خفيف في الأنف، كما ينبغي فحص كل شخص تظهر عليه أعراض، قدر الإمكان. ويمكن للأشخاص غير المصابين بأعراض الذين خالطوا عن كثب شخصاً مصاباً أو يُحتمل أن يكون مصاباً، أن ينظروا أيضاً في الخضوع للاختبار - اتصل بالسلطات الصحية المحلية واتّبع إرشاداتها.

١١) أستخدم اختبار جزيئي للكشف عن فيروس كورونا- سارس-٢ وتأكد الإصابة بكوفيد-١٩. ويُعد تفاعل البوليميراز المتسلسل الاختبار الجزيئي الأكثر استخداماً. وتؤخذ العينات باستخدام مسحة من الأنف و/ أو الحلق. وتؤدي الاختبارات الجزيئية إلى الكشف عن الفيروس في العينة بتضخيم المواد الجينية الفيروسيّة إلى مستويات يمكن الكشف عنها. ولهذا السبب، يُستخدم الاختبار الجزيئي لتأكيد العدوى النشطة، وعادة ما يُجرى في غضون بضعة أيام من التعرض وفي الوقت الذي قد تبدأ فيه الأعراض في الظهور تقريباً.

١٢) تكشف الاختبارات السريعة (اختبار التشخيص السريع) عن البروتينات الفيروسيّة. وتؤخذ العينات باستخدام مسحة من الأنف و/ أو الحلق. وتُعد هذه الاختبارات أقل تكلفة من اختبار تفاعل البوليميراز المتسلسل وتظهر نتائجها في وقت أسرع، و عادة ما تكون أقل دقة. ويكون أداء هذه الاختبارات أفضل عندما يكثر عدد الفيروسات السارية في المجتمع المحلي وعندما تؤخذ العينة من الشخص في الوقت الذي تشد فيه قدرتها على العدوى.

١٣) اختبارات الأجسام المضادة التي يمكن أن تخبرنا إذا كان الشخص قد أصيب بالعدوى في الماضي، حتى لو لم يكن قد أصيب بأعراض. وهذه الاختبارات التي تُعرف أيضاً باسم الاختبارات المصلية وتُجرى عادة على عينة الدم.



الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

## ❖ ماذا ينبغي أن أفعل إذا كنت مصاباً بأعراض كوفيد-19؟

(١) إذا كنت مصاباً بأعراض تشير إلى عدوى كوفيد-19، اتصل بمقدم الرعاية الصحية أو الخط الساخن المخصص لكوفيد-19 للحصول على التعليمات ومعرفة متى وأين يمكنك إجراء الاختبار، والزم المنزل لمدة ١٤ يوماً في معزل عن الآخرين وراقب صحتك.

(٢) إذا كنت تعيش في منطقة تنتشر فيها الملاريا أو حمى الضنك، التمس الرعاية الطبية في حال إصابتك بالحمى.

(٣) إذا كنت تعاني من ضيق النفس أو ألم أو ضغط في الصدر، التمس الرعاية الطبية على الفور. اتصل بمقدم الرعاية الصحية أو بالخط الساخن مسبقاً، لتوجيهك إلى المرفق الصحي المناسب.

(٤) إذا كانت الإرشادات المحلية توصي بزيارة أحد المراكز الطبية لإجراء الاختبار أو التقييم أو العزل، البس كمامة طبية أثناء ذهابك إلى المرفق وعودتك منه وأثناء حصولك على الرعاية الطبية. وابتعد بمسافة متر واحد على الأقل عن الآخرين وتجنب لمس الأسطح بيديك. وينطبق ذلك على البالغين والأطفال.





الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

## ❖ ما أبرز المفاهيم الخاطئة والحقائق حول فيروس كورونا؟

تنتشر حالياً الكثير من المفاهيم الخاطئة والمعلومات المضللة حول فيروس كوفيد-١٩، ف نجد الكثيرون ممن يوصون بتناول الثوم وتفادي البعوض وغيرها من النصائح التي لا أساس لها من الصحة. ومن المعروف أن الأخبار الكاذبة والمعلومات المضللة، مهما كان نوعها، باتت تنتشر بسرعة كبيرة، إذ تسهم وسائل التواصل الاجتماعي في تسريع نشر المعلومات غير الدقيقة التي يتم تداولها في مثل هذه الظروف الاستثنائية التي يواجهها العالم في ظل انتشار فيروس كوفيد-١٩. وتأتي المعلومات الخاطئة عادة من مصادر غير موثوقة. لذلك، عند تلقي أي معلومة عبر الإنترنت، يجب التحقق من مصدرها والبحث عما إذا صدرت عن جهة موثوقة، مثل منظمة الصحة العالمية ودائرة الصحة\_أبوظبي، اللتان تعملان على تحديث المعلومات على مواقعهما الإلكترونية لإيصال آخر المستجدات والمعلومات الدقيقة حول فيروس كوفيد-١٩. ونورد فيما يلي بعض المفاهيم الخاطئة ونوضح الحقائق المتعلقة بها.

الحقيقة	مفهوم خاطئ
لا ينتشر فيروس كورونا عن طريق لدغات البعوض. كوفيد-١٩ هو فيروس تنفسي ينتشر بشكل أساسي من شخص لآخر عن طريق الرذاذ الذي يخرج من الجهاز التنفسي عند سعال أو عطس شخص مصاب.	فيروس كورونا ينتقل عبر البعوض
يؤثر كوفيد-١٩ على الأشخاص من جميع الأعمار، وعلى الجميع اتخاذ الاحتياطات اللازمة للوقاية منه، مثل غسل اليدين بانتظام والالتزام بالتباعد الجسدي. أما كبار السن والأشخاص الذين يعانون من مشاكل صحية، فهم أكثر عرضة للأعراض الخطيرة للمرض.	فيروس كوفيد-١٩ يؤثر على كبار السن فقط

الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

كلا، مجففات الأيدي ليس فعالة في القضاء على فيروس كورونا المستجد.  
لحماية نفسك من الفيروس الجديد يجب المداومة على تنظيف اليدين بفركهما بواسطة مطهر كحولي أو غسلهما بالماء والصابون. وبعد تنظيف اليدين يجب تجفيفهما تماماً بمحارم ورقية أو بمجففات الهواء الساخن.

هل مجففات الأيدي (المتوافرة في المراحيض العامة مثلاً) فعالة في القضاء على فيروس كورونا المستجد خلال 30 ثانية؟



### الحقيقة

### مفهوم خاطئ

تشير جميع الأدلة إلى أن فيروس كوفيد-19 ينتشر في جميع المناطق الجغرافية، حتى المناطق التي تتميز بمناخ حار ورطب.

ينتقل فيروس كوفيد-19 بسهولة أكبر في الأماكن الأكثر دفئاً ورطوبة

لا تستطيع المضادات الحيوية القضاء على فيروس كوفيد-19، لأنها تفيد فقط في القضاء على العدوى البكتيرية، ويجب الامتناع عن استخدامها كعلاج. لكن قد توصف المضادات الحيوية للمرضى عند دخولهم المستشفى لعلاجهم من عدوى بكتيرية مصاحبة.

المضادات الحيوية تفيد في القضاء على الفيروس

لا يؤثر الطقس البارد في القضاء على فيروس كورونا، الذي يعيش داخل جسم الإنسان حيث تظل درجة الحرارة ثابتة عند مستوى 37 درجة مئوية مهما كانت درجة الحرارة الخارجية.

الطقس البارد يقضي على الفيروس

الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

كلا، رش الجسم بالكحول أو الكلور  
لن يقضي على الفيروسات التي  
دخلت جسمك بالفعل. بل قد  
يكون ضاراً بالملابس أو الأغشية  
المخاطية (كالعينين والفم). مع  
ذلك، فإن الكحول والكلور كليهما  
قد يكون مفيداً لتعقيم الأسطح ولكن  
ينبغي استخدامهما وفقاً للتوصيات  
الملائمة.

هل يساعد رش الجسم  
بالكحول أو الكلور في  
القضاء على فيروس  
كورونا الجديد؟



### الحقيقة

### مفهوم خاطئ

لا يوجد إثبات على أن تناول الثوم يوفر أي  
حماية ضد فيروس كوفيد-19. صحيح أن الثوم  
صحي جداً وله ميزات مضادة للبكتيريا، لكنه لا  
يحمي من الإصابة بالفيروس.

تناول الثوم يحمي من الفيروس

لا توفر اللقاحات المضادة للالتهاب  
الرنوي، مثل لقاح المكورات الرئوية  
ولقاح المستدمية النزلية من النمط «ب»،  
الوقاية من فيروس كورونا المستجد.  
هذا الفيروس جديد تماماً ومختلف، ويحتاج  
إلى لقاح خاص به. ويعمل الباحثون  
على تطوير لقاح مضاد لفيروس كورونا  
المستجد 2019-، وتدعم منظمة الصحة  
العالمية هذه الجهود.  
ورغم أن هذه اللقاحات غير فعالة ضد  
فيروس كورونا المستجد 2019-، يُوصى  
بشدة بالحصول على التطعيم ضد الأمراض  
التنفسية لحماية صحتكم.

هل تعمل اللقاحات  
المضادة للالتهاب الرئوي  
على الوقاية من فيروس  
كورونا المستجد؟





الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

لا. لا توجد أي بيّنة على أن غسل الأنف بانتظام بمحلول ملحي يقي من العدوى بفيروس كورونا المستجد.

ولكن توجد بيّنات محدودة على أن غسل الأنف بانتظام بمحلول ملحي يساعد في الشفاء من الزكام بسرعة أكبر. ومع ذلك، لم يثبت أن غسل الأنف بانتظام يقي من الأمراض التنفسية.

هل يساعد غسل الأنف بانتظام بمحلول ملحي في الوقاية من العدوى بفيروس كورونا المستجد؟



حتى تاريخه، لا يوجد أي دواء محدد موصى به للوقاية من فيروس كورونا المستجد 2019- أو علاجه.

ومع ذلك، يجب أن يحصل المصابون بالفيروس على الرعاية المناسبة لتخفيف الأعراض وعلاجها، كما يجب أن يحصل المصابون بمرض وخيم على الرعاية الداعمة المثلى. ولا تزال بعض العلاجات تخضع للاستقصاء، وسيجري اختبارها من خلال تجارب سريرية. وتتعاون منظمة الصحة العالمية مع مجموعة من الشركاء على تسريع وتيرة جهود البحث والتطوير.

هل هناك أي أدوية محددة للوقاية من فيروس كورونا المستجد أو علاجه؟



## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

**حقيقة: تصل قطيرات الجهاز التنفسي إلى متر واحد من الشخص الذي يسعل أو يعطس**  
عندما يسعل أو يعطس الأشخاص المصابون بفيروس كورونا المستجد، يُنقل الفيروس في قطيرات يمكن أن تقطع مسافة معينة من ذلك الشخص. لذا، حرصاً على حماية نفسك من أي فيروس من فيروسات الجهاز التنفسي، تجنب المخالطة الوثيقة مع أي شخص مصاب بالحمى والسعال، ونظف يديك بشكل متكرر باستخدام مطهر كحولي لليدين أو اغسلهما بالماء والصابون.

**مفهوم مغلوط: يمكن للقطيرات التي يفرزها شخص ما عند السعال أو العطس أن تنقل فيروس كورونا المستجد (COVID-19) لمسافة قد تصل إلى 8 أمتار**



**كلا، لا ينبغي إعادة استعمال كمادات الوجه، بما فيها الكمادات الطبية المسطحة أو الكمادات من فئة N95.**  
إذا كنت تخالط شخصاً مصاباً بفيروس كورونا لجديد أو بعدوى تنفسية أخرى، فإن مقدمة الكمامة تعتبر ملوثة بالفعل. ينبغي إزالة الكمامة دون لمسها من الأمام والتخلص منها على النحو السليم. وبعد نزع الكمامة، ينبغي فرك اليدين بمطهر كحولي أو غسلهما بالماء والصابون.

**هل يمكن إعادة استخدام الكمادات من فئة N95؟ وهل يمكن تعقيمها بواسطة معقم اليدين؟**





## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

### حقيقة: فيروس كورونا المستجد (COVID-19) لا يمكن أن ينتقل عن طريق لدغات البعوض

فيروس كورونا المستجد هو فيروس من فيروسات الجهاز التنفسي ينتقل أساساً نتيجة مخالطة شخص مصاب، وبالتحديد عن طريق قطرات الجهاز التنفسي التي يفرزها أثناء السعال أو العطس مثلاً، أو عن طريق قطرات اللعاب أو إفرازات الأنف. ولا تتوفر حتى الآن أي معلومات أو بيانات توحى بأن فيروس كورونا المستجد يمكن أن ينتقل عن طريق البعوض. ولحماية نفسك من الفيروس، تجنّب المخالطة الوثيقة مع أي شخص مصاب بالحمى والسعال، والتزم بقواعد نظافة اليدين والمسالك التنفسية.

### مفهوم مغلوط: يمكن أن ينتقل فيروس كورونا المستجد (COVID-19) عن طريق لدغات البعوض



### حقيقة: إن خطر الإصابة بفيروس كورونا المستجد (COVID-19) نتيجة ملامسة أشياء، بما فيها العملات المعدنية أو الأوراق النقدية أو بطاقات الائتمان، ضعيف للغاية

تشير المعلومات الأولية إلى أنه يمكن لفيروس كورونا المستجد (COVID-19) أن يبقى حياً على الأسطح لبضع ساعات أو أكثر. ويمكن أن يتعرض شيء ما للتلوّث بفيروس كورونا المستجد عن طريق شخص مصاب بالعدوى في حال سعاله أو عطسه أو ملامسته له. ويكون خطر الإصابة بفيروس كورونا المستجد نتيجة ملامسة الأشياء، بما فيها العملات المعدنية أو الأوراق النقدية أو حتى بطاقات الائتمان، ضعيفاً للغاية إذا تمّ التقيد بقواعد نظافة اليدين على النحو الصحيح. إن تنظيف يديك بشكل متكرر باستخدام مطهر كحولي لليدين أو غسلهما بالماء والصابون هي أفضل وسيلة لحماية نفسك من الفيروس.

### مفهوم مغلوط: يمكن أن ينتقل فيروس كورونا المستجد (COVID-19) عن طريق أشياء مثل العملات المعدنية والأوراق النقدية





الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

## ❖ ما الأشياء التي يجب تجنبها حتى وإن تم الإعلان عن انتهاء أزمة كورونا؟

منذ بداية أزمة تفشي فيروس "كورونا" المستجد وما تبعه من قرارات حكومية تمثلت بالقيام بالحجر المنزلي والتباعد الاجتماعي، أصبحت تطلعات الناس تنتظر انفراج الأزمة وبرز شيء من الأمل يفصح عن موعد انتهاء هذا الكابوس المزعج الذي جثم على العالم دونما استثناء. وبعد أن اضطر الناس حول العالم إلى الالتزام في بيوتهم من أجل إبطاء تفشي هذا الوباء، أصبحت تراود بعضهم الأحلام الوردية التي يطمحون لتحقيقها فور انتهاء هذه الأزمة، كاحتضان الأحبة وإقامة الحفلات ودعوة الأهل والأصدقاء، فضلاً عن التخطيط لرحلة استجمام خارج البلاد لتعويض فترة البقاء في المنزل تلك. لكن، مع الأسف، علينا أن نتمهل بأحلامنا قليلاً. ومع بدء بوادر تخفيف القيود عن الناس قدر الإمكان، إلا أن هناك بعض الأمور التي يجب علينا أخذها بعين الاعتبار وأولها أن جوانب كثيرة في هذا الفيروس المستجد ما تزال مجهولة بالنسبة لنا، وأولها أننا ما نزال نجهل سلوك هذا الفيروس على المدى البعيد. ومن أسوأ السيناريوهات التي يمكننا التفكير فيها أنه وبمجرد الإعلان عن انحسار الفيروس أن نترك عواطفنا تتحكم بأمور حياتنا بشكل يفقدنا الانتباه لحقيقة إمكانية أن يعود الفيروس للنشاط بطريقة أو بأخرى ونكون أمام حقيقة إعادة هذا الكابوس من جديد .

والمعروف لدينا الآن أنه حتى مع عودة الحياة لطبيعتها فإنها لن تعود إلا بالتدريج، فهناك بعض المحاذير التي ستكون موجودة أطول من غيرها والتي علينا جميعاً أن نحصر على الالتزام بها، ومنها ما يلي:

(١) **تجنب إقامة الحفلات أو حضورها:** من المهم أن نعلم أن تدابير التباعد الاجتماعي وجدت بغرض إبطاء انتشار فيروس كورونا. لكن في حال سارع المرء بإقامة الحفلات أو التواجد في أماكن الازدحام المختلفة، فمن شأن ذلك منح الفيروس فرصة ذهبية للانتقال من شخص لآخر في حال كان أحدهم حاملاً للفيروس بدون أن تبدو عليه أعراض المرض. لذا فمن المهم عدم المسارعة بالتواجد ضمن التجمعات أياً كان نوعها.

(٢) **تجنب التوقف عن الاهتمام بغسل يديك:** من المهم أن نعلم أنه حتى وإن تم تخفيف القيود المفروضة حالياً بسبب فيروس كورونا المستجد، وحتى لو تم إيجاد اللقاح المضاد لهذا الفيروس، يجب عدم تقليل الاهتمام بغسل أيدينا وتعقيمها. فما يجب أن نعيه جيداً أن الدول تلجأ لتخفيف بعض القيود ومحاولة إعادة الحياة نوعاً ما إلى طبيعتها من خلال إعادة فتح القطاعات الضرورية، لكن هذا لا يعني بالضرورة أن معركتنا مع الفيروس قد انتهت. وبالتالي فإن غسل اليدين التي نطبقها حالياً ليست مؤقتة، بل يجب أن نتبناها جميعاً حفاظاً على صحتنا وصحة من حولنا.

## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

٣) **تجنب التخلص من الكمادات:** واجهت بعض المناطق في سنغافورة وهونغ كونغ موجة قوية ومفاجئة من زيادة أعداد المصابين بفيروس كورونا بعد أن ساد الاعتقاد هناك بأنه تمت السيطرة عليه. هذا يضعنا أمام حقيقة أن المستقبل ما يزال غير واضح بما يكفي بشأن فيروس كورونا، لذا فحتى لو تم تخفيف القيود المفروضة تبقى هناك أمور يجب الحرص عليها لعدم التخلص من الكمادات حتى نتأكد تماماً من التخلص من هذا الوباء بشكل كامل؛ أي أننا يجب أن نتعامل مع الأحداث بتفاؤل حذر، فالتفاؤل مطلوب عندما نسمع عن انخفاض أعداد المصابين وعدم تسجيل حالات جديدة، وفي الوقت نفسه فالحذر مطلوب حتى لا يتكرر هذا الكابوس مرة جديدة.

## ❖ كم من الوقت يستغرق ظهور الأعراض؟



تستغرق المدة من وقت التعرض لكوفايد-١٩ إلى حين بدء ظهور الأعراض من خمسة إلى ستة أيام تقريباً في المتوسط، ولكنها قد تتراوح بين يوم واحد و١٤ يوماً. ولذا يُنصح الأشخاص الذين تعرضوا للفيروس بالبقاء في المنزل بمعزل عن الآخرين لمدة ١٤ يوماً، من أجل منع انتشار الفيروس، ولاسيما حيثما لا يكون الاختبار متاحاً بسهولة.

## ❖ ما أهم الأماكن المنوطة بفيروس كورونا بكفر الشيخ وعنوانيهم؟

تتعدد المناطق الصحية التي توفرها الدولة للعناية بمصابي الفيروس، وتم تخصيص ١٣ مستشفى بمحافظة كفر الشيخ لمعالجة المرضى المصابين والعناية بهم، وتنفيذ إجراءات عزل وعلاج المصابين بفيروس كورونا، وذلك للتأكد من توافر المستلزمات الطبية، وانتظام حضور الأطقم الطبية، وتقديم الخدمة للمواطنين، ومتابعة جاهزية تلك المستشفيات والنظافة واعمال التعقيم والتخلص الامن من النفايات واستقبال الحالات والتعامل معها ومتابعة الصيدليات والاطمنان على المرضى.

## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

وقد أوضح محافظ كفر الشيخ في تصريح له "الوطن"، أنه جرى تزويد عددا من المستشفيات بالأجهزة والمستلزمات المطلوبة لضمان تقديم خدمات طبية أفضل لمصابي الفيروس، مضيفاً أنه جرى التنبيه على غرفة العمليات الرئيسية ومركز الازمات، لمتابعة توافر المستلزمات بشكل لحظي داخل المستشفيات، مع ترشيد الاستهلاك، مشيراً الى انه وجه بتوفير جهاز لقياس حرارة المترددين بعددا من المنشآت والمستشفيات، فضلا عن استمرار وتسهيل كافة الاجراءات الخاصة بتوزيع وتسليم حقيبة المستلزمات الوقائية والادوية على المخالطين وحالات العزل المنزلي. كما أعلنت مديرية الصحة بكفر الشيخ عن أسماء مستشفيات العزل التي تم تحويلها إلى عزل لحالات فيروس "كورونا" المُستجد، وعددهم ١٤ مستشفى، استعداداً لمواجهة الموجة الثانية من "كورونا"، نظراً لتزايد أعداد المُصابين بشكل كبير.

وشملت المستشفيات التي أعلن عنها ٤ مستشفيات بمدينة كفر الشيخ، واثنين بدسوق، و٢ بفة، وبيقية المدن مستشفى، وهم مستشفى كفر الشيخ العام، ومستشفى حميات كفر الشيخ، ومستشفى صدر كفر الشيخ، ومستشفى العبور للتأمين الصحي، ومستشفى الحامول المركزي، ومستشفى حميات دسوق، ومستشفى دسوق العام، ومستشفى سيدى سالم المركزي، ومستشفى سيدى غازى المركزي، ومستشفى فوه للتأمين الصحي، ومستشفى فوه المركزي، ومستشفى قلين المركزي، ومستشفى مطوبس المركزي، ومستشفى حميات مطوبس، إضافة إلى المستشفى الجامعي.



وأعلنت مديرية الصحة بكفر الشيخ، رفع درجة الاستعدادات القصوى بالمستشفيات لاستقبال الحالات المصابة والمشتبه في إصابتها، وشدد اللواء جمال نور الدين، محافظ كفر الشيخ على تطبيق الإجراءات الاحترازية، ومنع دخول المستشفيات إلا بارتداء الكمامات، والإهتمام بالأطقم الطبية، وتكريم أسر الشهداء من رجال الجيش الأبيض، والاهتمام بتجهيزات المستشفيات وزيادة حجرات ومستشفيات العزل.



## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

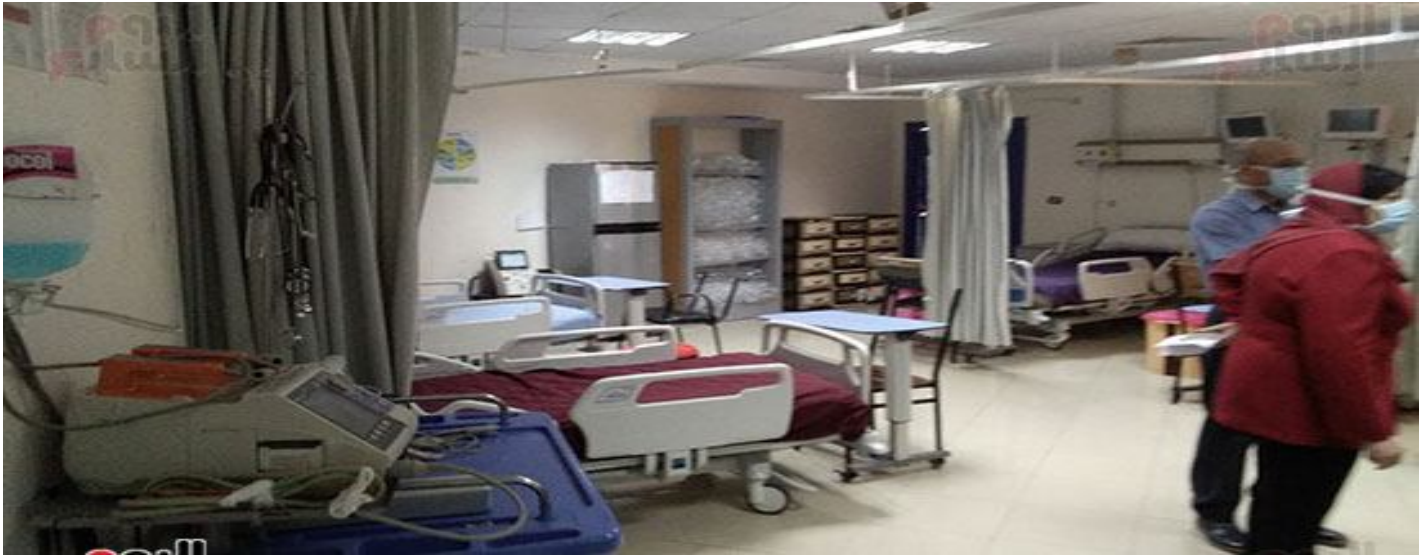


وقد تم تحويل بعض المستشفيات التي للعزل ، مساهمة من الدولة والمحافظه في التصدي لوباء كورونا ، إضافة للأجنحة التي تم تخصيصها للأطقم الطبية بالمستشفيات ، إضافة لرصد التجهيزات بالطابق الخامس والسادس بمستشفى جامعة كفر الشيخ لتحويلها لعزل ، ويتم تخصيص ٥٢ سريراً بالطابقين لمصابي فيروس

كورونا . وأوضحت أكدت الدكتورة سوسن سلام ، وكيل وزارة الصحة بكفر الشيخ ، تم تحويل ١٢ مستشفى عزل بالمحافظة ، بالإضافة إلى دور بمستشفى العبور للتأمين الصحي ، والمدينة الجامعية بسخا ، وهم مستشفى العزل ببلطيم، ومستشفى العبور للتأمين الصحي، وفوه للتأمين الصحي، وكفر الشيخ العام، ودسوق العام، وسيدي سالم المركزي، والحامول المركزي، وقلين المركزي، وفوه المركزي، ومطوبس المركزي، وسيدي سالم المركزي، وصدر كفر الشيخ.. كما بلغت عدد الأسرة بمستشفى كفر الشيخ العام التي تم تخصيصها للعزل ٢٢٠ سرير ، بالإضافة ل٢٩ سرير بالعيادة، و١٧ جهاز تنفس، وبمستشفى دسوق العام سرير، ١٦٤ و ١٨ سرير بالعيادة و ٦ أجهزة تنفس صناعي ، و بمستشفى الصدر ١٤ سرسر ، و ٦ أسرة بالعيادة ، وجهازي تنفس صناعي، ومستشفى الحميات ١١٤ سرير ، و ٣ أسرة بالعيادة وجهاز تنفس ، و بمستشفى حميات دسوق ٨١ سرير ، و بمستشفى الحامول ٧٩ سرير، و ٦ أسرة بالعيادة ، وجهازي تنفس صناعي ، وبمستشفى فوه ٥٨ سرير ، و ٣ أسرة بالعيادة ، وجهازي تنفس صناعي ، وبمستشفى سيدي سالم ١١٨ سرير ، و ٩ أسرة عناية ، و ٣ أجهزة تنفس صناعي ، ومستشفى قلين ٨٧ سرير، و ٣ أسرة عناية، وجهازي تنفس ، و مستشفى بلطيم ١٦٥ سرير ، منهم ٢٣ سرير للأطقم الطبية ، و ١٨ سرير بالعيادة و ١٨ جهاز تنفس صناعي ، وللأطقم الطبي ١٤٢ سرير والباقي للأطقم الطبية، مؤكدة أنه تم تخصيص جناح للأطقم الطبية المصابة بفيروس

## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

كورونا وفي كل جناح ما بين ١٦ ل ٢٠ سرير للأطقم الطبية. كما أكد الدكتور عبد الرازق دسوقي، رئيس جامعة كفر الشيخ ، هناك اهتمام كبير بالأطقم الطبية ، من الدولة ومن المحافظة ومن الجامعة ، وسبق استقبال أكثر من ٨٠٠ قادم من القادمين من الدول العربية ، وتم توفير كل احتياجاتهم لمدة أسبوع ، وبعدها غادروا لمنازلهم ،



وأضاف رئيس جامعة كفر الشيخ هناك تواصل مع الدكتور خالد عبد الغفار ، وزير التعليم العالي، والمجلس الأعلى للجامعات وتعمل الجامعة على تنفيذ ما يتم التوجيه به سواء خاص بمستشفى كفر الشيخ الجامعي أو بالمدن الجامعية، وتم تخصيص ١٥٠ سرير بالمدينة الجامعية بسخا لمن كانت نتيجته سلبية بعد شفائه من فيروس كورونا ليقضي مرحلة الاستشفاء .





## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

وقد زارت لجنة من المجلس الأعلى للمستشفيات الجامعية، مستشفى جامعة كفر الشيخ، بهدف التعرف على إمكانيات الجامعة لتحويل الدور الخامس و السادس لعزل لمصابي مرضى كورونا، ليتم تخصيص حوالي ٥٢ سرير لمصابي فيروس كورونا، في ظل اتباع التباعد بين المصابين، وتحديد الحجرات الخاصة بالأطقم الطبية وغرفة تغيير ملابس العزل، إضافة لتحديد أحد المصاعد، ليكون مخصصاً لمرضى كورونا والمشتبه في حالتهم، حتى لا يحدث اختلاط بين المرضى المترددين على المستشفى وبين الحالات المصابة.





الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

## ❖ ما الأرقام التي يمكن الاتصال بها عند الإشتباه بفيروس كورونا؟

من خلال الخطوط الساخنة والارقام الخاصة بالاستشارات الطبية في المراكز والخدمات الطبية بمختلف المحافظات، وهي كالتالي:

رقم التيفون	اسم المحافظة	م	رقم التيفون	اسم المحافظة	م
٠٤٦٤٩٢٢١٥٨\١١٤	مطروح	١٥	٢٣٩١٢١٣٦\١٥٤٩٦\١١٤	القاهرة	١
٠٤٨٢٢٢٠٣٤٤\١١٤	المنوفية	١٦	٣٥٨٥٥٣٢٢\١٥٥٧١\١١٤	الجيزة	٢
٠٤٧٣٢٢٠٧٩٢\١٥٥٤٣\١١٤	كفر الشيخ	١٧	٠١٢٢٠٠٥٥٠٠٨\١١٤	القليوبية	٣
٠٥٧٢٢٦٤١٢١\١١٤	دمياط	١٨	٠٣٤٢٣٤١٥٢\١١٤	الاسكندرية	٤
٠٦٨٣٣٢٣٠١٤\١١٤	شمال سيناء	١٩	٠٤٥٣٢٥٦٣٩٧\١١٤	البحيرة	٥
٠٦٩٣٧٧٧٣١٧\١١٤	جنوب سيناء	٢٠	٠٤٠٣٣٤١٢٣٣\١١٤	الغربية	٦
٠٦٤٣٣٨٠٠٤٠\١١٤	الاسماعيلية	٢١	٠٥٠٢٣١٤٨٨٠\١٥٥٨٩	الدقهلية	٧
٠٦٦٣٢٢٢٩٤٥\١١٤	بورسعيد	٢٢	٠٦٢٣٣٣١٠٤٠\١١٤	السويس	٨
٠١٥٥٢١٩٠٣٦٥\١١٤	بني سويف	٢٣	٠٥٥٢٣٦٣٣٤١\١١٤	الشرقية	٩
٠٦٥٣٥٤٥٤٩٩\١١٤	البحر الأحمر	٢٤	٠٩٦٣٣٢٨٤٧٢\١٥٥٤١\١١٤	قنا	١٠
٠٩٥٢٣٧٤٩٠٣\١١٤	الأقصر	٢٥	٠٨٨٢١٣٥٨٥٨\١٥٣٣٥\١٠٥	أسيوط	١١
٠١٠٠٠٠٠٨٨٩٦\١١٤	أسوان	٢٦	٠٨٤٢١٦٨٠٤٣\١١٤	الفيوم	١٢
٠٩٣٣٦٠٨٠٧٣\١١٤	سوهاج	٢٧	٠٨٦٢٣٤٢٢٠٠\١١٤	المنيا	١٣
			٠٩٢٢٩٢٦١٨٣\١١٤	الوادي الجديد	١٤

كما تم تخصيص الخط الساخن ١٥٥٤٣ وخط هاتف أرضي ٠٤٧٣٢٢٨٢٢٢ وأرقام غرفة العمليات وإدارة الأزمات بالمحافظة ٠٤٧٣٢٢٠٧٩٢ & ٠٤٧٣٢٤١١٣٠ لتلقى الشكاوى الخاصة بالمنظومة الطبية بالمستشفيات المتخصصة لمواجهة أزمة كورونا بالمحافظة، لسرعة التواصل مع المواطنين والاستجابة للشكاوى. كما تم توزيع ملصقات إرشادية بجميع المستشفيات والوحدات الصحية بمراكز ومدن المحافظة، بالإضافة إلى تخصيص الخط الساخن، وذلك في إطار الإجراءات الاحترازية والوقائية لمجابهة فيروس كورونا المستجد، والحد من انتشاره. وهناك بعض المعلومات حول أهم المستشفيات والهيئات الصحية بمحافظة كفر الشيخ:

## الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

### (١) مستشفى حميات كفر الشيخ :

- العنوان : ابو العلاء المعري، قسم كفر الشيخ، كفر الشيخ
- ساعات العمل : مفتوح على مدار ٢٤ ساعة
- الهاتف : ٠٤٧٣٢٣٢٧١٤



### (٢) مستشفى كفر الشيخ الجامعي:

- العنوان : جامعة كفر الشيخ ، قسم كفر الشيخ، ش الجيش،
- ساعات العمل : مفتوح على مدار ٢٤ ساعة
- الهاتف : ٠٤٧/٣٢١٤٩٩٨

### (٣) مستشفى العبور:

- العنوان : قسم اول مدينة كفر الشيخ، أمام المحافظة.
- ساعات العمل : مفتوح على مدار ٢٤ ساعة



### (٤) مستشفى الصدر بكفر الشيخ :

- العنوان : قسم، كفر الشيخ، كفر الشيخ
- ساعات العمل : مفتوح على مدار ٢٤ ساعة

شكل رقم (١) موقع مستشفى العبور للتأمين الصحي بكفر الشيخ وشكله الخارجي

### (٥) مستشفى كفر الشيخ العام :

- العنوان : المستشفى العام، قسم كفر الشيخ، قسم اول مدينة كفر الشيخ، كفر الشيخ
- ساعات العمل : مفتوح على مدار ٢٤ ساعة
- الهاتف : ٠٤٧٣٢٣٢٤٠٧

### (٦) معهد اورام كفر الشيخ الجديد :

- العنوان : كفر أبو طبل، كفر الشيخ
- الهاتف : ٠٤٧٣٢١٦٥٦٥

### (٧) مديرية الشؤون الصحية - كفر الشيخ:

- العنوان : ش النبوي تقاطع ش الجمهورية، وسط البلد - كفر الشيخ.
- الهاتف : 0473245555 – 0473232355



Kafrelsheikh University  
Faculty of Arts  
Sociology Program



جامعة كفر الشيخ  
كلية الآداب  
برنامج علم الاجتماع



الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

٨) رقم طوارئ الإسعاف المصرية 123 او التوجه لأقرب مستشفى.

٩) ديوان عام المحافظة ٠٤٧٣٢٣٤١١٥-٠٤٧٣٢٣٤١٢٢-٣٢٣٤١٢٢-٣٢٢٦٩٥٤

١٠) مكتب مدير مكتب المحافظ ٠٤٧٣٢٣٤٠٤٠-٠٤٧٣٢٣٤٠٥٠-٣٢٣٤٠٥٠

١١) مكتب السكرتير العام ٠٤٧٣٢٣٤٠٣٠

١٢) الهلال الأحمر ٠٤٧٣٢٢٣١٥٦

١٣) أمين الجامعة المساعد بكفر الشيخ ٠٤٧٣٢٢٣٩٨٦

١٤) كلية الآداب ٠٤٧٣٢٢٣٤٠١

١٥) مستشفى الطلبة بالجامعة ٠٤٧/٣١٠٩٥٩٠



❖ ما أهم المواقع الإلكترونية التي يمكن الاستعانة بها لمعرفة تطورات فيروس كورونا؟

١) موقع منظمة الصحة العالمية <https://www.who.int/ar>

٢) موقع وزارة الصحة المصرية <https://www.moh.gov.om/ar/web/guest/1>

٣) موقع وزارة الصحة والسكان <https://egcovac.mohp.gov.eg/>

٤) موقع مركز المعلومات ودعم اتخاذ القرار التابع لرئاسة مجلس الوزراء.

<https://www.care.gov.eg/EgyptCare/Index.aspx>

٥) موقع المصري اليوم <https://www.almasryalyoum.com/news/details/1986414>

٦) موقع مديرية الصحة بكفر الشيخ <https://www.facebook.com/1433782340267166/>

٧) موقع مستشفى الجامعة بكفر الشيخ <http://kfs.edu.eg/hospital>

٨) الموقع الحكومة عن آخر مستجدات فيروس كورونا <https://www.care.gov.eg/EgyptCare/Index.aspx>



الرسالة: يلتزم برنامج علم الاجتماع كلية الآداب - جامعة كفر الشيخ بأعداد ضريح عبقاً للمعلم القويم الأديب المرحوم قادراً على المنافسة في سوق العمل وإجراء البحوث العلمية في مجال العلوم الاجتماعية بما يخدم المجتمع وتنمية البيئة في إطار من القيم الارتقائية



الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

❖ أبرز الإجراءات الاحترازية التي قام بها برنامج علم الاجتماع والكلية لمواجهة فيروس كورونا:

(١) فيما يتعلق بالندوات والحفلات : قامت إدارة البرنامج بتنظيم الطلاب واستقبال الطلاب الجدد ، للعام الجامعي ٢٠٢١ - ٢٠٢٢ ، وحثهم على أهمية الأخذ بكافة الاجراءات الاحترازية لمواجهة فيروس كورونا المستجد.



(٢) فيما يتعلق بالمحاضرات : حرصت إدارتي الكلية والبرنامج على الاعتماد على التعليم المدمج (الهجين) من خلال تقييم كل فرقة أولى مجموعتين : التعليم المباشر ، والتعليم عن بعد online . مع مراعاة الالتزام بالاجراءات الاحترازية للمجموعة التي تأتي للكلية من خلال تعقيم المدرجات ورش الحكول وضرورة الالتزام بارتداء الكمامات أثناء المحاضرات ، ومراعاة التباعد الاجتماعي بين الطلاب .



الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

(٣) فيما يتعلق بالامتحانات : حرصت إدارات الجامعة والكلية وبرنامج علم الاجتماع على أهمية مراعاة التباعد الاجتماعي بين الطلاب في قاعات الامتحانات ، والاهتمام بكافة الاجراءات الاحترازية من ارتداء الكمامات وتعقيم وتطهير قاعات الامتحانات ، ووجود سلات لجمع القمامة ، وامداد الحمامات بالكحول ومختلف المنظفات .



(٤) حرصت إدارتي الكلية وبرنامج علم الاجتماع خلال العام الجامعي ٢٠٢١ - ٢٠٢٢ على نشر البنرات التوعوية لمجابهة فيروس كورونا وأليب التعامل معه ، سواء داخل الكلية أو خارجها ، وفي مختلف التعاملات الانسانية .





الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

٥) قامت إدارة الكلية بتطعيم الطلاب باللقاح ضد فيروس كورونا :



استمرار تلقي طلاب كلية الآداب - جامعة كفر الشيخ التطعيم ضد فيروس كورونا





الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.



٦) قامت إدارة البرنامج بنشر الوعي بين طلاب البرنامج وغيره من خلال الموقع الرسمي للبرنامج، أو عبر شبكات التواصل الاجتماعي المختلفة أو عن طريق اللقاءات العلمية.





Kafrelsheikh University  
Faculty of Arts  
Sociology Program



جامعة كفر الشيخ  
كلية الآداب  
برنامج علم الاجتماع



الرؤية: أن يكون برنامج علم الاجتماع برنامجاً متميزاً في العلوم الاجتماعية محلياً ودولياً.

## أهم المراجع:

- (1) منظمة الصحة العالمية : مرض فيروس كورونا (كوفيد-19) . <https://www.who.int/ar>
- (2) منظمة الصحة العالمية : متلازمة الشرق الأوسط التنفسية : فيروس كورونا المسبب لمتلازمة الشرق الأوسط التنفسية. [https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/middle-east-respiratory-syndrome-coronavirus-\(mers-cov\)](https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/middle-east-respiratory-syndrome-coronavirus-(mers-cov))
- (3) وزارة الصحة المصرية: فيروس كورونا. البوابة الصحية الإلكترونية. <https://www.moh.gov.om/ar/web/guest/1>.
- (4) المصري اليوم: إجراءات في كفر الشيخ لمواجهة «كورونا». <https://www.almasryalyoum.com/news/details/1986414>
- (5) موقع مديرية الصحة بكفر الشيخ <https://www.facebook.com/1433782340267166/>
- (6) موقع الوطن : فيروس كورونا بمحافظة كفر الشيخ. المحافظات. <https://www.elwatannews.com/search/news/>
- (7) موقع مصرأوي: فيروس كورونا: اعرف الأعراض الخمسة الرئيسية التي تظهر في السلالات الجديدة. [https://www.masrawy.com/howa\\_w\\_hya/health/details/2021/2/4/1964478](https://www.masrawy.com/howa_w_hya/health/details/2021/2/4/1964478)

منظمة الصحة العالمية تخصص رقما على "واتس أب" للتوعية بفيروس كورونا

ارسل رقم 1 او رمز 12 34 ليصلك أحدث الأرقام

ارسل رقم 2 او رمز 12 34 ليصلك نصائح للوقاية

ارسل رقم 3 او رمز 12 34 للاجابة علي اسئلتك

ارسل رقم 4 او رمز 12 34 لمعرفة المفاهيم المغلوطة

ارسل رقم 5 او رمز 12 34 لمعرفة نصائح السفر

ارسل رقم 6 او رمز 12 34 لآخر الاخبار في الصحف

ارسل رقم 7 او رمز 12 34 للمشاركة

احفظ الرقم علي تليفونك وابعث رسالة برقم او برمز تعبيري لتحصل علي المعلومات

+41 79 893 18 92

منظمة الصحة العالمية

مجلس الوزراء المصري  
مركز المعلومات ودعم اتخاذ القرار

فيروس كورونا المستجد "كوفيد 19"