

فصلنامه تحقیقات جدید علوم انسانی

Human Sciences Research Journal

دوره چهارم، شماره ۳۲، زمستان ۱۳۹۹، صص ۶۱۴-۶۰۱
New Period 4, No 32, 2021, P 601-614

شماره شاپا (۱۸-۷۰۱۸) (۲۴۷۶-۷۰۱۸)

الدور القيادي والتلقاني والمعلوماتي للأجهزة الطبية في تخفيف من وباء كورونا (دراسة حالة مجتمعية في دوائر صحة محافظة الديوانية)

م.م منار ليلو دايخ، م. روی احمد ابراهیم

مدیریة تربية الديوانية جامعة تكريت - كلية الادارة والاقتصاد

المستخلص:

في هذه الدراسة يتم البحث عن مرض فيروس كورونا وأسبابه وطرق الوقاية منه وكيفية علاجه ومدى تأثير مجتمع الديوانية من اعداد الاصابات ورصد حالات الشفاء وحالات الوفاة ومدى مساهمة الكوادر الطبية والأجهزة الطبية من تحقيق ومعالجة مرض فيروس كورونا والجهود المقدمة من قبل دائرة صحة الديوانية . وقد اعتمدت هذه الدراسة على توضيحات بضرورة عدم تفشي المرض وانتشاره والتزام افراد المجتمع بطرق الوقاية لتفادي المرض والتقليل من عدد الاصابات به، من خلال تطبيق ظروف الوقاية من النظافة وعدم الاختلاط بين المصابين، وتقدير جهود الكوادر الطبية العاملة على معالجة المرضى المصابين ومحاولة رفع معنوياتهم والوصول الى حالة الشفاء التام من المرض.

الكلمات المفتاحية: فيروس كورونا، الكوادر الطبية، مدينة الديوانية.



Summary

In this study, the researchers try their best to focus on Corona virus disease, its causes and ways to prevent it, how to treat it, the extent to which Diwaniya society is affected by the numbers of the patients, monitoring cases of recovery and deaths, the extent of the contribution of medical of personnel and medical devices to the investigation and the treatment of Corona virus and the efforts introduced by the Diwaniya health directorate are investigated. This study has depended on explanations of the necessity of not spreading the disease and its spread and its commitment of the society's members to prevention so as to avoid disease and decrease the numbers of the infections by it, through the application of conditions of hygiene and non-mixing among the infections, and the appreciation of the efforts of the medical staff working to treat the infected patients and try to raise their moral and access to complete recovery from the disease .

Keywords: Corona virus, Medical staff, AL-Diwaniya city.

المقدمة :

ان فايروس كورونا من الامراض العصرية التي ظهرت وهو سلاله جديدة لفايروس (Sars -٢٠٠٣) (Guarner, J., 2020). (Mars-cov) (Zhu, N., Zhang, 2020) ومتلازمة الشرق الاوسط التنفسية ميرس (ncov-2019) على فايروس كورونا الجديد ويأتي اسم فايروس كورونا من شكل الفايروس الذي يشبه القبض او الاكليل الشمسي عند تصويره باستخدام المجهر الالكتروني (٢) وتعتبر مدین ووهان الصينية هي اول مدينة ظهر فيها هذا الفايروس في سوق شعبي لبيع الحيوانات. (فؤاد رزاق عبد الحسين, ٢٠٢٠, ص ٧)

المبحث الاول /منهجية الدراسة

أولاً:- المشكلة الدراسية

تشمل المشكلة الدراسية في كيفية دراسة الاسباب والعوامل التي ادت الى انتشار هذا الفايروس ومدى تأثيره على المرضى والحد من انتشار هذا الوباء الذى يعد من اكثرا الامراض خطورة.

ثانياً :- اهمية البحث : من خلال دراسة البحث بجانبيه النظري والعملى، شهد المجتمع الديوانى سواء المواطن او الكادر الطبى تقشى وباء كورونا.

١. الجانب النظري

٢. الجانب العملى



ثالثاً:- حدود البحث:

الحدود البشرية: مرض فايروس كورونا في مجتمع مدينة الديوانية، الكوادر الطبية الصحية
الحدود المكانية: مدينة الديوانية - العراق .

الحدود الزمانية: من ٢٥ مارس ٢٠٢٠ إلى ١ حزيران ٢٠٢٠

رابعاً:- المصطلحات البحثية:

فايروس كورونا

فايروس كورونا هو مرض تفsti يسبب فيه أحد فايروسات كورونا وهو من نفس عائلة الفايروسات مثل متلازمة التنفس الخطرة المعروفة بسارس (Sars-cov) الذي ظهر في الصين ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية ميرس (Mars-cov) الذي ظهر في السعودية والذي تسبب في وفاة المئات من الأشخاص. (Lee, P. I., & Peeri, Kucharski, A. J., 2020) , N. C., Shrestha,2020) Hsueh, P. R. ,2020) اطلق منظمة الصحة العالمية تسمية فايروس كورونا (كورونا كلمة لاتينية تعنى الناج) بتسمية COVID-19 لكي تميزه عن السلالات الأخرى التي سببها بالظهور فالاسم مشتق من أول حرفين من كلمة CORONA و VI مشتقة من كلمة VIRUS وحرف فهو أول حرف من كلمة Disease D والرقم ١٩ يمثل سنة ٢٠١٩ وهي سنة ظهور الفايروس أول مرة في مدينة ووهان الصينية. لا يعد هذا الفايروس خارج جسم الكائن الحي كائن حي لأنه لا يمتلك صفات التغذية والتكاثر وافتقاره إلى عضيات وان تركيبة الفايروس عبارة عن بروتين وحامض نووي RNA فقط وان المدة المحصورة ما بين اصابة بالفايروس من بدء ظهور الأعراض كما اكدها اهم الدراسات تتراوح ما بين ١٤-١ يوم وعادة تستمر خمسة ايام كمعدل .(فؤاد رزاق عبد الحسين , ٢٠٢٠ ,ص).

المبحث الثاني / الاطار النظري:

أولاً:- مصدر وأسباب الاصابة بفايروس كورونا (Cov-2019)

ان مصدر فايروس كورونا هو مصدر حياني، وان هذا الفايروس ينتقل للإنسان عن طريق الملامسة والمخالطة مع الحيوانات البرية وقد اثبتت معظم الدراسات الحديثة ان فايروس كورونا (Covid-19) انتقل من خفافيش حدوة الفارس الصيني (وهو المضييف الوسيط للفايروس) الى الإنسان وان الخفافيش التي تهد مصدرها للكثير من الفايروسات القاتلة للإنسان كفايروس (سارس) الذي انتقل من الخفافيش الى قط الزباد وفايروس ميرس الذي انتقل من الخفافيش الى الابل والان فايروس كورونا لكن هذا الفايروسات تعد غير خطيرة للخفافيش وغيرها من الحيوانات المضيفة بسبب امتلاكها جهاز مناعي قدرته عالية وخاصه الخفافيش (Lee, P. I., & Hsueh, P. R. 2020),(Peeri, N. C., Shrestha,2020)



ان المرضى الذين أصيبوا بفايروس كورونا بداية انتشاره قد انتقل اليهم نتيجة التعامل المباشر مع الحيوانات وان الفايروس قد اكتسب سلسلة من الطفرات الوراثية اثناء وجوده في العائل الحيواني وتنقله وتكاثره داخل الانسان وكما ان هناك تقارير تشير الى ان فايروس كورونا ايضا انتقل من خفافيش الى حيوانات اخرى التي تباع في سوق ووهان ومنها الى بعض العاملين فيه كما اكدت الدراسات والابحاث والتقارير ان المجموعة الاولى من المصابين الذين تلقو العلاج في بداية تفشي فايروس كورونا كانوا من العمال او المتسوقين من سوق ووهان التي تبيع الحيوانات الحية ومنها الخفافيش والخنازير وغيرها (Peeri, N. C., Mizutani, Moeed, Y. A. G., Yue, L., & Ling, L. C., 2020), (Shrestha, 2020) .T., 2013)

ثانياً:- اعراض الاصابة بمرض فايروس كورونا
ان فايروس كورونا يتسبب بأعراض شبيهه بالأنفلونزا أو بأعراض اصابة الفايروس (Sars-Cov) و (Mers-Cov) إلا انها اشد خطورة وفتاكا.

يصيب الفايروس بشكل رئيسي الجهاز النفسي والجهاز الهضمي العلوي للثديات والطيور (Kim, J. M., Chung, 2020) ، كما ويسبب فايروس كورونا حسب مجلة البرت العالمية اعراضا اخرى بينها فقدان مفاجئ لحسنة الشم دون ظهور اعراض اخرى كالاحتقان أو الرشح ويكون هذا الشخص اشد خطورة من الشخص المصاب لأنه ينشر المرض دون معرفة ان هذا الشخص حاملا خفيا للمرض (Peeri, N. C., Shrestha, 2020) وتكون الأعراض كالتالي:

الأعراض الشائعة:

1. ضيق التنفس: يتولد نتيجة نقص الاوكسجين لتوسيع الاوعية الدموية المحيطة بالحويصلات وزيادة نفاذية تلك الاوعية فضلا عن زيادة الشد السطحي بسبب فقدان (Surfactant) ٢. السعال
3. الارهاق (النحول العام) (Peeri, N. C., Shrestha, 2020)

الأعراض في الحالات الشديدة

في هذه الحالة ستسوء حالة المصاب وتصل الاصابة الى الكلية فيتطور بعدة مراحل من لاصابة منها حدوث التسممية ومتلازمة تعطل الاجزءة الجسمية لتصل الى مستوى المتلازمة التنفسية الحادة الورخيمية والفشل الكلوي.



الأمراض الغير شائعة

١. صداع

٢. احتقان الانف والتهاب الحلق وضيق في التنفس

٣. سعال مع البلغم

٤. ألم في العضلات والمفاصل

٥. غثيان أو قيء واسهال

وقد تكون هذه الاعراض خفيفة وتبداً تدريجياً كما ان هناك بعض الاشخاص لا تظهر عليهم هذه الاعراض ودون الشعور بالمرض (فؤاد رزاق عبد الحسين ، ٢٠٢٠).

ثالثاً: الوقاية : Prevention

ليس هناك علاج فعال محدد متاح للحد الان يوقف فايروس كورونا وان النتائج الطبية الخاصة بالفايروس المستجد تشير الى امكانية سريعة لتصنيع مصل فعال رغم ازدياد عدد الاصابات في اغلب دول العالم. ان الدعم الذى تقدمه الكوادر الطبية فى المستشفيات والمراكز الصحية للإصابات المؤكدة هو تركيز الجهود من خلال الادوية التى تعطى لتخفيض او معالجة الاعراض السريرية كالجفاف ونقص الاوكسجين والفشل الكلوى ودعم الجسم بالفيتامينات والمعادن لتعويذة جهاز المناعة الذى يقوم بمقاومة الفايروس والعلاجات التى تخضع لها المرضى والمصابون من خلال تجارب عن طريق الملاحظة والتجارب السريرية . ان مرض فايروس كورونا قد يسبب مرض خطير اذا اهملنا الارشادات والتوصيات الصحية ويمكنا بالإجراء الصحيح حماية انفسنا ومجتمعاتنا المحلية. (فؤاد رزاق عبد الحسين ، ٢٠٢٠، ص)

L., & Ling, L. C. (2020,

فمن الممكن عدم انتشار جائحة كورونا ووقف انتشار الفايروس من خلال الوقاية منه والالتزام بالتعليمات الصحية واتباع الارشادات الطبية والعزل الاجتماعى فهو العلاج الوحيد الذى يثبت فعاليته فالوقاية خير وسيلة لمواجهة الفايروس كما تعتبر النظافة من الحلول المهمة فى مواجهة هذا الوباء وان القيام بفحص الملامسين هو من الاجراءات السليمة التى اكدت عليها المنظمات الاممية فى دول العالم. ,

Yue, L., & Ling, L. C. (2020,

المبحث الثالث / الدور القيادى والتقانى والمعلوماتى للأجهزة الطبية

الدور القيادى لمدير صحة الديوانية ومدراء المستشفيات فى التخلص من الوباء الدور الذى تقوم به مديرية صحة الديوانية ومدراء المستشفيات فى مدينة الديوانية يتمثل فى العديد من المهام والنشاطات وجهود كبيرة للحد من انتشار وباء كورونا تمثل ب:-



– متابعة الفرق الصحية الجوالة لمتابعة الملامسين للمصابين بفايروس كورونا والاشراف على الحجر المنزلي والتوعية والتثقيف الصحي .

– فحص نماذج لمشتبه بإصابتهم لمشتبه بإصابتهم بالمخبرات والتأكد من إصابتهم أو عدم الإصابة .

– توجيه قسم الصحة العامة لزيادة عينات الفحص الخاص بالمسح الميداني الفعال .

– تم تجهيز جهاز **PCR** من قبل وزارة الصحة لدائرة صحة الديوانية وبذلك اختصار الوقت وزيادة فحص العينات .

– متابعة عمل المؤسسات الصحية ومتابعة تطبيق الاجراءات الوقائية والزيارات التفقدية للمستشفيات ومتابعة عمل جميع الوحدات وبرامج الرعاية الاولية والتوصية بضرورة توفير الادوية والمستلزمات الطبية .

اقامة الاجتماعات الدورية لمدراء الاقسام لمناقشة سبل تطوير عمل المؤسسة الصحية وتوجيه الشكر لجهود الكوادر الصحية والأدارية والخدامية للمستشفيات المتغيرة بعملها والتي واجهت وباء كورونا وضرورة تسيير اقسام الدائرة فيما بينهما للنهوض بالواقع الصحي ومحاسبة الخروقات لتوجيهات وزارة الصحة والبيئة ومحاسبة من يتصرف بفعل يشكل خطرا على الصحة العامة واتباع قواعد الوقاية الصحية والمجتمعية لحماية المجتمع من خطر نفسي الوبائي وامن انتشار المرض بشكل اكبر .

دور الكوادر الطبية والتقدم التقني والمعلوماتي لصحة الديوانية في تخفيف وباء كورونا .

– تقدم الكوادر الصحية جهود لمكافحة تفشي فايروس ومرض كورونا بما في ذلك تشخيص الفايروس وتقديم الرعاية الصحية للمرضى وتتبع حالة الملامسين للأشخاص المصابين بفايروس كورونا بما في ذلك تشخيص الفايروس وتقديم الرعاية الصحية للمرضى وتتبع حالة الملامسين لأشخاص مصابين بفايروس كورونا، وعمليات البحث والتصني الازمة لفهم حالة المرض بشكل افضل. ولأنه فايروس جديد ليس له علاج او لقاح لذلك يتم توفير الرعاية الداعمة للجهاز المناعي للمرضى ومعالجة اعراض المرضى ولكن لايزال فهم كل من الفايروس والمرضى في مرحلة البحث والتطوير.

– يتم فحص المشتبه بإصابتهم من خلال جمع عينات (مسحات) وذلك من حلق المريض او البلعوم ومن انفه او المجاري التنفسية العميقه مثل افرازات الشعب الهوائية او الرئة او يتم جمع البلغم الذي يخرج من رئيه ويجب ان يصل عود استخراج العينة الى عمق (مسافة متوسطة بين طرف الانف وشمعة الاذن حتى تحصل على ادق النتائج ثم تنقل العينات (المسح) الى مختبرات الصحة في بغداد وانتظار نتائج الفحوصات كما قامت دائرة صحة الديوانية بإجراءات مسح ميداني للمناطق التي يظهر بها الاصابات والتركيز على فئات معينة من ضعيفي المناعة وعند التأكد من الاصابة للمرض يتم حجرهم وتقديم الرعاية الصحية لهم في مستشفى العزل (الحميات) الى ان يتم الشفاء التام لهم وكما يتم فحص الملامسين والتأكد من سلامتهم او اصابتهم فلقد تم تجهيز دائرة صحة الديوانية بجهاز **PCR** وتم البدء بتشغيل الجهاز في المحافظة لفحص العينات الخاصة بفايروس كورونا وغيرها من الفحوصات الفيروسية والذى ادى الى اختصار الوقت حيث كانت هذه العينات ترسل الى مختبرات بغداد وانتظار النتائج كما تساهم دائرة الصحة وخلية الازمة في توعية مواطنى



مجتمع الديوانية بضرورة الوعي والوقاية وأن حالة تفشي مرض كورونا متعلق بالجهاز التنفسى لذلك من الضروري الالتزام بالحفاظ على نظافة اليدين ومراعاة أدب السعال وتجنب الاتصال الوثيق مع الاشخاص الذين تظهر عليهم اعراض امراض الجهاز التنفسى وابلاغ المركز الصحى عند الشعور بالمرض وقد يساهم الرعى العام بالفايروس واتخاذ التدابير والوقاية المعززة هي عناصر أساسية للوقاية من الإصابة بالعدوى.



شكل (١) يوضح كادر صحة الديوانية عند اخذ عينات (مسحات) من الملامسين لمصابي كورونا



شكل (٢) يوضح جهاز PCR



شكل (٣) يوضح كادر صحة الديوانية عند فحص عينات (مسحات) واستخدام جهاز PCR
(صفحة مديرية صحة الديوانية)

الجانب العملي:

أولاً:- خطوات فحص الاصابة بفايروس كورونا:

تم عملية فحص الاصابة بفايروس كورونا من خلال التشخيص في المختبرات والمراكم الطبية المتخصصة ومنها مختبر الصحة المركزي في بغداد او الحالات المشتبه بها عن طريق فحص للعينات المأخوذة من المصاب بجهاز **PCR** (بطريقة **Reall time PCR**) واجراء مطابقة التسلسل اليوكليونيدي لجينين او ثلاثة من جينوم الفايروس كوفيد - ١٩ .

يتطلب العمل في مثل هذا النوع من الفايروس المستجد الى مختبرات ذات مستوى امان عالي جداً وذلك بحكم التعامل سيكون مع ملايين الاعداد في نفس الفايروس الفتاك في وسطها الحلوى ومن هذه الاباع هو مختبر **3 Biosafety level** و **3 BSL and Pa** (هذه المختبرات مخصصة للتعامل مع اخطر الفايروسات) و **Level A 3** و حسب نوع الاختبار ومرحلته (Kim, J. M., Chung, 2020).



ان نتيجة فحص فايروس كوفيد-١٩ اما سلبية عدم وجود فايروس او موجبة تدل على وجود الفايروس وان بعض الاختبارات يعطى النسبة موجبة او سالبة مباشرة .

ثانياً- تحديد حجم العينة:

تعتمد عينة البحث على عينة من مرضى المصابين بفايروس كورونا في مدينة الديوانية ودور الكوادر الطبية في معالجة المصابين والامكانيات التي تقدمها هذه الكوادر والمراكز الصحية .
وقد تم حصر اعداد المصابين بهذا الفايروس في مدينة الديوانية وتطبيق الحجر الصحي لذويهم كما تم فحص العينات المشتبه بها واللاماسين لمعرفة اصابتهم او سلامتهم .
وقد تم التعرف على اعداد المصابين بفايروس كورونا في مدينة الديوانية وتطبيق الحجر الصحي لذويهم واللاماسين كما تم فحص العينات للمشتبه بهم من حيث الامكانيات التي تقدمها هذه الكوادر والمراكز .

ثالثاً- نتائج دراسة الحاله

تتمثل النتائج بأعداد الاصابات التي حصلت في مدينة الديوانية وكانت اول اصابة لطالبة دراسات عليا قادمة من ايران بتاريخ ٢٠٢٠/٣/١٥ وهي اول اصابة لمحافظة الديوانية وبعد ذلك تم التأكيد اصابة ثانية لمصاب من قضاء الشامية لذلك بدأت كوادر دائرة الصحة بحجر المصابين وفحص اللاماسين للمصابين وكانت عدد الاصابات لمدينة الديوانية لشهر مارس هي (٤) حالات اصابة (٢) اثنان تمايلت للشفاء و(٢) رقد في المستشفى ،اما في شهر ابريل فكانت اول حالة وفاة لرجل مصاب بسرطان الرئة من قضاء عفك وقد توفي أثناء الفحص في الطوارئ بتاريخ ٢٠٢٠/٤/١ ان عدد الاصابات لشهر ابريل (٥) اصابات وعدد حالات الشفاء (٤) حالات وحالة وفاة واحدة . فحين كانت عدد الاصابات لشهر مايو فقد بلغت ١٣ حالة اصابة وحالة وفاة واحدة كما مبين في الجدول (١) .

جدول (١) بين حالات الاصابة في مدينة الديوانية

المنطقة	عدد الوفيات	عدد الاصابات	التاريخ	ن
حي الفرات	-	١	٢٠٢٠/٣/١٥	١
قضاء الشامية	-	١	٢٠٢٠/٣/١٦	٢
قضاء الشامية	-	١	٢٠٢٠/٣/١٩	٣
قضاء الشامية	-	١	٢٠٢٠/٣/٢٧	٤
طيب من محافظة النجف يعمل في مستشفى قضاء الشامية	-	١	٢٠٢٠/٣/٣٠	
مجموع الاصابات لشهر مارس في مدينة الديوانية (٤ اصابات) وعدد حالات الشفاء (٣ ولا توجد وفيات وعدد الاصابات في العراق (٦٩٤) والشفاء (٧٠) والوفيات (٥٠)				



المنطقة	عدد الوفيات	عدد الاصابات	التاريخ	ن
قضاء الدغارة للمصاب/قضاء عفك للمتوفى	١	٢	٢٠٢٠/٤/١	٥
قضاء غماس	-	١	٢٠٢٠/٤/٢	٦
حي القبطاط - حي النهضة - قضاء الشامية	-	٤	٢٠٢٠/٤/١٣	٧
ام الخيل الاولى	-	١	٢٠٢٠/٤/١٨	٨
مجموع الاصابات لشهر ابريل (٧ اصابات) وحالات الشفاء (٦) وحالة وفاة (١) ومجموع الاصابات في العراق (٢٠٨٥) ومجموع حالات الشفاء (١٣٧٥) والوفيات (٩٣)				
المنطقة	عدد الوفيات	عدد الاصابات	التاريخ	ن
حي الزراعيين - قضاء الشامية	-	٢	٢٠٢٠/٥/٢٣	٩
قضاء الحمزة الشرقي	-	١	٢٠٢٠/٥/٢٤	١٠
قضاء الشامية	-	٤	٢٠٢٠/٥/٢٥	١١
قضاء الحمزة الشرقي	-	١	٢٠٢٠/٥/٢٦	١٢
(٣)اصابات قضاء الحمزة الشرقي - (١) اصابة حي الجمهوري	-	٤	٢٠٢٠/٥/٢٨	١٣
قضاء الحمزة الشرقي	-	١	٢٠٢٠/٥/٣٠	١٤
(٧) قضاء الحمزة الشرقي- (١) حي الجامعه	-	٩	٢٠٢٠/٥/٣١	١٥
مجموع الاصابات لشهر مايو (١٣ اصابات) وحالات الشفاء (٤) وحالة وفاة (٢) ومجموع الاصابات في العراق (٦٤٣٩) ومجموع حالات الشفاء (٣١٥٦) والوفيات (٢٠٥)				

(دائرة صحة الديوانية)

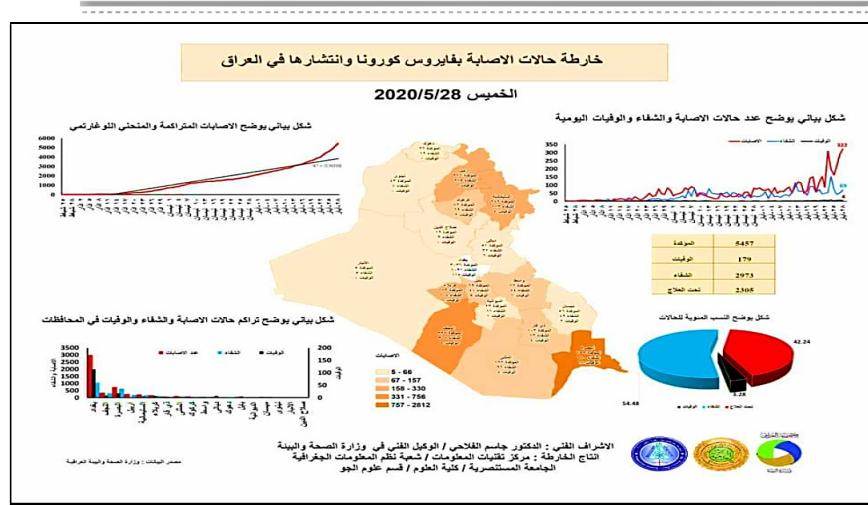
يوضح الجدول (١) حالات الاصابات وحالات الوفاة لمواطني مجتمع الديوانية حسب مناطق سكناهم لأشهر (مارس، ابريل، مايو) لمدينة الديوانية ومجموع اصابات العراق لهذه الاشهر .

جدول (٢) يبين حالات الاصابة في مدينة الديوانية منذ بداية الازمة الى نهاية شهر مايو

الحالات الفعلية	حالات الشفاء	عدد الوفيات	عدد الاصابات	المحافظة
١٩	١٣	١	٣٣	الديوانية

(دائرة صحة الديوانية)

اما جدول (٢) يوضح حالات الاصابة وحالات الوفاة وحالات الشفاء وحالات التي مازالت راقدة في المستشفيات منذ بداية الازمة الى نهاية شهر مايو .



شكل (٣) يوضح حالات الاصابة بفايروس كورونا وانتشاره في العراق

شكل (٣) يوضح حالات الاصابة بفايروس كورونا في مدينة الديوانية



(صفحة مديرية صحة الديوانية) (موقع وزارة الصحة والبيئة)



المبحث الرابع / التوصيات والمقتراحات

التوصيات

ان تجنب الاصابة بفايروس كورونا ، يجب توخي الحذر والاهتمام بالنظافة الشخصية ونظافة الجهاز التنفسى والممارسات الغذائية الامنة التى من شأنها دعم الجهاز المناعى وان من هذه التوصيات والارشادات الصحية التى يمكن اتباعها :-

– التأكيد على غسل اليدين جيدا بالماء والصابون قبل تناول الوجبات ويفضل كل نصف ساعة على الاكثر طوال اليوم وذلك لقدرة الصابون على تحطيم غلاف الفايروس البروتينى المكون من طبقة دهنية، وتطهير اليدين بالمعقمات الكحولية فى حالة ملامسة الاسطح الملوثة وتجنب المصاحفة بالايدى والتقبيل والاحتفاظ بمسافة لا تقل عن متر واحد بين الاشخاص .

– تجنب لمس العين والفم والانف.

– الاهتمام بالنظافة الشخصية بالاستحمام اليومى وتبدل الملابس وغسلها فور العودة الى المنزل لتجنب التقاط الفايروس .

– تهوية البيت وتنظيف ارضياته .

– تنظيف الادوات الشخصية مثل مسح الموبايل بقطعة قماش مبللة بالكلور المخفف بالماء وكذلك النظارة والحقائب وغيرها.

– عند الخروج من البيت يفضل ارتداء الكمامات واثناء التواجد فى التجمعات او فى المستشفيات او الاماكن التى تزيد احتمال انتقال العدوى او يفضل عدم التواجد فى اماكن مزدحمة واماكن غير جيدة التهوية .

– من الافضل الخروج من البيت لشخص واحد للتسوق ولجلب الاغراض الضرورية مع الاخذ بنظر الاعتبار الاحتياطات الازمة.

– عدم التعامل مع المرضى المصابين بفايروس كورونا مباشرة وفى حالة التعامل معهم يجب غسل اليدين جيدا قبل ملامسة الوجه وخاصة الفم والانف والعين .

– يجب على الاطباء وفريق التمريض الذين يتعاملون مع المرض بشكل مباشر ومستمر ارتداء القفازات الطبية والكمامات والبدلات الخاصة لتجنب انتقال العدوى اليهم.

– اتباع الممارسات الغذائية الصحيحة وتجنب تناول المنتجات الحيوانية الغير مطبوخة جيدا او الاطعمة المكشوفة وتقليل تناول السكريات والاكتار من الحضروات والفاوكه وخاصة الحمضيات مع شرب كمية مياه كبيرة والتعرض لأشعة الشمس وتجنب التدخين .(World Health Organization, 2020)

المقتراحات :

عند الشعور بأعراض خفيفة يجب مراجعة مركز صحي لتجنب حصول اي مضاعفات خطيرة .ولقد ثبت ان العدوى بفايروس كورونا يستهدف المسنين والشباب والاطفال ويكون اكثرا ضررا على المسنين والمصابين



بالأمراض المزمنة (السكر، الضغط ، الكلى وامراض القلب او الرئة) وايضاً الحوامل لذلك يمكن ان يكون هذا الفايروس مرضًا خطيراً اذا ما اهملنا التوصيات والارشادات الصحية ويجب ان نوجه قلقنا بالاتجاه الصحيح بتحويله الى اجراءات لحماية انفسنا واحبائنا ومجتمعاتنا المحلية . (فؤاد رزاق عبد الحسين ، ٢٠٢٠ ، Moeed, Y. A. G., Yue, L., & Ling, L. C. 2020)،



خامساً:- المراجع وقائمة المصادر

أولاً:- المراجع باللغة العربية

١- فؤاد رزاق عبد الحسين، الدليل العلمي الشامل لفايروس كورونا المستجد ٢٠٢٠، كلية الزراعة، قسم الشؤون العلمية، جامعة المثنى .

٢- موقع وزارة الصحة العراقية [./https://moh.gov.iq](https://moh.gov.iq)

٣- صفحة مديرية صحة الديوانية

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100005842154068>

Moeed, Y. A. G., Yue, L., & Ling, L. C. (2020). Research progress of new coronavirus- 4 (COVID-19): Theoretical study:

تقديم البحوث المتعلقة بفيروس كورونا الجديد (كوفيد-١٩): دراسة نظرية. مجلة العلوم الطبية و الصيدلانية .٤ (١)

ثانياً:- المراجع باللغة الانكليزية

1. Peeri, N. C., Shrestha, N., Rahman, M. S., Zaki, R., Tan, Z., Bibi, S., ... & Haque, U. (2020). The SARS, MERS and novel coronavirus (COVID-19) epidemics, the newest and biggest global health threats: what lessons have we learned?. *International journal of epidemiology*.
2. Kim, J. M., Chung, Y. S., Jo, H. J., Lee, N. J., Kim, M. S., Woo, S. H., et al. 2020. Identification of Coronavirus Isolated from a Patient in Korea with COVID-19. *Osong Public Health and Research Perspectives*. 11(1):3.
3. Lee, P. I., & Hsueh, P. R. (2020). Emerging threats from zoonotic coronaviruses-from SARS and MERS to 2019-nCoV. *Journal of Microbiology, Immunology and Infection*.
4. Kucharski, A. J., Russell, T. W., Diamond, C., Liu, Y., Edmunds, J., Funk, S., ... & Davies, N. (2020). Early dynamics of transmission and control of COVID-19: a mathematical modelling study. *The lancet infectious diseases*.
5. Guarner, J. (2020). Three emerging coronaviruses in two decades: the story of SARS, MERS, and now COVID-19.
6. Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., Song, J., ... & Niu, P. (2020). A novel coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019. *New England Journal of Medicine*.
7. Mizutani, T. (2013). A novel coronavirus, MERS-CoV. *Uirusu*, 63(1).
8. World Health Organization. (2020). Laboratory testing for coronavirus disease 2019 (COVID-19) in suspected human cases: interim guidance, 2 March 2020 (No. WHO/COVID-19/laboratory/2020.4). World Health Organization.