



المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية - دولة الكويت

15 سلسلة الثقافة الصحية للأطفال

الوباء



إعداد وتصميم

د. سارة محمد الإمام

2024م



المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية - دولة الكويت

سلسلة الثقافة الصحية للأطفال (15)

الوباء

إعداد وتصميم

د. سارة محمد الإمام

2024م

الطبعة العربية الأولى 2024م

ردمك : 4-84-782-9921-978

حقوق النشر والتوزيع محفوظة

للمركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

ص. ب 5225 الصفاة - رمز بريدي 13053 - دولة الكويت

هاتف : 1 / 25338610 (965) +

فاكس : 25338618 (965) +

البريد الإلكتروني : acmls@acmls.org

المحتويات

1 المقدمة
2 انتشار المرض وأقسامه
4 متى يتحول المرض إلى وباء؟
6 الوباء وطرق انتشاره
10 جائحة كورونا
12 أعراض الإصابة بفيروس (كوفيد -19)
14 الاحتياطات اللازمة في حالة حدوث وباء
16 دور المؤسسات الصحية في الدولة في مواجهة الوباء..
18 طرق الوقاية من الأمراض الوبائية

المقدمة

يسعى المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية إلى تحديث خطته الرامية إلى توسعة دائرة الثقافة الصحية لتشمل الكبار والصغار، فارتأى أن يبدأ بتأليف سلسلة ثقافية صحية للأطفال على أن تكون مناسبة للمرحلة العمرية، ويتوافر لها الأمور الآتية :

- وضوح الحقائق العلمية في لغة بسيطة ميسرة وموجزة.
- عرض الحقائق بصورة جاذبة ومشوقة وممتعة.
- الاستعانة بالصور التوضيحية المرافقة بلا تعقيد.
- إخراج الكتيب إخراجاً فنياً جميلاً ومبهراً وجاذباً.

ها هو الإصدار الخامس عشر من السلسلة وعنوانه (الوباء) ونحن بذلك نستهدف من هذه السلسلة استثمار طاقات الأطفال العقلية المتاحة لتنمية التفكير العلمي القائم على الحقائق والأدلة والبراهين البسطة المناسبة لمراحلهم العمرية، ونهيب بالآباء والأمهات إعانة أبنائهم على الإفادة القصوى من المحتوى العلمي لكتيب (الوباء) الذي تضمن معلومات مهمة ومختصرة ووصفاً لكيفية انتشار الوباء، وأبرز خصائصه التي يتحوّل فيها إلى جائحة، وأمثلة لأشهر الأوبئة على مر التاريخ، ويخص بالذكر تفصيلاً جائحة كورونا وأعراضها، وفي الختام يتضمن الكتيب الاحتياطات اللازمة في حالة حدوث وباء، وطرق الوقاية من الأمراض الوبائية.

والله نسأل أن يحقق هذا الكتيب ما نرجوه له من فوائد لأطفالنا.

الأستاذ الدكتور مرزوق يوسف الغنيم

الأمين العام

للمركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

انتشار المرض وأقسامه

ينتشر المرض بين الناس عن طريق العدوى، وقد تنتقل العدوى بين عدد محدود من الأشخاص في محيط العائلة الواحدة، أو في محيط العمل، أو أنه ينتشر بين عدد كبير من الناس في الوقت نفسه على مستوى الدولة، أو أن يكون للمرض انتشاراً أوسع حيث يغطي جميع أنحاء العالم بوقت واحد. وقد تم تقسيم هذا الانتشار على النحو الآتي :

• **الوباء** : وهو انتشار المرض بأعراض ومضاعفات

متشابهة في البلد نفسها.

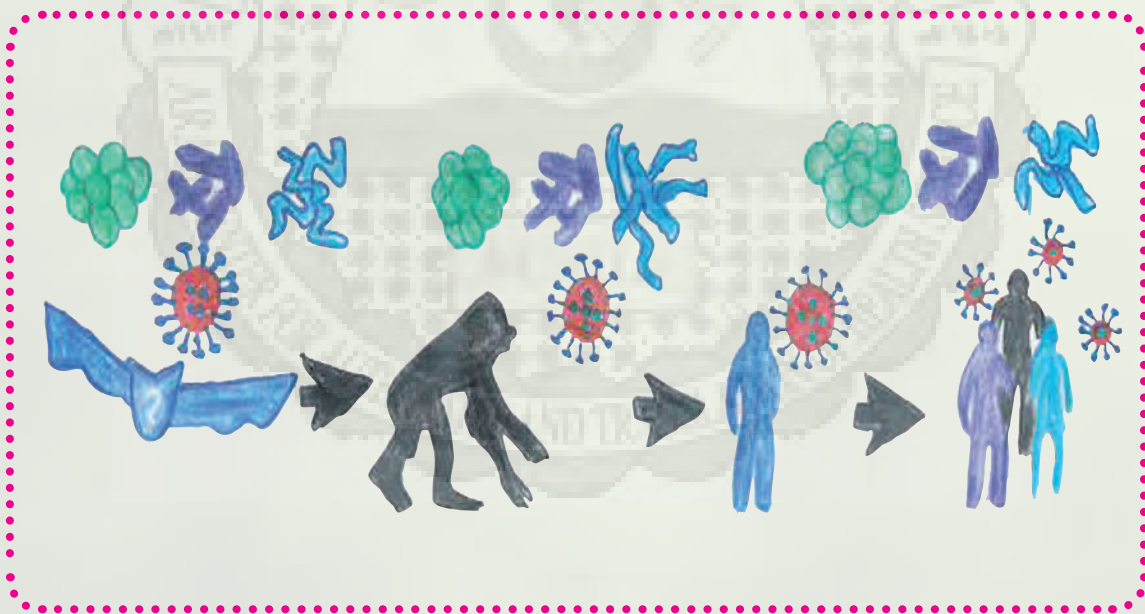
- **الفاشية:** وَهُوَ مُصْطَلَحٌ لِلْأَمْرَاضِ الْمُعْدِيَةِ الْمُرْتَبِطَةِ بِأَمْرَاضِ الْبِيئَةِ مِثْلِ الْأَمْرَاضِ الَّتِي تَنْتَقِلُ عَنْ طَرِيقِ الْمِيَاهِ وَالْأَطْعَمَةِ الْمُلَوَّثَةِ، وَيَكُونُ التَّفَشِّيُّ مُؤَثَّرًا فَقَطْ فِي مَنطِقَةٍ فِي بَلَدٍ، أَوْ مَجْمُوعَةٍ مُحَدَّدَةٍ مِنَ الْبُلْدَانِ.
- **الجائحة:** وَهُوَ تَفَشِّيٌّ وَبَاءٌ مَا فِي جَمِيعِ أَنْحَاءِ الْعَالَمِ.



مَتَى يَتَحَوَّلُ الْمَرَضُ إِلَى وَبَاءٍ؟

يَبْدَأُ الْمَرَضُ عِنْدَمَا تَبْدَأُ الْفَيروسَاتُ أَوْ
الْبَكْتِيرِيَا الْمُسَبِّبَةُ لَهُ فِي الظُّهُورِ فِي الْحَيَوَانَاتِ،
أَوْ الْبِيئَةِ الْمُحِيطَةِ، وَلَمْ يَتِمَّ اكْتِشَافُهَا، ثُمَّ يَنْتَقِلُ
الْفَيروسُ أَوْ الْبَكْتِيرِيَا إِلَى الْإِنْسَانِ عَنْ طَرِيقِ
التَّلَامُسِ، وَفِي هَذِهِ الْمَرَحَلَةِ تَبْدَأُ الْبَكْتِيرِيَا
أَوْ الْفَيروسُ بِالتَّكَاثُرِ، وَيَحْدُثُ الْمَرَضُ، ثُمَّ
تَنْتَقِلُ الْعَدْوَى مِنْ إِنْسَانٍ إِلَى آخَرَ فِي
مُجْتَمَعِهِ الصَّغِيرِ، ثُمَّ تَتَسَبَّبُ فِي انْتِشَارِ الْمَرَضِ

عَلَى نِطَاقٍ أَوْسَعَ فِي الْبَلَدِ ؛ وَتُحَدِّثُ زِيَادَةً
فِي عَدَدِ الْمُصَابِينَ، وَكَلَّمَا أَزْدَادَ عَدَدُ
الْحَامِلِينَ لِمُسَبِّبَاتِ الْمَرَضِ أَزْدَادَتْ اِحْتِمَالِيَّةُ
الانْتِشَارِ وَحُدُوثِ الْوَبَاءِ بِشَكْلِ أَكْبَرَ.



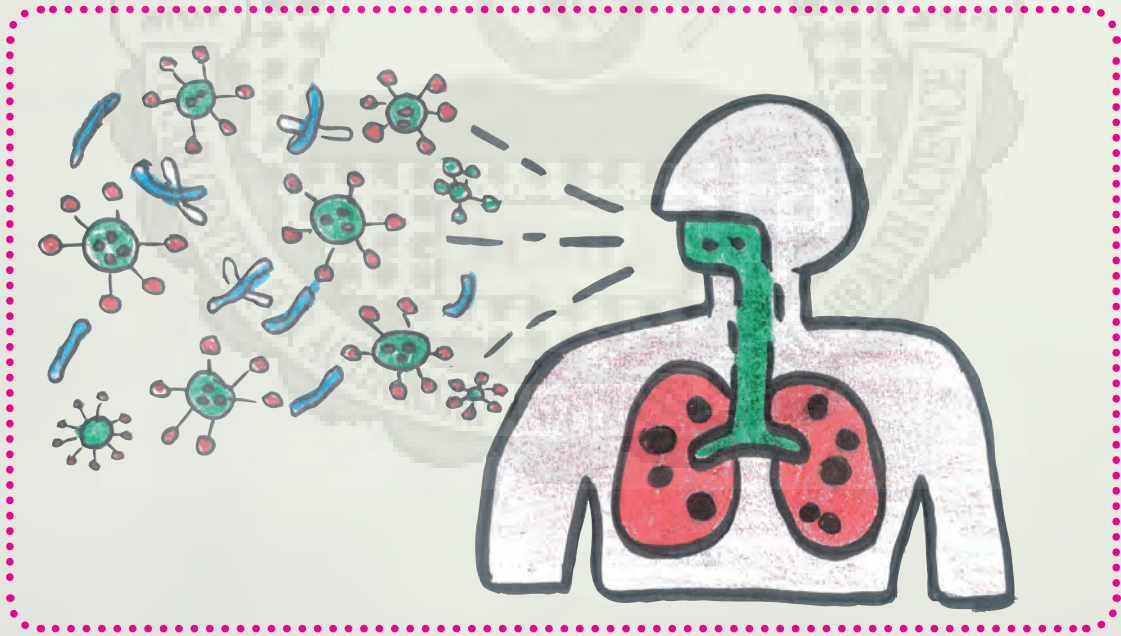
الوباء وطرق انتشاره

تنتشر مسببات المرض الذي أصبح وباءً فتصيب أشخاصًا آخرين، ومن ثم تؤدي إلى العدوى بطرقٍ مختلفةٍ منها :

• **طريق مباشر** : ويكون ذلك عن طريق اللمس، أو العطس، أو السعال.

• **طريق غير مباشر** : ويأتي ذلك عن طريق ناقل للعدوى مثل : الحشرات، أو بواسطة الماء، أو الطعام، أو الهواء، أو التراب.

عِنْدَهَا يَبْدَأُ الْمَرَضُ يَنْتَشِرُ وَيَتَفَشَّى مِنْ
مُجْتَمَعٍ إِلَى آخَرَ، وَمِنْ دَوْلَةٍ إِلَى أُخْرَى عَنْ
طَرِيقِ انْتِقَالِ الْأَشْخَاصِ الْمُصَابِينَ مِنْ
دَوْلَةٍ إِلَى أُخْرَى.



قَدْ لَا تَظْهَرُ أَعْرَاضُ الْمَرَضِ عَلَى جَمِيعِ الْحَامِلِينَ لَهُ
بِسَبَبِ مَنَاعَةِ الْجِسْمِ الْقَوِيَّةِ فِي مُقَاوَمَةِ الْعَدْوَى، وَقَدْ
يُصَابُ بَعْضُهُمْ بِأَعْرَاضٍ خَفِيفَةٍ تَمُرُّ دُونَ أَنْ تُلَاحَظَ.
وَلَكِنْ لِكُونِهِمْ حَامِلِينَ لِلْعَدْوَى، فَإِنَّهُ مِنْ الْمُمْكِنِ أَنْ
تَنْتَقِلَ الْعَدْوَى إِلَى غَيْرِهِمْ، وَقَدْ يَكُونُ بَعْضُ الْأَفْرَادِ
أَكْثَرَ تَعَرُّضًا لِلْمَرَضِ بِسَبَبِ سُوءِ التَّغْذِيَةِ، أَوْ الْإِصَابَةِ
بِأَمْرَاضٍ أُخْرَى تُضْعِفُ مَنَاعَتَهُمْ وَمُقَاوَمَتَهُمْ لِلْمَرَضِ،
وَهَذَا يُفَسِّرُ عَجْزَ أَجْسَامِهِمْ عَنِ إِنتَاجِ مَا يَكْفِي مِنْ
الْأَجْسَامِ الْمُضَادَّةِ لِمُكَافَحَةِ مُسَبِّبَاتِ الْمَرَضِ؛ لِذَلِكَ
يُصَابُونَ بِالْأَمْرَاضِ أَكْثَرَ مِنْ غَيْرِهِمْ.

أَبْرَزُ خَصَائِصِ الْمَرَضِ الَّذِي يَتَحَوَّلُ إِلَى جَائِحَةٍ عَاسَّةٍ :

• سَرِيعُ الْإِنْتِشَارِ وَالتَّفَشِّيِّ بَيْنَ أَفْرَادِ الْمُجْتَمَعِ.

• لَيْسَتْ لَهُ حُدُودٌ جُغْرَافِيَّةٌ.

• يَظْهَرُ بِصُورَةٍ مُفَاجِئَةٍ وَشَرِسَةٍ.

وَمِنْ أَشْهَرِ الْأَوْبِيَّةِ عَلَى مَرِّ التَّارِيخِ :

- الْجُدْرِي الْوَبَائِي . - الْمَوْتُ الْأَسْوَدُ (الطَّاعُونُ).

- الْأَنْفِلُونَا الْأَسْبَانِيَّةُ . - أَنْفِلُونَا الطُّيُورِ.

- أَنْفِلُونَا الْخَنَازِيرِ . - الْكُولِيرَا.

- كُوفِيد -19.

جَائِحَةٌ كُورُونَا

تُعَدُّ جَائِحَةٌ كُوفِيد -19 مِنْ أَحَدَثِ الْجَوَائِحِ
الَّتِي ظَهَرَتْ فِي الْعَالَمِ، وَقَدْ تَمَّ تَصْنِيفُ فَيْرُوسِ
«كُورُونَا» بِوَصْفِهِ جَائِحَةً؛ لِأَنَّهُ تَسَبَّبَ فِي إِصَابَةِ
كَثِيرٍ مِنَ النَّاسِ فِي جَمِيعِ أَنْحَاءِ الْعَالَمِ، وَهُوَ نَاجِمٌ عَنِ
فَيْرُوسِ (سَارِس - كُوف -2)، وَيَنْتَقِلُ هَذَا الْفَيْرُوسُ
بِسُهُولَةٍ مِنْ شَخْصٍ لِآخَرَ عَنِ طَرِيقِ التَّلَامُسِ، أَوْ
الْهَوَاءِ الْمَلُوثِ بِذَلِكَ الْفَيْرُوسِ؛ فَيُؤَدِّي إِلَى الْمَرَضِ.
وَقَدْ تَسَبَّبَتْ هَذِهِ الْجَائِحَةُ فِي ضَغْطٍ كَبِيرٍ عَلَى
الْأَنْظِمَةِ الصَّحِّيَّةِ الْعَالَمِيَّةِ، وَأَدَّتْ إِلَى تَغْيِيرَاتٍ كَبِيرَةٍ

في حياة الناس اليوميّة، حيثُ اضْطَرَّتْ دَوْلٌ عَدِيدَةٌ
لِفَرَضِ الحَجْرِ الصَّحِّيِّ، وَاجْرَاءِ قِيُودٍ عَلَى التَّنَقُّلِ
والسَّفَرِ لِلْحَدِّ مِنْ اَنْتِشَارِ المَرَضِ.



أَعْرَاضُ الإِصَابَةِ بِفَيْرُوسِ (كُوفِيد -19)

الإِصَابَةُ بِفَيْرُوسِ (كُوفِيد -19) تَكُونُ مَصْحُوبَةً
بِأَعْرَاضٍ كَثِيرَةٍ، مِنْهَا :

- الحُمَّى .
- أَلَمٌ فِي الصَّدْرِ .
- التَّهَابُ الحَلَقِي .
- آلامُ البَطْنِ وَالإِسْهَالِ .
- فُقْدَانُ حَاسَّةِ التَّذَوُّقِ ، أَوْ الشَّمِّ ، أَوْ كِلَيْهِمَا .
- صُعُوبَةٌ فِي التَّنَفُّسِ .
- صُدَاعٌ .

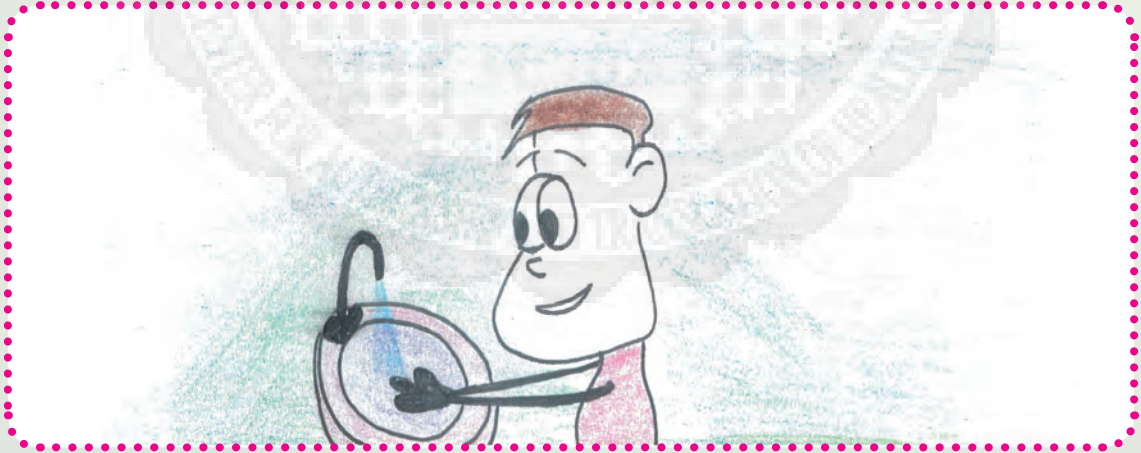
وَقَدْ تَكُونُ أَعْرَاضُ الْمَرَضِ قَلِيلَةً فِي بَعْضِ الْأَحْيَانِ،
أَوْ قَدْ تَحْدُثُ الْإِصَابَةُ مِنْ دُونِ ظُهُورِ أَيِّ أَعْرَاضٍ
عَلَى الْإِطْلَاقِ، وَلَكِنْ مِنَ الضَّرُورِيِّ مُتَابَعَةُ الْوَضْعِ
الصَّحِّيِّ لِلْمُصَابِ بِشَكْلِ مُسْتَمِرٍّ فِي حَالِ ظُهُورِ أَيِّ
أَعْرَاضٍ قَبْلَ تَفَاقُمِهَا، خَاصَّةً فِي حَالِ وُجُودِ أَمْرَاضٍ
مُزْمِنَةٍ لِلشَّخْصِ قَدْ تَوَثَّرَ فِي حَالَتِهِ الصَّحِّيَّةِ.



الإحتياطَاتُ اللّازِمَةُ فِي حَالَةِ حُدُوثِ وَبَاءٍ

- فِي حَالَةِ حُدُوثِ وَبَاءٍ تَلَزِمُ الإحتِيَاطَاتُ الآتِيَةَ :
- الرّاحَةُ وَالبَقَاءُ فِي المَنْزِلِ، وَعَدَمُ الذّهَابِ إِلَى العَمَلِ، أَوِ المَدْرَسَةِ.
 - تَجَنُّبُ مُخَالَطَةِ النّاسِ فِي مِثْلِ : وَسَائِلِ النّقْلِ.
 - عَزْلُ المُصَابِ فِي غُرْفَةٍ بَعِيدًا عَن بَاقِي أَفْرَادِ الأُسْرَةِ.
 - وَجُوبُ ارْتِدَاءِ الكِمَامَةِ عِنْدَ التّعَامُلِ مَعَ أَيِّ شَخْصٍ آخَرَ دَاخِلَ المَنْزِلِ، أَوْ فِي أَثْنَاءِ مُغَادَرَتِهِ الغُرْفَةَ المَعزُولَةَ ؛ لِحِمَايَةِ الآخَرِينَ مِنِ انْتِقَالِ العَدُوِّ لَهُمُ.

- تَنْظِيفُ الْأَسْطُحِ بِشَكْلِ دَوْرِيٍّ وَتَهْوِيَةِ الْغُرْفَةِ.
- مُرَاقَبَةُ الْأَعْرَاضِ وَضَرُورَةُ مُتَابَعَةِ تَطَوُّرِهَا مِثْلَ :
ارْتِفَاعِ الْحَرَارَةِ، أَوْ السُّعَالِ، أَوْ ضَيْقِ التَّنَفُّسِ.
وَفِي حَالَةِ تَفَاقُمِ الْأَعْرَاضِ، يَجِبُ اسْتِشَارَةُ الطَّبِيبِ
فَوْرًا.
- غَسْلُ الْيَدَيْنِ بِاسْتِمْرَارٍ.



دَوْرُ الْمَوْسَّسَاتِ الصَّحِّيَّةِ فِي الدَّوْلَةِ فِي مُوَاجَهَةِ الْوَبَاءِ

- لِوَزَارَاتِ الصَّحَّةِ فِي الدَّوَلِ الَّتِي يَحْدُثُ فِيهَا الْوَبَاءُ
دَوْرٌ مُهِمٌّ فِي التَّعَامُلِ مَعَهُ، وَمِنْ هَذِهِ الْأَدْوَارِ:
- إِعْدَادُ إِسْتِرَاطِجِيَّاتٍ وَخُطَّةٍ طَوَارِيٍّ.
 - تَحْدِيدُ الْمَسْئُولِيَّاتِ خِلَالَ فَتْرَةِ الْوَبَاءِ.
 - التَّقْيِيمُ، وَالرَّضْدُ، وَالْمُتَابَعَةُ لِلْحَالَاتِ الْمُشْتَبِهَةِ،
وَالْمُؤَكَّدَةِ خِلَالَ فَتْرَةِ الْوَبَاءِ.
 - تَدْرِيْبُ الْمُخْتَصِّصِيْنَ مِنَ الْأَطِبَّاءِ وَالْمُمْرِضِيْنَ
وَالْمُسْعِفِيْنَ عَلَى كَيْفِيَّةِ التَّعَامُلِ مَعَ الْوَبَاءِ.

- التُّعْرُفُ عَلَى حَالَاتِ الإِصَابَةِ، وَالتَّعَامُلُ مَعَهَا.
- تَوْفِيرُ الْمَوَارِدِ اللَّازِمَةِ لِلتَّعَامُلِ مَعَ الْوَبَاءِ، مِثْلَ :
الِكِمَامَةِ، وَقَفَّازَاتِ الْيَدِ.
- التَّوَاصُلُ مَعَ دَوْلِ الْعَالَمِ خِلَالَ فَتْرَةِ الْوَبَاءِ ؛ لِتَبَادُلِ
الْمَعْلُومَاتِ، وَمَعْرِفَةِ كَيْفِيَّةِ التَّعَامُلِ مَعَ الْوَبَاءِ.
- مُتَابَعَةُ الْأَبْحَاثِ الْعِلْمِيَّةِ ؛ لِمَعْرِفَةِ طَبِيعَةِ الْوَبَاءِ،
وَتَطْوِيرِ اللَّقَاحَاتِ، وَالْعِلَاجَاتِ الْجَدِيدَةِ، وَمُشَارَكَةِ
الْمَعْلُومَاتِ، وَالْبَيَانَاتِ اللَّازِمَةِ مِنْ أَجْلِ تَحْدِيدِ أَفْضَلِ
طُرُقِ الْوِقَايَةِ وَالْعِلَاجِ.
- تَقْيِيمُ الْأَدَاءِ وَالِاسْتِجَابَةِ الصَّحِيَّةِ الْعَالَمِيَّةِ بَعْدَ انْتِهَاءِ
الْوَبَاءِ، وَإِعْدَادُ التَّوَصِيَّاتِ لِمَوَاجَهَةِ أَيِّ وَبَاءٍ مُسْتَقْبَلًا.

طُرُقُ الْوَقَايَةِ مِنْ الْأَمْرَاضِ الْوَبَائِيَّةِ

لِلْوَقَايَةِ مِنْ الْأَمْرَاضِ الْوَبَائِيَّةِ طُرُقٌ مِنْهَا:

- اِرْتِدَاءُ الْكِمَامَةِ.
- اتِّبَاعُ الْإِرْشَادَاتِ وَالتَّدَابِيرِ الْعَامَّةِ لِلْوَقَايَةِ مِنَ الْمَرَضِ.



- تَجَنَّبُ لَمْسِ الْعَيْنَيْنِ، وَالْأَنْفِ، وَالْفَمِ.
- تَنْظِيفُ الْمَنْزِلِ، وَاسْتِعْمَالُ الْمُعَقِّمَاتِ.
- الْحِفَاظُ عَلَى نِظَاقَةِ الْيَدَيْنِ.
- الْمُحَافَظَةُ عَلَى التَّبَاعُدِ بَيْنَ الْأَشْخَاصِ، حَتَّى لَوْ لَمْ تَظْهَرْ عَلَيْهِمْ أَعْرَاضُ الْمَرَضِ.



إصدارات المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

سلسلة الثقافة الصحية للأطفال

- | | |
|--|------------------------------|
| إعداد وتصميم: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم | 1 - البكتيريا |
| إعداد وتصميم: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم | 2 - الفطريات |
| إعداد وتصميم: د. هبة حافظ الدالي | 3 - الفيروسات |
| إعداد وتصميم: د. نور محمد سامر العبد الله | 4 - العين |
| إعداد وتصميم: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم | 5 - هيا نلعب |
| إعداد وتصميم: د. أفنان جلال علوي | 6 - الطعام الصحي |
| إعداد وتصميم: غالب علي المراد | 7 - النباتات السامة |
| إعداد وتصميم: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم | 8 - الحواس الخمس |
| إعداد وتصميم: عصام وليد العبدلي | 9 - الحيوانات الأليفة والصحة |
| إعداد وتصميم: الصيدلانية. هبة إبراهيم قداد | 10 - الجهاز الهضمي |
| إعداد وتصميم: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم | 11 - المرض |
| إعداد وتصميم: د. جمانة ياسر الأصيل | 12 - صحة الفم والأسنان |
| إعداد وتصميم: غالب علي المراد | 13 - حماية البيئة |
| إعداد وتصميم: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم | 14 - المناعة |
| إعداد وتصميم: د. سارة محمد الإمام | 15 - الوباء |

