

ما هو مرض فيروس كورونا 2019 (كوفيد-19)؟

مرض فيروس كورونا 2019، المعروف باسم كوفيد-19 أو كوفيد، هو عدوى تنفسية يسببها فيروس كورونا "المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (SARS-CoV-2) (Coronavirus 2)". ظهر SARS-CoV-2 و كوفيد-19 لأول مرة في مقاطعة يوهان في الصين في ديسمبر 2019. ومنذ ذلك الحين، انتشر الفيروس بسرعة في جميع أنحاء العالم، وهو ما تسبب في حدوث جائحة ومئات الملايين من الإصابات.

فيروسات كورونا هي فصيلة كبيرة من الفيروسات التي يمكن أن تصيب الإنسان والحيوان وتسبب المرض. يوجد حاليًا سبعة أنواع معروفة من فيروسات كورونا التي تصيب البشر. أربعة منها شائعة وتتسبب في التهابات الجهاز التنفسي الخفيفة مثل نزلات البرد. الأنواع الثلاثة المتبقية، والتي تشمل SARS-CoV-2، تسبب التهابات تنفسية أكثر حدة.

من يصاب بكوفيد-19؟

الفيروس شديد العدوى ويمكن لأي شخص أن يُصاب بعدوى كوفيد-19. كبار السن والأشخاص الذين يعانون من بعض الأمراض المزمنة، مثل أمراض القلب أو الرئة أو مرض السكري، هم أكثر عرضة للإصابة بمرض كوفيد-19 الشديد.

كيف ينتشر مرض كوفيد-19؟

ينتشر كوفيد-19 عندما يتنفس الشخص المصاب قطرات أو جزيئات صغيرة تحتوي على الفيروس. يمكن أن يحدث هذا أثناء التنفس أو التحدث أو الغناء أو ممارسة التمارين. يمكن بعد ذلك استنشاق هذه القطرات والجسيمات من قبل شخص آخر، أو يمكن أن تهبط على عينيه أو أنفه أو فمه. في بعض الأحيان، قد يلوث الشخص المصاب الأسطح التي يلمسها ويصاب الآخرون بالعدوى عن طريق لمس عيونهم أو أنفهم أو فمهم بأيدي ملوثة. من المرجح أن يصاب الأشخاص الذين هم على بعد أكثر من ستة أقدام من شخص مصاب بالعدوى.

ما هي أعراض الإصابة بعدوى كوفيد-19؟

يختلف المرض الناتج عن عدوى كوفيد-19 من عدم وجود أعراض أو أعراض خفيفة جدًا إلى مرض شديد يمكن أن يؤدي إلى دخول المستشفى أو العناية المركزة أو الوفاة. تشمل الأعراض الأكثر شيوعًا ما يلي:

- حمى أو قشعريرة
- سعال
- ضيق في التنفس
- إرهاق
- آلام في العضلات أو الجسم
- صداع
- فقدان جديد لحاسة التذوق أو الشم
- التهاب في الحلق
- احتقان أو سيلان الأنف
- الغثيان أو القيء
- إسهال

بينما يمكن أن يعاني أي شخص من أعراض، فإن كبار السن والأشخاص الذين يعانون من بعض الحالات الطبية المزمنة (مثل أمراض القلب وأمراض الرئة والسكري وضعف جهاز المناعة) معرضين أكثر للإصابة بمرض كوفيد-19 الشديد. تشمل أعراض المرض الخطير ما يلي:

- صعوبة في التنفس
- ألم أو ضغط مستمر في الصدر

- ارتباك جديد
- عدم القدرة على الاستيقاظ أو البقاء مستيقظًا
- لون شاحب أو رمادي أو أزرق يصيب البشرة أو الشفتين أو فراش الأظفار

متى تظهر الأعراض بعد التعرض؟

تظهر الأعراض خلال فترة تتراوح من 2 إلى 14 يومًا بعد التعرض للفيروس.

كيف يتم تشخيص عدوى كوفيد-19؟

يتم استخدام نوعين من الاختبارات الفيروسية لتشخيص عدوى كوفيد-19 الحالية. يتم إجراء اختبار جزيئي (يسمى أيضًا RT-PCR) للكشف عن المادة الجينية التي يتكون منها الفيروس. يستخدم اختبار المستضد للعثور على بروتينات معينة توجد على سطح الفيروس. يمكن لكلا النوعين من الاختبارات تحديد ما إذا كنت مصابًا بعدوى كوفيد-19 نشطة. عادةً ما يتم إجراء الاختبارات الجزيئية واختبارات المستضد بأخذ عينات من الأنف باستخدام مسحات طويلة. يحدد موفر الرعاية الصحية ما إذا كان سيجري اختبارات للفيروس بناءً على علاماتك وأعراضك، إذا كنت على اتصال وثيق بشخص مصاب، أو إذا كنت تعاني من حالة مرضية تعرضك لخطر أكبر للإصابة بمرض خطير، أو إذا كنت تعتزم الخضوع لعملية طبية. يمكن إجراء الاختبارات في المختبر أو في موقع الاختبار أو في منزلك.

ما العلاجات المتاحة لكوفيد-19؟

حاليًا، هناك ثلاثة أدوية إما مصرح بها أو معتمدة من قبل إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) لعلاج الأشخاص المصابين بكوفيد-19 الذين تم تشخيص إصابتهم بمرض خفيف إلى متوسط، والمعرضين لخطر الإصابة بمرض شديد عليهم الاتصال بمقدم الرعاية الصحية على الفور لمعرفة ما إذا كانوا مؤهلين للعلاج. يجب أن يبدأ العلاج في غضون الأيام القليلة الأولى من المرض حتى يكون فعالًا.

وفقًا للوحة علاج كوفيد-19 للمعاهد الوطنية للصحة (NIH)، فإن العقار المضاد للفيروسات نيرماتريلفير مع ريتونافير المأخوذ عن طريق الفم (باكسوفيد؛ Pfizer) هو الخيار الأول لعلاج كوفيد-19. لدى باكسوفيد حاليًا تصريح استخدام في الطوارئ من إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) وهو متاح للمرضى الذين يبلغون من العمر 12 عامًا فما فوق، ويزنون 40 كجم على الأقل، وهم أكثر عرضة للإصابة بمرض شديد بسبب كوفيد-19. يجب أن يبدأ استخدام باكسوفيد في غضون 5 أيام من ظهور أعراض كوفيد-19.

وفقًا للوحة علاج المعاهد الوطنية للصحة، فإن ريمديسيفير (فيكلوري؛ Gilead Sciences) هو الخيار الثاني لعلاج كوفيد-19. وفيكلوري معتمد من إدارة الغذاء والدواء الأمريكية وهو العلاج الحالي الوحيد الذي يمكن استخدامه للأشخاص الذين تقل أعمارهم عن 12 عامًا. يجب أن يبدأ استخدام فيكلوري في غضون 7 أيام من ظهور الأعراض، ويمكن استخدامه في العيادات الخارجية أو للمرضى المقيمين بالمستشفى، ويتم إعطاؤه عن طريق التسريب الوريدي (IV) على مدار ثلاثة أيام متتالية. لدى الحكومة الفيدرالية موقع ويب مُحدّد لموقع علاجات كوفيد-19 حيث يمكن للجُمهور أو مقدمي الرعاية الصحية البحث عن المواقع التي يمكن أن توفر فيكلوري عن طريق الوريد.

وفقًا للوحة علاج المعاهد الوطنية للصحة، يُعد مولنويرافير (لاجيفيرو؛ Merck) الخيار الثالث لعلاج كوفيد-19. لاجيفيرو هو عقار مضاد للفيروسات يُؤخذ عن طريق الفم يخضع حاليًا لتصريح استخدام في الطوارئ من إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA EUA). العقار متاح للمرضى الذين تبلغ أعمارهم 18 عامًا فما فوق ويجب أن يبدأ استخدامه في غضون 5 أيام من ظهور الأعراض.

كيف يمكن منع الإصابة بعدوى كوفيد-19؟

هناك العديد من الاستراتيجيات التي يجب اتباعها لإبطاء انتشار فيروس كوفيد-19.

- ابق على اطلاع على لقاحات كوفيد-19 المخصصة لك للحصول على أفضل حماية.
 - الأشخاص الذين يعانون من حالة مرضية أو يتناولون أدوية تضعف جهاز المناعة لديهم، قد لا يتمتعون بالحماية الكاملة حتى إذا حصلوا على لقاحاتهم المحدثة. يجب عليهم التحدث إلى موفر رعايتهم الصحية حول الخطوات التي يجب اتخاذها لحماية أنفسهم.

- يجب عليك دائماً ارتداء كمامة إذا كنت مصاباً بكوفيد-19 (أو أعراضه) وتحتاج إلى الوجود حول الآخرين أو إذا كنت تعني بشخص مصاب بكوفيد-19. قد تختار ارتداء كمامة بعد التعرض لشخص مصاب بكوفيد-19، ووجودك بالقرب من أشخاص آخرين، خاصةً أولئك الذين تزيد احتمالية إصابتهم بعدوى شديدة من كوفيد-19. يمكنك أيضاً اختيار ارتداء كمامة داخل المنزل وفي الأماكن العامة إذا كان مستوى دخول المستشفيات بسبب كوفيد-19 مرتفعاً، بصرف النظر عن حالة التلقيح لديك. يمكن للأشخاص المعرضين لخطر أكبر للإصابة بمرض شديد والأشخاص الذين يعيشون أو يقضون وقتاً مع شخص معرض لخطر أعلى التفكير في ارتداء كمامة عالية الجودة إذا كان مستوى دخول المستشفى بسبب كوفيد-19 متوسطاً.
 - يجب ألا يرتدي بعض الناس كمامة أبداً. يشمل ذلك الأطفال الذين تقل أعمارهم عن سنتين؛ أي طفل إذا كان نائماً؛ الأشخاص الذين يعانون من صعوبة في التنفس، أو المقعدين أو غير القادرين على إزالة الكمامة دون مساعدة؛ الأشخاص ذوي الإعاقة الذين لا يستطيعون ارتداء الكمامة، أو لا يستطيعون ارتداء الكمامة بأمان، لأسباب تتعلق بالإعاقة.
- تجنب الأماكن المغلقة التي بها تدفق هواء ضعيف (تهوية) وحشود. هذا مهم بشكل خاص للأشخاص المعرضين لخطر أكبر للإصابة بأمراض خطيرة.
- اخضع للفحص إذا كنت تعاني من أعراض كوفيد-19 أو تعرضت لشخص مصاب بكوفيد-19.
- ابق في المنزل إذا كنت مريضاً أو كان اختبار كوفيد-19 إيجابياً.
- اغسل يديك كثيراً بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل. في حالة عدم توفر الماء، استخدم معقم يدين يحتوي على كحول يحتوي على 60٪ على الأقل من الكحول.
- تجنب مخالطة المرضى.
- نظف الأسطح التي يتم لمسها غالباً باستخدام المنظفات المنزلية، مثل الصابون أو المنظفات.

كيف يمكنني معرفة المزيد عن كوفيد-19؟

- إذا كانت لديك مخاوف بشأن كوفيد-19 ، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية.
- اتصل بإدارة الصحة المحلية لديك. يوجد دليل لإدارات الصحة المحلية عبر الرابط <https://www.vdh.virginia.gov/local-health-districts/>.
- قم بزيارة موقع الويب الخاص بمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) على <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>