محدّث في 26 آذار 2020

التقرير الإرشادي الصحي لاتحاد الصيدلاني الدولي

كوفيد-19:
أسئلة شائعة ودحض الخرافات

الاتحاد الصيدلاني الدولي

كوفيد-19:
أسئلة شائعة ودحض الخرافات

سيقوم الاتحاد الصيدلاني الدولي بتحديث هذه التوجيهات المؤقتة حال توفر معلومات إضافية

جدول المحتويات

الهدف من هذا المستند 4
الإجابات على الأسئلة الأكثر شيوعاً التي يطرحها الناس والمرضى 4
ما هو فيروس كورونا الجديد؟ 4
ما هو مصدر SARS-COV-2؟ 4
كيف ينتشر الفيروس؟ 5
هل يمكن التقاط كوفيد-19 من شخص لا تظهر عليه أية أعراض؟ 5
هل تنقل المرأة الحامل الفيروس إلى الجنين؟ 5
هل يمكن أن ينتقل الفيروس من الأم إلى طفلها عن طريق الرضاعة الطبيعية؟ 5
هل SARS-COV-2 هو نفسه فيروس SARS أو MERS-COV؟ 5
أعاني من الحمّى والسعال. هل يمكن أن يكون فيروس كورونا الجديد؟ 6
ماذا يمكنني أن أفعل لحماية نفسي من العدوى؟ 6
هل تتوفّر أدوية معيّنة لمنع تفشي كوفيد-19 أو علاجه؟ 6
هل تقي اللقاحات ضد الالتهاب الرئوي من كوفيد-19؟ 6
هل تعتبر المضادات الحيوية فعالة في علاج كوفيد-19؟ 7
هل ينبغي وقف علاجات بمثبطات الإنزيم المحول للأنجيوتنسين (ACEI) أوحاصرات مستقبلات الأنجيوتنسين (ARBS) نظراً لخطر الزيادة في حدّة مرض كوفيد-19؟ 7
هل من الآمن استخدام الأدوية المضادة للالتهاب غير الستيرويدية بما في ذلك الإيبوبروفين لمعالجة الحمى والألم لدى مرضى كوفيد-19؟ 7
هل يمكن للفيروس أن يتحول قبل تطوير أي علاج أو لقاح له؟ 7
هل تساعد الفيتامينات المتعددة والمعززات المناعية في حماية الأفراد من الفيروس؟ 8
هل يمكن للأشخاص الذين تعافوا من كوفيد-19 أن يصابوا به مرة أخرى؟ 8
هل سيختفي كوفيد-19 وحده في الطقس الدافئ؟ 8
هل من الآمن أن نتلقى رسالة أو طرداً من منطقة تم الإبلاغ فيها عن كوفيد-19؟ 8
هل يمكن لكوفيد-19 أن ينتقل عن طريق لسعات البعوض؟ 8

هل الأقنعة الطبية فعالة في حمايتي من العدوى؟ 9
هل ارتداء القفازات المطاطية في الخارج فعال في منع الإصابة بفيروس كورونا الجديد؟ 9
لماذا تأتي بعض نتائج المرضى المصابين سلبية في مجموعات أدوات الاختبار؟ 9
لقد كنت في منطقة مصابة وأعاني من الإسهال. هل يمكن أن يكون كوفيد-19؟ 9
هل يمكن للحيوانات الأليفة في المنزل أن تنشر كوفيد-19؟ 9
سافرت إلى أحد البلدان حيث تكثر حالات كوفيد-19. ماذا علي أن أفعل؟ 9
ما مدى فعالية الماسحات الحرارية في الكشف عن الأشخاص المصابين بفيروس كورونا الجديد؟ 10
دحض الخرافات 10
لا يؤثر كوفيد-19 إلا في الأشخاص المسنّين أو الذين يعانون من أمراض مسبقاً 10
يجب تجنب الاحتكاك بأشخاص قادمين من البلدان التي ينتشر فيها الفيروس حتى يتوفّر لدينا المزيد من المعلومات عن المرض 10
طوّر هذا الفيروس في مختبر 10
يساعد تناول الثوم على منع الاصابة بكوفيد-19 10
يقي الدخان والغاز المنبعثان من الألعاب النارية والمفرقعات من كوفيد-19 11
رش الكحول أو الكلورين على كامل جسمك يمكن أن يقتل فيروس كورونا الجديد 11
دهن كميات من زيت السمسم يمنع الفيروس المسبب بكوفيد-19 من دخول الجسم 11
شرب نقيع بذور اليانسون يساعد على منع كوفيد-19 11
قائمة المراجع 12
صِحَّة المستند 14
كلمة شكر 14

الهدف من هذا المستند

منذ شهر كانون الأول 2019، انتشر فيروس كورونا الجديد بين البشر في العديد من البلدان وتسبب في آلاف الإصابات والوفيات. فقد تسبب الفيروس الجديد SARS-CoV-2 بمرض كوفيد-19. يظهر معظم المصابين أعراضًا تنفسية خفيفة تختفي من تلقاء نفسها، لكن بعضهم يظهرون عوارض أكثر حدة، مثل الالتهاب الرئوي. ينتقل الفيروس عن طريق الاحتكاك بشخص مصاب أو عن طريق الرزاز الذي يخرج من شخص مصاب عندما يسعل أو يعطس. يزداد خطر العدوى إذا كنت في منطقة ينتشر فيها الفيروس، أو إذا كنت على احتكاك قريب مع شخص مصاب بفيروس كورونا الجديد. كما تزيد نسبة الخطورة إن كنت تعاني مسبقًا من أمراض مشتركة.

يهدف هذا المستند إلى تقديم المعلومات والتوجيهات المتعلّقة بتفشي فيروس كورونا – ولا سيما فيروس كورونا الجديد SARS-CoV-2 والمرض الذي يسببه كوفيد-19– للصيادلة والعاملين في هذا القطاع، سواء في سياق الرعاية الأولية (أي الصيدليات المجتمع ومراكز الرعاية الصحية الأولية) أو في المستشفيات. ويقدم هذا المستند أيضًا مجموعة من المراجع التي يمكن الرجوع إليها للحصول على المزيد من المعلومات.

ويمكن الوقاية من عدوى فيروس كورونا ووقف تفشيه من خلال الانخراط الفعّال لصانعي القرار والمختصين في مجال الصحة والإعلام والمجتمع، وقد ثَبُتَ ذلك خلال المراحل السابقة من تفشي فيروس كورونا كما حصل عام 2003 مع تفشي المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة SARS-CoV أو عام 2012 مع تفشي متلازمة الشرق الأوسط التنفسية MERS-CoV. كما يهدف هذا المستند إلى مساعدة الصيادلة والعاملين في مجال الصيدلة على منع انتشار المرض وإلى المساهمة في الإدارة الفعّالة للمنظومة الصحيّة.

الإجابات على الأسئلة الأكثر شيوعاً التي يطرحها الناس والمرضى

ما هو فيروس كورونا الجديد؟

فيروس كورونا الجديد هو أحد الفيروسات التي لم يتم تحديدها من قبل. إن هذا الفيروس SARS-CoV-2 لا يشبه الفيروسات التاجية التي تنتشر عادة بين البشر وتتسبب في مرض خفيف، مثل نزلات البرد. لا ينطبق تشخيص فيروس كورونا 229E أو NL63 أو OC43 أو HKU1 على فيروس SARS-CoV-2 . هذه الفيروسات مختلفة وسيتم تقييم المرضى الذين يعانون من SARS-CoV-2 بشكل مختلف عن المرضى الذين يعانون من تشخيص فيروس كورونا الشائع. (مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها، 2020)

ما هو مصدر SARS-CoV-2؟

يبذل مسؤولو الصحة العامة والشركاء قصارى جهدهم لتحديد مصدر SARS-CoV-2. ففيروسات كورونا هي مجموعة كبيرة من الفيروسات، بعضها يسبب المرض لدى الأشخاص والبعض الآخر ينتشر بين الحيوانات، بما في ذلك الجِمال والقطط والخفافيش. إن تحليل الشجرة الوراثية لهذا الفيروس مستمر لتحديد مصدره. وقد اشتبه العلماء بالخفافيش نظراً لتشابه هذا الفيروس بفيروسات تاجية أخرى وجدت في بعض أنواع الخفافيش. فالجدير بالذكر أن المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس)، وهي فيروس كورونا آخر ظهر ليصيب الناس، جاءت من قطط الزباد، بينما تمّ تحديد مصدر متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS) من الجمال. (مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها، 2020)

كيف ينتشر الفيروس؟

ربما يكون هذا الفيروس قد نشأ في الأصل من مصدر حيواني لكنه الآن بات ينتشر من شخص لآخر. غالباً ما ينتقل الفيروس من شخص إلى آخر عن طريق الاحتكاك القريب (حوالي 6 أقدام \ 1.8 أمتار) أو بشكل أساسي عن طريق القطيرات التنفسية التي يطلقها شخص مصاب عندما يسعل أو يعطس، على غرار طريقة انتشار الإنفلونزا ومسببات الأمراض التنفسية. يمكن لهذه القطرات أن تحطّ في أفواه، أو أنوف أو عيون الناس القريبين أو من المحتمل أن يستنشقوها لتدخل إلى الرئتين. وقد تحدث العدوى أيضا إذا لمس الشخص سطحاً موبوءاً ثم لمس عينيه أو أنفه أو فمه.

هل يمكن التقاط كوفيد-19 من شخص لا تظهر عليه أية أعراض؟

قد سجّلت حالات انتقال فيروس SARS-CoV-2 من أفراد لا تظهر عليهم أي أعراض (أو من أفراد خلال فترة الحضانة). غير إلى أي مدى امكانية حصول ذلك لاتزال مجهولة. وقد تمكن الفحوص السيرولوجية على نطاق واسع من توفير تصوّر أشمل للإصابات التي لا يظهر عليها الأعراض وتمكننا من إعلام التحاليل الوبائية. (McIntosh, UpToDate Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Transmission, 2020)

هل تنقل المرأة الحامل الفيروس إلى الجنين؟

لا تتوفر سوى معلومات ضئيلة تتعلّق بكوفيد-19 أثناء فترة الحمل. ولم تسجّل أي حالات انتقال العدوى داخل الرحم أو في فترة ما قبل الولادة. في تقريرين شملا مجموعة من 18 نساء حوامل مصابات أو يشتبه في إصابتهن بالالتهاب الرئوي كوفيد-19، لم يظهر أي دليل مختبري على انتقال الفيروس إلى المولود. غير أن حالتي إصابة بين حديثي الولادة قد سجّلتا. في إحدى الحالات، أجري التشخيص في اليوم 17 من الحياة بعد الاحتكاك القريب بأم الرضيع وبمديرة الأمومة وكانتا مصابتين بالفيروس. أما الحالة الأخرى فشُخّصت بعد 36 ساعة من الولادة؛ ولم يكن مصدر الانتقال ووقته واضحين. (McIntosh, Coronavirus disease 2019 (COVID-19) - Special situation: Pregnant women, 2020)

هل يمكن أن ينتقل الفيروس من الأم إلى طفلها عن طريق الرضاعة الطبيعية؟

في دراسات محدودة على النساء المصابات بكوفيد-19 وبفيروس تاجي آخر هو فيروس SARS-CoV المسبب لمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة، لم يظهر الفيروسان في حليب الثدي؛ ومع ذلك فمن غير المعروف ما إذا كانت الأمهات المصابات بكوفيد-19 يمكن أن تنقل الفيروس عبر حليب الثدي. يوفر حليب الأم الحماية من العديد من الأمراض. وتندر الحالات الاستثنائية التي لا يوصى فيها بالرضاعة الطبيعية أو برضاعة حليب الأم المسحوب مسبقاً. لا توفّر مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها توجيهات محددة للرضاعة الطبيعية خلال وجود العدوى بفيروسات مماثلة مثل SARS-CoV أو متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS-CoV) وهما فيروسان تاجيان. وفي حالات مماثلة لكوفيد-19، توصي مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها بأن تواصل الأم المصابة بالإنفلونزا الرضاعة الطبيعية أو أن ترضع طفلها حليبها المسحوب مسبقاً مع اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب نقل الفيروس إلى طفلها. ونظرًا لانخفاض معدلات انتقال فيروسات الجهاز التنفسي من خلال حليب الثدي، تقول منظمة الصحة العالمية إن الأمهات المصابات بكوفيد-19 يمكنهن أن يواصلن الرضاعة الطبيعية. (أكاديمية طب الرضاعة الطبيعية، 2020).

هل SARS-CoV-2 هو نفسه فيروس SARS أو MERS-CoV؟

كلا. ففيروسات كورونا هي عائلة كبيرة من الفيروسات، بعضها يسبب المرض لدى الأشخاص والبعض الآخر ينتشر بين الحيوانات، بما في ذلك الجمال والقطط والخفافيش. إن SARS-CoV-2 الذي ظهر مؤخراً ليس كباقي الفيروسات التي تسبب SARS أو MERS. ومع ذلك، تشير التحليلات الوراثية إلى أن SARS-CoV-2 مرتبط بالفيروس الذي تسبب بالسارس. لكن التحقيقات مستمرة لمعرفة المزيد من المعلومات. هذا الوضع سريع التطور وسيتم تحديث المعلومات حال توفرها. (مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها، 2020)

أعاني من الحمّى والسعال. هل يمكن أن يكون فيروس كورونا الجديد؟

إذا كنت على احتكاك قريب مع شخص مصاب بكوفيد-19، قد تكون بحاجة إلى متابعة واختبار. إن أعراض كوفيد-19 ليست مقتصرة على هذا المرض ويمكن أن تكون مشابهة تمامًا لأعراض الإنفلونزا الموسمية أو غيرها من الأمراض. على أية حال، إذا أحسست بأي من الأعراض، ينصح بالعزل الذاتي في المنزل واتباع توجيهات السلطات الصحية الوطنية. إذا كان عمرك يفوق 65 سنة أو إن كنت تعاني من أمراض أخرى مثل أمراض القلب أوالأوعية الدموية أوالسكري أوأمراض الجهاز التنفسي المزمنة أو من السرطان أو من أي أمراض أخرى (خلقية أو مكتسبة) والتي قد تضر باستجابتك المناعية قد تكون أكثر عرضة للإصابة بأشكال حادة من الأمراض، ومن المستحسن أن تحصل على الرعاية الطبية المناسبة.

ماذا يمكنني أن أفعل لحماية نفسي من العدوى؟

ينبغي عليك اتباع تدابير النظافة المعتادة لمنع انتشار العدوى: غسل اليدين بانتظام، وتغطية الفم والأنف عند السعال والعطس في الكوع المثني أو في المحارم القابلة للرمي، بالإضافة إلى طهي اللحوم والبيض جيّداً. تجنب الاحتكاك بأي شخص تظهر عليه أعراض أمراض الجهاز التنفسي مثل السعال والعطس. (الجمعية الملكية للصيدلة، 2020)

هل تتوفّر أدوية معيّنة لمنع تفشي كوفيد-19 أو علاجه؟

حتى الآن، ما من دواء متوافر محدّد يوصى به للوقاية من كوفيد-19 أو علاجه. ومع ذلك، يجب أن يتلقى المصابون بالفيروس الرعاية المناسبة للتخفيف من شدّة المرض وعلاج الأعراض على حدّ سواء، ويجب على الذين يعانون من مرض شديد أن يتلقوا رعاية داعمة على الوجه المطلوب. تخضع بعض العلاجات المحددة للتحقيق وسيتم اختبارها من خلال الفحوصات والتجارب السريرية. تساعد منظمة الصحة العالمية في تسريع جهود البحث والتطوير مع مجموعة شركاء. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

من غير المحبذ اتباع التدابير التالية بالتحديد كعلاج لكوفيد-19 لأنها ليست فعالة لحماية نفسك ويمكن أن تكون ضارّة:

- تناول فيتامين ج؛
- تناول الشاي العشبي التقليدي؛
- ارتداء أقنعة متعددة لزيادة الحماية؛
- التطبيب الذاتي مع الأدوية مثل المضادات الحيوية؛
- اللجوء إلى الطب البديل بدون دليل واضح على فعاليته.

في أيّ حال، إذا كنت تعاني الحمى والسعال وصعوبة في التنفس، فعليك طلب الرعاية الطبية في وقت مبكر للحد من خطر الإصابة بعدوى أكثر حدة، وتأكّد من مشاركة تاريخ سفرك مع مقدّم الرعاية الصحية.

هل تقي اللقاحات ضد الالتهاب الرئوي من كوفيد-19؟

كلا. لا توفّر اللقاحات ضدّ الالتهاب الرئوي، مثل لقاح المكورات الرئوية (PV) ولقاح النزلة النزفية من النوع باء (Hib) الحماية ضد كوفيد-19 .

فهذا الفيروس جديد جدًّا ومختلف لدرجة أنّه يحتاج إلى لقاح خاص به. ويحاول الباحثون تطوير لقاح خاصّ، وذلك بدعم من منظمة الصحة العالمية. على الرغم من أنّ لقاحات PV وHib ليست فعّالة ضدّ كوفيد-19، فالتلقيح ضد أمراض الجهاز التنفسي يوصى به بشدة لحماية صحتك. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

هل تعتبر المضادات الحيوية فعالة في علاج كوفيد-19؟

كلاّ، لا تعمل المضادات الحيوية ضد الفيروسات؛ إنها تعمل ضد العدوى البكتيرية فقط. فكوفيد-19 ناجم عن فيروس، وبالتالي، لا ينبغي أن تُستخدم المضادات الحيوية كوسيلة للوقاية منه أو علاجه. ومع ذلك، إذا كنت في المستشفى مصابًا بكوفيد-19، قد تأخذ مضادات حيوية لأن العدوى البكتيرية المشتركة محتملة. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

هل ينبغي وقف علاجات بمثبطات الإنزيم المحول للأنجيوتنسين (ACEi) أوحاصرات مستقبلات الأنجيوتنسين (ARBs) نظراً لخطر الزيادة في حدّة مرض كوفيد-19؟

لا دليل يدعم هذا الادعاء، ولا دليل أن العلاج بمثبطات الإنزيم المحول للأنجيوتنسين (ACEi) أو بحاصرات مستقبلات الأنجيوتنسين (ARB) يمكن أن يعرّض المصابين بكوفيد-19 إلى نتائج عكسية. وذكرت مختلف الجمعيات العلمية والمهنية إلزامية متابعة المرضى علاجهم بACEi و ARB ما لم ينصحوا على وجه التحديد بالتوقف من قبل فريقهم الطبي. (British Cardiovascular Society and British Society for Heart Failure, 2020)

هل من الآمن استخدام الأدوية المضادة للالتهاب غير الستيرويدية بما في ذلك الإيبوبروفين لمعالجة الحمى والألم لدى مرضى كوفيد-19؟

لا يوجد حاليًا دليل قاطع على وجود صلة مباشرة بين استخدام الأدوية المضادة للالتهابات غير الستيرودية (بما في ذلك الإيبوبروفين) وبين زيادة خطر الإصابة بالمرض أو زيادة حدته. (الوكالة الأوروبية للأدوية، 2020)

هل يمكن للفيروس أن يتحول قبل تطوير أي علاج أو لقاح له؟

أجل، في الواقع، يبدو أن الفيروس قد تحول، وأدى إلى سلالتين مختلفتين على الأقل. وتشير التحليلات الوراثية السكانية التي أجريت على 103 من جينومات SARS-CoV-2 إلى أن هذه الفيروسات تطورت إلى نوعين رئيسيين حددا بحرفي ل (L) و س (S) وعلى الرغم من أن نوع L(~70 ٪) هو أكثر انتشارًا من نوع S (~30 ٪) ، إلا أن نوع S تبيّن أنّه النسخة الأصلية الموروثة. (Xiaolu Tang, 2020)

وفي حين أن كلا النوعين يؤديان دورًا في تفشي المرض الحالي، غير أن ارتفاع معدل انتشار "النوع L" يشير إلى أنه أكثر عدوانية. ومع ذلك، من المهم ألا يغيب عن بالنا أن الفيروسات تستمر في التغيّر وأن الطفرات لا تشير جميعها إلى زيادة حدة المرض أو معدلات انتقاله. في الواقع، إن الاختلافات بين نوعي فيروس كورونا الجديد صغير جدًّا لدرجة أن الباحثين يترددون في تصنيفها على أنها "سلالات" منفصلة. وبما أن مجموعات متعددة في جميع أنحاء العالم تعمل على لقاح، فإن معرفة العدد الدقيق من سلالات (أو أنواع) الفيروس أمر بالغ الأهمية لأن اللقاح النهائي كي يكون فعالاً، عليه أن يستهدف الميزات موجودة في جميع السلالات (أو الأنواع) المعروفة. لحسن الحظ لا تؤثر الاختلافات الجينية المحددة، على الأرجح، في إنتاج البروتينات، أي لن تحصل أي تغييرات كبيرة على كيفية عمل الفيروسات أو الأعراض التي يتسبب بها. (Technology.org, 2020)

هل تساعد الفيتامينات المتعددة والمعززات المناعية في حماية الأفراد من الفيروس؟

لا يوجد أي دليل على أن أي من هذه الاستراتيجيات قد تعزّز المناعة. صحيح أن فيزيولوجيا الأفراد تتطلب تناول الفيتامينات والمعادن (مثل الفيتامينات A و C والزنك) للعمل بشكل طبيعي، غير أن تناول جرعات أعلى منها بهدف أن يعمل نظامنا بشكل أفضل لم يظهر فعالاً.

كل جزء من الجسم بما في ذلك الجهاز المناعي يعمل بشكل أفضل عندما يكون محمياً من الاعتداءات البيئية ومدعوماً باستراتيجيات معيشية صحية، مثل الآتي:

- عدم التدخين؛
- اتّبع حمية غذائية غنيّة بالفواكه والخضروات؛
- ممارسة الرياضة بانتظام؛
- محافظة على وزن صحي؛
- تجنب تناول الكحول أو تنوله باعتدال؛
- حصول على قسط كاف من النوم؛
- اتخاذ بعض الخطوات لتجنب العدوى، مثل غسل اليدين بانتظام وطهي اللحوم جيّداً؛
- محاولة التقليل من الضغط النفسي. (كلية الطب بجامعة هارفارد، 2014)

هل يمكن للأشخاص الذين تعافوا من كوفيد-19 أن يصابوا به مرة أخرى؟

لم تفهم بعد كيفية استجابة المناعة لكوفيد-19. من غير المرجح أن يصاب المرضى الذين قد أصيبوا مسبقاً ب MERS-CoV بالعدوى من جديد بعد فترة وجيزة من تعافيهم منه، ولكن من غير المعروف بعد ما إذا كانت هذه الحماية المناعية ستلاحظ بالنسبة أيضاً للمرضى الذين يصابون بكوفيد-19. (مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها، 2020)

هل سيختفي كوفيد-19 وحده في الطقس الدافئ؟

بالنسبة لفيروس كورونا الجديد SARS-CoV-2، هناك سبب للاعتقاد أنه كغيره من فيروسات بيتاكورونا betacoronaviruses، قد ينتقل إلى حد ما بفاعلية أكبر في الشتاء أكثر من الصيف، على الرغم من أن الآلية\ الآليات لذلك لا تزال غير معروفة. ومن المتوقع أن يكون حجم التغيير متواضعًا، وغير كاف لوقف الانتقال من تلقاء نفسه. واستنادًا إلى الإنفلونزا الوبائية، من المتوقع أن يواجه SARS-CoV-2، بما أنّه فيروس جديد للبشر، مناعة أقل، وبالتالي ينتقل بسهولة أكبر حتى خارج موسم الشتاء. قد يساعد تغيير الفصول والإجازة المدرسية، لكنّهما على الأرجح لن يوقفا الانتشار. حاجة ملحة لتوصل إلى سياسة فعالة هي بتحديد إذا كان الأطفال ينشرون الفيروس بشكل كبير، وبهذه الحالة يكون إغلاق المدارس يساعد على إبطاء الانتشار، أو لا، فتكون الموارد أهدرت في مثل هذا الإغلاق. (Lipsitch, 2020)

هل من الآمن أن نتلقى رسالة أو طرداً من منطقة تم الإبلاغ فيها عن كوفيد-19؟

أجل، إن احتمال نقل الفيروس من الأشخاص المصابين إلى السلع التجارية أمر مستبعد، كما أن خطر الإصابة بالفيروس الذي يتسبب في كوفيد-19 من الطرود أو البضائع التي نقلت وشحنت وتعرضت لظروف ودرجات حرارة مختلفة، منخفض أيضًا. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

هل يمكن لكوفيد-19 أن ينتقل عن طريق لسعات البعوض؟

كلا. كوفيد-19 يسببه SARS-CoV-2 وهو فيروس الجهاز التنفسي وينتشر أساسًا عن طريق القطيرات التنفسية التي تخرج عندما يسعل الشخص المصاب أو يعطس، أو حتى عن طريق قطيرات اللعاب أو إفرازات الأنف. ولا يوجد حتى الآن أي دليل على أنه قد ينتقل عن طريق البعوض. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

هل الأقنعة الطبية فعالة في حمايتي من العدوى؟

يعدّ استخدام الأقنعة الطبية أحد تدابير الوقاية للحد من انتشار بعض الأمراض التنفسية، بما في ذلك كوفيد-19، في المناطق الموبوءة. ومع ذلك، فاستخدام القناع وحده غير كاف لتوفير المستوى الملائم من الحماية ويجب اتخاذ تدابير أخرى، بما في ذلك نظافة اليدين ووسائل أخرى لمكافحة العدوى، إضافة إلى التدابير الوقائية. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

هل ارتداء القفازات المطاطية في الخارج فعال في منع الإصابة بفيروس كورونا الجديد؟

كلا، فغسل يديك العاريتين بشكل منتظم يوفر لك حماية أكبر ضد كوفيد-19 من ارتداء القفازات المطاطية. إذ يمكنك التقاط الفيروس المؤدي لكوفيد-19 على القفازات المطاطية فإذا لمست وجهك بعدها (الفم، الأنف أو العيون)، قد يصيبك الفيروس. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

لماذا تأتي بعض نتائج المرضى المصابين سلبية في مجموعات أدوات الاختبار؟

لأن بعض مجموعات أدوات الاختبار ليست حساسة كغيرها، ولأنها تعتمد على مدّة وحجم الأصابة بكوفيد-19، لا تتساوى تقنيات التشخيص بحيث تعتمد جميعها على تفاعل البوليميراز المتسلسل (PCR) أو على النسخ العكسي البوليميرازي المتسلسل (RT-PCR) والتي تستهدف مناطق مختلفة من الجينوم الفيروسي.

لقد كنت في منطقة مصابة وأعاني من الإسهال. هل يمكن أن يكون كوفيد-19؟

من الأعراض الأكثر شيوعًا لكوفيد-19 هي الحمى والسعال وضيق التنفس. قد يسبب المرض أعراضاً أخرى خفيفة فقط، بما في ذلك: ارتفاع بسيط في درجة حرارة الجسم والسعال والشعور بالضيق، وسيلان الأنف، والتهاب الحلق دون التسبب في أي علامات تحذيرية، مثل ضيق في التنفس أو صعوبة في التنفس، وزيادة إفرازات الجهاز التنفسي (أي البلغم أو نفث الدم)، وأعراض الجهاز الهضمي مثل الغثيان، والتقيؤ و/أو الإسهال دون تغيير في الحالة العقلية (أي الارتباك والخمول). ومع ذلك، إذا كان الإسهال موجودًا وحده، دون أي أعراض تنفسية، فمن غير المرجح أن يكون ذلك كوفيد-19.

هل يمكن للحيوانات الأليفة في المنزل أن تنشر كوفيد-19؟

في الوقت الحاضر، لا دليل على أن الحيوانات الأليفة والمرافقة كالكلاب أو القطط يمكن أن تصاب بكوفيد-19. غير أنّه من الجيّد دائماً غسل اليدين بالصابون والماء بعد الاحتكاك بالحيوانات الأليفة لحمايتك من البكتيريا الشائعة مثل "إي كولاي" و "السالمونيلا" التي يمكن أن تنتقل بين الحيوانات الأليفة والبشر. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

سافرت إلى أحد البلدان حيث تكثر حالات كوفيد-19. ماذا علي أن أفعل؟

يزيد خطر التعرض لكوفيد-19 بالنسبة لأولئك الناس الذين سافروا إلى البلدان أو المناطق التي يرتفع فيها عدد الحالات المؤكدة المصابة بكوفيد-19 .

إذا كنت قد سافرت إلى أي من هذه البلدان في الأيام الأربعة عشر الماضية عليك مراقبة الأعراض وتطبيق التباعد الاجتماعي – تجنب التجمّعات الكبيرة والصغيرة في الأماكن المغلقة، والحفاظ على مسافة متر إلى مترين بينك وبين الآخرين عند الخروج في الأماكن العامة.

إذا ظهرت الأعراض عليك فيجب أن تعزل نفسك فورًا وأن تطلب الرعاية الطبية. ينبغي أن تتصل بطبيبك أو بقسم الطوارئ المحلي. أخبر الشخص عندما تتصل أين كنت. من الضروري أن لا تذهب إلى العمل أو المدرسة، أو الجامعة، أو دور رعاية الأطفال أو صالات الرياضة أو المناطق العامة، إذا ظهرت لديك الأعراض، وينبغي عدم استخدام وسائل النقل العام وسيارات الأجرة أو استخدام الخدمات المشتركة. إذا كنت بحاجة إلى الرعاية الطبية، ارتد قناع الجراحة إذا كان متاحًا عند حضورك.

ما مدى فعالية الماسحات الحرارية في الكشف عن الأشخاص المصابين بفيروس كورونا الجديد؟

أظهرت الماسحات الحرارية فعاليتها في الكشف عن الأشخاص المصابين بالحمى (أي درجة حرارة جسمهم أعلى من العادية) بسبب عدوى فيروس كورونا الجديد. ومع ذلك، فإنها لا تستطيع الكشف عن الأشخاص المصابين إذا لم يصابوا بالحمى بعد. هذا لأن الأمر يستغرق ما بين يومين وعشرة أيام قبل أن يعاني المصابون بالمرض وتظهر عليهم الحمى. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

دحض الخرافات

لا يؤثر كوفيد-19 إلا في الأشخاص المسنّين أو الذين يعانون من أمراض مسبقاً

يمكن للناس من جميع الأعمار أن يصابوا بفيروس SARS-CoV-2 وبذلك بمرض كوفيد-19. لكنّ يبدو أن كبار السن والأشخاص الذين يعانون من حالات طبيّة سابقة (مثل الربو والسكري وأمراض القلب) هم أكثر عرضة للإصابة بعوارض شديدة للفيروس. تنصح منظمة الصحة العالمية الأشخاص من جميع الأعمار باتخاذ خطوات لحماية أنفسهم من الفيروس، على سبيل المثال عن طريق اتباع توصيات النظافة الشخصية الجيدة ونظافة الجهاز التنفسيّ. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

يجب تجنب الاحتكاك بأشخاص قادمين من البلدان التي ينتشر فيها الفيروس حتى يتوفّر لدينا المزيد من المعلومات عن المرض

يجب تجنب الاحتكاك القريب مع أي شخص كان قد احتك بشخص مصاب بكوفيد-19 في الأيام الأربعة عشرة السابقة، بغض النظر عن جنسيته.

طوّر هذا الفيروس في مختبر

نشر علماء من دول متعددة وحللوا جينوم العامل المسبب، فيروس كورونا- 2 المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (SARS-CoV-2) ، واستنتجوا بأغلبيتهم الساحقة أن هذا الفيروس التاجي نشأ في الحياة البرية، كالعديد من مسببات الأمراض المستجدة. فنظريات المؤامرة لا تفيد شيئًا بل تبث الخوف والإشاعات والأحكام المسبقة التي من شأنها تعريض التعاون العالمي للخطر في مكافحته لهذا الفيروس. (Charles Calisher, 2020)

على وجه التحديد، تشير الدراسات الجينية بقوة إلى أن فيروس كورونا الجديد المسبب لكوفيد-19 نشأ في الخفافيش، مع عدم وجود أدلة ملموسة تدعم فكرة أنّه طوّر في المختبر. (Gregory, 2020) (Begley, 2020) (Shan-Lu Liu, 2020)

يساعد تناول الثوم على منع الاصابة بكوفيد-19

الثوم غذاء صحيّ قد يحتوي على بعض الخصائص المضادة للميكروبات. ومع ذلك، لا دليل قاطع مع التفشي الحالي للمرض، على أن تناول الثوم قد يحمي الناس من كوفيد-19.

يقي الدخان والغاز المنبعثان من الألعاب النارية والمفرقعات من كوفيد-19

كلا. تنشّق الدخان والغاز الصادران من الألعاب النارية أو المفرقعات أمر خطير ولا يقتل SARS-CoV-2 وبذلك لا يقي من كوفيد-19.

رش الكحول أو الكلورين على كامل جسمك يمكن أن يقتل فيروس كورونا الجديد

كلا. رش الكحول أو الكلورين على كامل جسمك لن يقتل الفيروسات التي قد دخلت جسمك. بل إن رش مثل هذه المواد يضرّ بالملابس أو بالأغشية المخاطية (أي العيون والفم). انتبه لأن الكحول والكلورين قد يكونان فعالين في تعقيم الأسطح، ولكن عليك استخدامهما في إطار التوصيات المناسبة. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

دهن كميات من زيت السمسم يمنع الفيروس المسبب بكوفيد-19 من دخول الجسم

كلا. زيت السمسم لا يقتل فيروس SARS-CoV-2. تتوفّر بعض المطهرات الكيميائية التي تقتل فيروس SARS-CoV-2 على الأسطح. وتشمل المطهرات القائمة على الكلورين/ المبيّضات، ومذيبات الأثير، والإيثانول 75٪، وحمض البيراسيتيك والكلوروفورم. إلا أن تأثيرها ضئيل أو منعدم على الفيروس إذا وضعت على الجلد أو تحت الأنف. وقد تكون هذه المواد الكيميائية خطرة إذا وضعتها على جلدك.

شرب نقيع بذور اليانسون يساعد على منع كوفيد-19

نقيع بذور اليانسون هو شراب قد يكون له بعض الخصائص الترطيبية. ومع ذلك، لا دليل قاطع مع التفشي الحالي للمرض، على أن شرب بذور اليانسون قد يحمي الناس من كوفيد-19.

قائمة المراجع

Academy of Breastfeeding Medicine. (2020, March 10). *ABM Statement on Coronavirus 2019 (COVID-19)*. Retrieved from https://www.bfmed.org/abm-statement-coronavirus

Begley, S. (2020, January 24). DNA sleuths read the coronavirus genome, tracing its origins and looking for dangerous mutations. *Stat News*. Retrieved from https://www.statnews.com/2020/01/24/dna-sleuths-read-coronavirus-genome-tracing-origins-andmutations/

British Cardiovascular Society and British Society for Heart Failure. (2020, March 16). *Treatment of patients with ACEi or ARB in relation to COVID-19*. Retrieved from https://www.britishcardiovascularsociety.org/news/ACEi-or-ARB-and-COVID19#.Xm_GR8MqGdQ.whatsapp

Centers for Disease Control and Prevention. (2020, March 12). *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) - Frequently Asked Questions and Answers*. Retrieved from https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html

Centers for Disease Control and Prevention. (2020, February 21). *Healthcare Professionals: Frequently Asked Questions and Answers*. Retrieved from https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/faq.html

Charles Calisher, D. C. (2020, February 19). Statement in support of the scientists, public health professionals, and medical professionals of China combatting COVID-19. *The Lancet*, *395*(10226), PE42-E43 . doi:https://doi.org/10.1016/S01406736(20)30418-9

Chinese Pharmaceutical Association. (2020). *Coronavirus SARS-CoV-2 Infection: Expert Consensus on Guidance and Prevention Strategies for Hospital Pharmacists and the Pharmacy Workforce (2nd Edition)*. Beijing: Chinese Pharmaceutical Association.

European Medicines Agency. (2020, March 18). *EMA gives advice on the use of non-steroidal antiinflammatories for COVID-19 (press release)*. Retrieved from https://www.ema.europa.eu/en/news/ema-gives-advice-use-non-steroidal-anti-inflammatoriescovid-19

Gregory, J. (2020, February 28). The coronavirus ‘infodemic’ is real. We rated the websites responsible for it. *Stat News*. Retrieved from https://www.statnews.com/2020/02/28/websites-spreading-coronavirus-misinformation-infodemic/

Harvard Medical School. (2014). *How to boost your immune system*. Retrieved from https://www.health.harvard.edu/stayinghealthy/how-to-boost-your-immune-system

Lipsitch, M. (2020). *Seasonality of SARS-CoV-2: Will COVID-19 go away on its own in warmer weather?* (H. T. Health, Ed.) Retrieved from Center for Communicable Disease Dynamics: https://ccdd.hsph.harvard.edu/will-covid-19-go-away-on-its-own-inwarmer-weather/

McIntosh, K. (2020, March 13). Retrieved from UpToDate Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Transmission: https://www.uptodate.com/contents/coronavirus-disease-2019-covid-19

McIntosh, K. (2020, March 13). *Coronavirus disease 2019 (COVID-19) - Special situation: Pregnant women*. (M. S. Hirsch, Editor) Retrieved from UpToDate: https://www.uptodate.com/contents/coronavirus-disease-2019-covid19?search=covid%2019&source=search_result&selectedTitle=1~18&usage_type=default&display_rank=1#H2133052422

Neeltje van Doremalen, D. H.-S. (2020, March 17). Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1. *New England Journal of Medicine*. Retrieved from https://www.nejm.org/doi/10.1056/NEJMc2004973

Royal Pharmaceutical Society. (2020, January). *Wuhan novel coronavirus - Five key facts for pharmacy teams*. Retrieved from https://www.rpharms.com/resources/pharmacy-guides/wuhan-novel-coronavirus

Shan-Lu Liu, L. J. (2020). No credible evidence supporting claims of the laboratory engineering of SARS-CoV-2. *Emerging Microbes & Infections*, 9(1), 505-507. doi:10.1080/22221751.2020.1733440

Technology.org. (2020, March 9). *The Coronavirus has already Mutated into Two Different Types, Researchers Find*. Retrieved March 13, 2020, from https://www.technology.org/2020/03/09/the-coronavirus-has-already-mutated-into-two-different-typesresearchers-find/

World Health Organization. (2010, April). *Guide to Local Production: WHO-recommended Handrub Formulations*. Retrieved from https://www.who.int/gpsc/5may/Guide_to_Local_Production.pdf

World Health Organization. (2020, January 28). *Advice on the use of masks in the community, during home care and in health care settings in the context of the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak*. Retrieved from https://www.who.int/publicationsdetail/advice-on-the-use-of-masks-the-community-during-home-care-and-in-health-care-settings-in-the-context-of-the-novelcoronavirus-(2019-ncov)-outbreak

World Health Organization. (2020, March). *Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public*. Retrieved from https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public

World Health Organization. (2020, March). *Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public: Myth busters*. Retrieved from https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters

Xiaolu Tang, C. W. (2020, March 3). On the origin and continuing evolution of SARS-CoV-2. *National Science Review*. doi:https://doi.org/10.1093/nsr/nwaa036

صِحَّة المستند

تم إعداد هذا المستند بدايةً بناءً على أدلة متفق عليها بشكل واسع اعتبارًا من 5 شباط 2020. ومن ثَمّ تم تحديثه من ناحية تسمية الفيروس والمرض في 12 شباط 2020، وتم تحديثه مرة أخرى في 26 آذار 2020 وفقًا للمعلومات المتاحة حديثًا.

تنويه بإخلاء المسؤولية

يستند هذا المستند إلى المعلومات المتاحة وتوصيات المنظمات المعتَبَرة مثل منظمة الصحة العالمية ومراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها في الولايات المتحدة الأمريكية والمراكز الأوروبية لمكافحة الأمراض والوقاية منها وغيرها، كما ورد ذكرها عند إصدار المستند. ولا بدّ من الأخذ بعين الاعتبار أنّ المعلومات المتاحة حول كوفيد-19 تتغير بسرعةٍ وبالتالي قد تتغير التوصيات المذكورة وفقًا لذلك. وعلى الرغم من أنّ الاتحاد الصيدلاني الدولي سيسعى جاهدًا لتحديث هذه الإرشادات دائمًا، ننصح بزيارة المواقع الإلكترونية الرسمية للمنظمات المذكورة والاطّلاع على أي معلومات متاحة حديثًا لمعرفة آخر المستجدات.

كلمة شكر

يشكر الاتحاد الصيدلاني الدولي القوى العاملة الدولية التي أنتجت هذا المستند:

الرئيسة: **جاين داوسون** – FIP – FPS الاتحاد الصيدلاني الدولي، قسم صيدلية العسكرية والطوارئ، نيو زيلندا
مروان عاقل، الجامعة اللبنانية الدولية، لبنان
جوليان فونسار، FIP الاتحاد الصيدلاني الدولي، رئيس قسم بيولوجيا السريرية، فرنسا
لورانس جوسيه، المركز الوطني المرجعي لفيروس الإنفلوانزا، مركز الأحياء وعلم الأمراض الشمالي (ليون)، فرنسا
سكارليت بونغ، جمعية الصيادلة في هونغ كونغ
إدواردو سافيو، جمعية اليوروغواي للكيمياء والصيدلة، اليوروغواي
لارس آكيه سودرلوند،FIP الاتحاد الصيدلاني الدولي، رئيس قسم صيدلة المجتمع، السويد
غونزالو سوسا بينتو،FIP الاتحاد الصيدلاني الدولي، قائد عمليات التطوير والتحوّل العملي
جاكلين سورغيو،FIP نائب رئيس الاتحاد الصيدلاني الدولي، صيدلانية المستشفى، فرنسا
زاو روغنشينغ، المستشفى الثالث لجامعة بيكينغ، قسم الصيدلة؛ نائب رئيس لجنة صيدلية المستشفى في الجمعية الصيدلانية الصينية، نائب رئيس لجنة الصيدلة المبنية على الأدلة في الجمعية الصيدلانية الصينية، الصين

مراجعة المحتوى والتصميم:
محمد رحال، نسرين مراد، مروان عاقل، كلية الصيدلة، الجامعة اللبنانية الدولية، لبنان
والصيدلي **أحمد الحلي**

تمت ترجمة هذا المستند من جانب الجامعة اللبنانية الدولية. في حال وجود أيّ اختلاف بين النصّيّن، فإنّ النسخة الإنجليزية من مستند الاتحاد الصيدلاني الدولي الأصلي هي التي تسود، ويعود التزام النشر إلى الاتحاد الصيدلاني الدولي.

ترجمة:

LEBANESE INTERNATIONAL UNIVERSITY

الاتحاد الصيدلاني الدولي (FIP)
أندريس بيكرويغ 5
لاهاي JP 2517
هولندا
تلفون: +31-70-3021970
فاكس: +31-70-3021999
بريد إلكتروني: fip@fip.org
www.fip.org/coronavirus

محدّث في 26 آذار 2020