

### ما المقصود بها؟

فيروسات كورونا هي نوع من الجراثيم يسمى الفيروسات. وعادةً ما تنتسب فيروسات كورونا في حدوث عداوى مثل نزلات البرد العادية. ومرض كوفيد-19 هو المرض الناجم عن نوع مستجد من فيروسات كورونا. وقد بدأ هذا المرض في الانتشار في جميع أنحاء العالم في شهر ديسمبر من عام 2019.

وتنتشر فيروسات كورونا عن طريق السعال أو العطس. وعلى الرغم من أن بعض الأطفال قد لا تظهر عليهم أعراض كثيرة، إلا أنه لا يزال بإمكانهم نشر هذه الفيروسات بين الآخرين. ولن يصاب أغلب الأطفال بأعراض حادة عند إصابتهم بمرض كوفيد-19.

### ما أشهر الأعراض التي تشير إلى إصابة طفلك بمرض كوفيد-19؟

- ارتفاع درجة الحرارة أو القشعريرة
- السعال
- صعوبة أو سرعة في التنفس
- الإجهاد
- آلام العضلات أو الجسم
- الصداع
- فقدان جديد في حاسة التذوق أو الشم
- احتقان الحلق
- احتقان أو سيلان الأنف
- التقيؤ أو الشعور بالرغبة في التقيؤ
- الإسهال

### اختبارات الكشف عن مرض كوفيد-19:

أسباب قد تجعل الأطفال يحتاجون إلى إجراء اختبار كوفيد-19:

- ظهور علامات المرض عليهم
- الأمراض المزمنة، مثل السرطان أو مشكلات القلب
- البقاء في المستشفى
- قبل الجراحة أو الاختبارات

مواقع الاختبار:

- اتصل بقسم الصحة في المدينة أو المقاطعة التي تقيم بها أو بطبيب طفلك للحصول على المعلومات
- ارجع إلى الموقع: <https://www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/testing.htm>
- اتصل بأي موقع اختبار قبل أن تتوجه إليه. لا تقوم جميع المواقع باختبار الأطفال من جميع الأعمار. قد تحتاج إلى حجز موعد.

إذا تم اختبار طفلك: سنتصل بك لإعلامك بالنتائج في أقرب وقت ممكن. قد تستغرق النتائج ما يصل إلى 72 ساعة.

- إذا أظهر الاختبار أن طفلك مصاب بمرض كوفيد-19 (الاختبار الإيجابي):
  - سنتصل بك لإعلامك بالنتائج. يمكنك أيضًا الحصول على نتائج من قسم الصحة قبل أو بعد أن نتصل بك.
  - اتبع الإرشادات أدناه للبقاء في المنزل والحفاظ على سلامة الآخرين في المنزل.
  - إذا كان طفلك في المستشفى، فسنرتدي معدات إضافية ونطلب منك ومن طفلك ارتداء غطاء وجه.
  - إذا احتاج طفلك إلى الفحص من قبل أي أطباء أو احتاج إلى الحضور إلى المستشفى خلال هذه الفترة، فستحتاج إلى إخبارهم بأن نتيجة اختبار طفلك بشأن مرض كوفيد-19 كانت إيجابية.
- إذا أظهر الاختبار أن طفلك ليس مصابًا بمرض كوفيد-19 (الاختبار السلبي):
  - من المرجح أن يكون طفلك مصابًا بفيروس أو بمرض آخر. هناك العديد من الفيروسات الأخرى التي تسبب أعراضًا تشبه أعراض كوفيد-19 تمامًا.
  - وسوف نخبرك بما يعنيه ذلك للبقاء في المنزل والحصول على المزيد من العلاج.

## ما الذي تتوقعه إذا كان طفلك مصاباً بمرض كوفيد-19؟

- عادة ما يختفي ارتفاع درجة الحرارة في غضون 3 إلى 4 أيام.
  - يبدأ معظم الأطفال في الشعور بالتحسن في غضون 5 أيام، ولكن في بعض الأحيان يمكن أن يستغرق الأمر ما يصل إلى 14 يومًا.
  - ويمكن أن يستمر السعال لمدة 14 إلى 21 يومًا. ومن المفترض ألا يتفاقم أو يسبب صعوبة في التنفس. إذا حدث ذلك، فاتصل بطبيب طفلك.
- إذا كان طفلك مريضًا، فجزّب هذه الأشياء لمساعدة طفلك على الشعور بتحسن:**
- لا يوجد دواء يمكن أن يجعل الفيروس يختفي بشكل أسرع. والمضادات الحيوية لا تعالج الفيروسات. سيكافح جسم طفلك الفيروس مع الوقت، وهذا سيساعد على التخلص من الأعراض.
  - **أعط طفلك الدواء لعلاج ارتفاع درجة الحرارة والألم.** قد يأخذ الأطفال الذين تزيد أعمارهم عن شهرين عقار أسيتامينوفين (Tylenol®) لعلاج الألم أو الاضطراب أو ارتفاع درجة الحرارة. في هذا الوقت، يعد أسيتامينوفين الخيار الأكثر أمانًا لعلاج ارتفاع درجة الحرارة والألم. يمكن استخدام إيبوبروفين أيضًا. علاج ارتفاع درجة الحرارة أكثر أهمية من نوعية الدواء المستخدم.
  - يحتاج طفلك إلى الكثير من الراحة والسوائل:
    - للأطفال الرضع الأقل من عمر عام واحد: قم بإعطاء الطفل حليب الأم أو تركيبة الحليب الصناعي أو Pedialyte. لا تعطي الطفل الماء السادة.
    - للأطفال الذين تزيد أعمارهم عن عام واحد: قم بإعطائهم Gatorade أو عصير التفاح أو شراب البنش أو المصاصات أو الماء العادي.
  - استخدم مرطبًا باردًا في غرفة طفلك لمساعدة طفلك على التنفس بسهولة أكبر. وتأكد من تنظيف الجهاز كثيرًا. استخدم التوجيهات المرفقة من الشركة المنتجة له.
  - صغ رذاذ أو قطرات الماء المالح (السالين) في أنف طفلك. فسوف يساعد ذلك على تخفيف المخاط.
  - قم بشطف محتويات أنف الطفل باستخدام محقنة شطف أو أي جهاز مثل NoseFrida® لمساعدة طفلك على التنفس بشكل أفضل. فهذا يفيد الطفل قبل الأكل والنوم.
  - يمكن أن يكون العسل مفيدًا لعلاج السعال لدى الأطفال الأكبر سنًا. يجب ألا يتم إعطاء الأطفال الأقل من عمر عام العسل. إذا كان عمر طفلك يزيد عن عام واحد، فحاول إعطائه 2/1 ملعقة صغيرة من العسل. بالنسبة للأطفال الذين تتجاوز أعمارهم 6 أعوام، قم بإعطاء الطفل ملعقة صغيرة من العسل.
  - لا تقم بإعطاء الطفل دواء علاج للسعال بدون وصفة طبية للأطفال دون سن 6 أعوام.

## كيفية الحفاظ على أمان أسرتك ومجتمعك:

- **ابق في المنزل**
  - ابتعد عن البالغين الأكبر من 60 عامًا.
  - ابق في المنزل ما لم تكن هناك حاجة للرعاية الطبية. طالما كان طفلك يعاني من السعال وسيلان الأنف وارتفاع درجة الحرارة، ابق في المنزل.
- **اغسل يديك**
  - اغسل يديك بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل (يمكن غناء أغنية الحروف الأبجدية حتى الانتهاء من غسل اليدين!).
  - يجب على الجميع في المنزل غسل أيديهم كثيرًا. فسوف يساعد ذلك على وقف انتشار الجراثيم.
  - احرص على غسل يديك أنت وأطفالك عند عودتك إلى المنزل، وقبل إعداد الطعام، وقبل تناول الطعام، وبعد استخدام الحمام أو تغيير الحفاض.
- **افصل المرضى** في غرف منفصلة قدر الإمكان. استخدم حمامات منفصلة إن أمكن.
- **لا تشارك الأطباق أو أكواب الشرب أو أدوات تناول الطعام أو المناشف أو فراش الأسرة مع أشخاص آخرين.** بعد الاستخدام، يجب غسل هذه الأشياء جيدًا بالماء والصابون.
- **قم بتنظيف وتطهير منزلك** كالمعتاد باستخدام بخاخات أو مناديل تنظيف المنزل المعتادة.
  - قم بتنظيف الأسطح التي يكثر لمسها كل يوم. وهذا يشمل الطاولات، وأسطح المناضد، ومقابض الأبواب، والتركيبات الثابتة في الحمام، والمراحيز، والهواتف، ولوحات المفاتيح، والأجهزة اللوحية، وطاولات السرير.

- ارتدِ قناعًا قماشياً للوجه عندما تضطر إلى الخروج إلى الأماكن العامة لأسباب ضرورية مثل التوجه إلى متجر البقالة أو إلى الصيدليات.
- يجب أن يغطي غطاء الوجه فمك وأنفك.
- يمكن أن يكون غطاء الوجه وشاحاً أو باندانة أو قناعاً من القماش. يجب توفير الأقنعة الطبية للعاملين في مجال الرعاية الصحية.
- قبل ارتداء غطاء الوجه وبعد نزعه، اغسل يديك بالصابون والماء
- لا تلمس وجهك، حتى أثناء ارتداء غطاء الوجه.

### العودة إلى الوضع الطبيعي إذا كان طفلك قد أصيب بمرض كوفيد-19 (اختبار إيجابي أو ظهور الأعراض على الطفل):

- يجب أن يبقى طفلك في المنزل حتى تتحقق كل الأشياء التالية بالنسبة لطفلك:
  - مرور 3 أيام متتالية بدون ارتفاع في درجة الحرارة وبدون الحاجة إلى أدوية علاج ارتفاع درجة الحرارة
  - تتحسن الأعراض
  - مرور 10 أيام منذ ظهور الأعراض لأول مرة أو من ظهور نتيجة أول اختبار أشار إلى الإصابة بمرض كوفيد-19
- قد يكون لدى إدارة الصحة المحلية في المنطقة التي تقيم بها توجيهات أخرى. وهي تعتمد على مدى انتشار مرض كوفيد-19 في المنطقة التي تقيم بها.

### توجه إلى غرفة الطوارئ إذا كان طفلك:

- يتنفس بشكل أسرع، أو أكثر صعوبة، أو يقول أن هناك ألماً أكبر أثناء التنفس.
- يشعر بالنعاس الشديد أو يصعب إيقاظه بشكل طبيعي.
- لا يستطيع شرب السوائل.
- يعاني من علامات الجفاف مثل عدم نزول الدموع أثناء البكاء أو جفاف الفم أو عدم التبول لمدة 8 إلى 10 ساعات أو قلة نشاط الطفل.

### اتصل بطبيب الطفل على الفور إذا كان طفلك يعاني مما يلي:

- ارتفاع في درجة الحرارة بما يتجاوز 100.4 درجة فهرنهايت لمدة 4 أيام أو أكثر و:
- ألم شديد في البطن
- طفح جلدي أحمر
- تشقق الشفاه واحمرار لونها
- احمرار العينين
- تورم الغدد على أحد جانبي أو كلا جانبي الرقبة
- تورم اليدين أو القدمين

### اتصل بطبيب طفلك أو عيادته أو بقسم الصحة المحلي إذا كان طفلك يعاني من:

- ارتفاع درجة الحرارة والسعال، ولكنه يتنفس بشكل طبيعي ويشرب السوائل بشكل طبيعي.
- التهاب في الحلق يستمر لأكثر من يومين أو يصبح أكثر إيلاًماً.
- ارتفاع في درجة الحرارة بما يصل إلى 100.4 درجة فهرنهايت أو أعلى بما يدوم لأكثر من 3 أيام.
- سعال يستمر لأكثر من 7 إلى 10 أيام.
- سيلان الأنف الذي يستمر لأكثر من 14 يوماً.
- بدء خروج إفرازات صفراء اللون من العين ويدوم لأكثر من يوم واحد.

تم عمل هذه الوثيقة لمساعدتك على رعاية طفلك أو أحد أفراد أسرتك. لكنها لا تحل محل الرعاية الطبية. تحدث مع موفر الرعاية الصحية الذي تتعامل معه من أجل تشخيص المرض والحصول على العلاج والمتابعة معه.