

السياسة الصحية لتفادي جائحة كوفيد-19 ووباء الكوليرا في ملتقى "خبز ونت"
النسخة الأولى

المناسبة: ملتقى

قاعة المؤتمر: Antwork

التواريخ: 15-17 تشرين الثاني/نوفمبر 2022

بقلم: غنوة الحايك، ماجستير في الصحة العامة - التاريخ: 22 تشرين الأول/أكتوبر - 2022

توضيح: تهدف "سمكس" من خلال هذه السياسة الصحية إلى توفير جميع المعلومات حول المخاطر الصحية والإجراءات الاحتياطية التي ينبغي مراعاتها من قبل المشاركين/ات في ملتقى "خبز ونت" في بيروت.

ستقدم "سمكس" المساعدة قدر الإمكان من أجل ضمان بيئة صحية للمشاركين/ات في ملتقى "خبز ونت".

لا تتحمل "سمكس" مسؤولية صحة المشاركين/ات، فهم المسؤولون أولاً عن المحافظة على صحتهم/ن عن طريق اتّخاذ كافة الاحتياطات اللازمة تبعاً لظروفهم الصحية.

الغاية:

تتخذ منظمة "سمكس" كافة الخطوات المعقولة لحماية المشاركين/ات في ملتقى "خبز ونت" من أي ضرر، سواء كان جسدياً أو نفسياً. ويشمل ذلك إطلاع المشاركين/ات على الحد الأدنى من الإجراءات الوقائية التي يجب اعتمادها للوقاية من فيروس كورونا ووباء الكوليرا خلال ملتقى "خبز ونت" وأثناء وجودهم/ن في لبنان بشكل عام، كما هو موضح في السياستين أدناه. يحاكي النهج المُعتَمَد في هذه السياسة أحدث التوصيات العالمية التي تتبّعها أيضاً وزارة الصحة العامة اللبنانية ومنظمة الصحة العالمية.

النطاق:

تنطبق هذه السياسة المتعلقة بالتدابير الخاصة بمكافحة جائحة كوفيد-19 ووباء الكوليرا على جميع المشاركين/ات (حضورياً) في ملتقى "خبز ونت".

تحديث عن حالة جائحة كوفيد-19 - التاريخ: 22 تشرين الأول/أكتوبر 2022

التعريف: ينتج مرض فيروس كورونا 2019 عن عدوى بالمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة أو فيروس كورونا-سارس-2.

على مستوى العالم¹: استقرّ عدد حالات الإصابة بفيروس كورونا حول العالم في الآونة الأخيرة، ولكن ثمة زيادة في عدد الحالات المبلّغ عنها في الكثير من البلدان. في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، شهدت ليبيا والسودان زيادةً بنسبة 50% في الحالات خلال الأيام السبعة الماضية، فيما شهدت مصر والمغرب وتونس ارتفاعاً بنسبة 10 إلى 30% في الحالات. وهناك متحوّر ثانوي جديد لفيروس كورونا من سلالة أوميكرون الشديدة العدوى. يتجنّب هذا المتحوّر الشديد التحوّر،

والمعروف باسم "إكس إكس بي" XxB، الأجسام المضادة المستخدمة في العلاجات الأحادية النسيلة، الأمر الذي قد يجعل مجموعة كاملة من العلاجات الخاصة بفيروس كورونا غير فعّالة.

لبنان²: خلال الأسبوع الذي ينتهي في 19 تشرين الأول/أكتوبر 2022، سُجّل ما مجموعه 672 إصابة و7 وفيات. أما المتوسط اليومي حالياً فيبلغ 96 حالة وعدد الإصابات أخذ في الاستقرار. كما يبلغ متوسط معدّل الحالات الإيجابية المحلية 6.3%، علماً أنّ عدد الفحوصات قد انخفض في الأسابيع الأخيرة، ما يعني أنّ عدد الحالات غير المرصودة قد يكون مرتفعاً. هذا وتبلغ التغطية الإجمالية للقاحات 44.2% (أي أقلّ من النسبة الموصى بها لتحقيق المناعة الجماعية).

لم يبدأ بعد موسم الإنفلونزا في لبنان (أواخر تشرين الثاني/نوفمبر لغاية نيسان/أبريل)³، لذا قد تكون الحالات الشبيهة بالإنفلونزا هي بالفعل إصابات بفيروس كورونا.

تحديث عن تفشّي الكوليرا - التاريخ: 22 تشرين الأول/أكتوبر 2022
تعريف: الكوليرا هي مرض إسهاليّ مائيّ قد يهدّد الحياة، تتسبّب فيه بكتيريا الضمّة الكوليريّة من النمط المصلي 10 و1390.

على مستوى العالم: ارتفعت حالات الإصابة بالكوليرا في العام 2022، بسبب النزاعات المستمرة والفقر وضعف البنية التحتية للصرف الصحي في الكثير من الأماكن، حيث أُبلغ عن حالات لتفشّي المرض في 29 بلداً⁴. عادةً، يُبلّغ أقلّ من 20 بلداً عن تفشي المرض خلال السنة. وقد رُصد تفشّي الكوليرا في أفغانستان وبنغلاديش وبنين والكاميرون وجمهورية الكونغو الديمقراطية وإثيوبيا والهند والعراق وهايتي وكينيا ولبنان وملاوي وموزمبيق ونيبال ونيجيريا وباكستان وسوريا وجنوب السودان والصومال وتنزانيا، اليمن وزامبيا، من بين 56 بلداً آخر⁵. حالياً، ثمة نقص في لقاحات الكوليرا، ونظراً إلى بروز الكثير من موجات التفشي، أوعزت منظمة الصحة العالمية بتعليق نظام التلقيح المُعتَمَد المكوّن من جرعتين مؤقتاً في حملات الاستجابة لتفشي الكوليرا، والاكتفاء بجرعة واحدة بدلاً من ذلك. سيسمح هذا التغيير في الاستراتيجية باستخدام الجرعات في المزيد من البلدان، في ظلّ ارتفاع غير مسبوق في تفشّي مرض الكوليرا حول العالم.

² https://www.linkedin.com/posts/who-lebanon_check-out-our-weekly-health-brief-with-the-activity-6989197264032251904-lozC?utm_source=share&utm_medium=member_desktop

³ Assaf-Casals, A., Saleh, Z., Khafaja, S., Fayad, D., Ezzeddine, H., Saleh, M., ... & Dbaiibo, G. S. (2020). The burden of laboratory-confirmed influenza infection in Lebanon between 2008 and 2016: a single tertiary care center experience. *BMC infectious diseases*, 20(1), 1-15.

⁴ <https://www.who.int/news/item/19-10-2022-shortage-of-cholera-vaccines-leads-to-temporary-suspension-of-two-dose-strategy--as-cases-rise-worldwide>

⁵ <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9359765/>

⁶ <https://www.ecdc.europa.eu/en/all-topics-z/cholera/surveillance-and-disease-data/cholera-monthly>

لبنان⁷: يطوي لبنان حالياً اليوم السادس عشر على تفشّي الكوليرا، والذي أُعلن عنه بعد 6 أسابيع من ظهور حالة كوليرا في سوريا، بعدما كانت آخر إصابة بالكوليرا مسجلة في لبنان عام 1993. تمّ تأكيد حوالي 220 إصابة و5 وفيات، وغالبية الحالات تُسجّل في مستوطنات الخيام غير الرسمية وفي المناطق المحيطة بها، ويتوزّع نصف الحالات (52%) بين الأطفال دون سنّ 14. حالياً، 72% من الحالات لم تستدع رعاية متقدّمة في المستشفى، فيما أُدخلت 28% من الحالات إلى المستشفى.

أما المناطق حيث عدد الإصابات الأكبر فهي: عكار، والمنية-الضنية، وطرابلس، وبعبك، وكسروان، وزحلة، وزغرتا، وبعيدا.

الخطوط الساخنة الرئيسية وفقاً للموقع الإلكتروني لوزارة الصحة العامة:

- الخط الساخن لفيروس كورونا والكوليرا: 1787
- الخط الساخن لدخول المرضى إلى المستشفيات: 832700/01
- استمارة التسجيل لأخذ اللقاح المضاد لفيروس كورونا: covax.moph.gov.lb
- الخط الساخن للقاح فيروس كورونا: 1214

تدابير الصحة والسلامة الخاصة بفيروس كورونا

المبادئ الأساسية:

تجنّب الأماكن الثلاثة التالية: الأماكن المغلقة أو المزدحمة أو التي يقرب فيها الأشخاص من بعضهم البعض.

التباعد: وفقاً لمنظمة الصحة العالمية⁸، يجب اتّخاذ مسافة لا تقلّ عن متر واحد من الآخرين، حتى لو لم تظهر عليهم أعراض المرض، وذلك تجنّبوا الحشود والاقتراب من الآخرين عن كثب.

التهوئة: يزداد خطر الإصابة بفيروس كورونا في الأماكن المزدحمة والتي لا تتمتع بتهوئة جيّدة، حيث يقضي المصابون فترات طويلة من الوقت على مقربة شديدة من الآخرين. في الأماكن المغلقة، افتحوا النوافذ لزيادة التهوية الطبيعية في الداخل وشجّعوا الناس على ارتداء الكمامة⁹.

ممارسات النظافة الصحيّة:

⁷ https://www.linkedin.com/posts/who-lebanon_check-out-our-weekly-health-brief-with-the-activity-6989197264032251904-lozC?utm_source=share&utm_medium=member_desktop

⁸ <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

⁹ Ditto

- غسل اليدين بانتظام بالماء والصابون، ولا سيّما بعد لمس الأبواب أو عند الوصول إلى القاعة.
- الحرص على السعال والعطس في المرفق لمنع الرذاذ من تلوّث الهواء والأسطح المحيطة.
- سنعمل على تطهير أماكن الاجتماعات يوميا.
- يمكن العثور على الرسوم البيانية لممارسات النظافة الصحيّة الأساسية [هنا](#) و [هنا](#).

الحالات التي تستدعي الحجر الصحيّ: في حال شعر المشاركون بأي أعراض، فعليهم البقاء في المنزل أو في الفندق والامتناع عن زيارة قاعة الملتقى. وإذا استمرّت الأعراض وثبّنت إصابة الشخص المعني، يجب عليه إبلاغ فريق "خبز ونت" من دون تأخير لبدء تتبّع المخالطين.

تشمل الأعراض على سبيل المثال لا الحصر:

- السعال و/أو العطس
- الحمّى (38 درجة مئوية أو أكثر) أو الشعور بالحمى/القشعريرة
- الإسهال و/أو القيء
- التهاب أو حكة في الحلق
- آلام في العضلات أو الجسم
- الصداع والإرهاق (التعب)
- سيلان الأنف أو انسداده
- فقدان حاسة الذوق أو الشم
- تغيّر لون أصابع اليدين أو القدمين بالإضافة إلى احمرار أو تهيج العينين
- صعوبة في التنفس أو ضيق التنفس
- ألم في الصدر
- طفح جلدي
- ظهور أي علامات أخرى للأمراض المعدية

حماية الأشخاص المعرّضين لخطر الإصابة بالفيروس: وفقاً لتوصية منظمة الصحة العالمية، يُعدّ التلقيح الوسيلة الأفضل لحماية الذات والآخرين.

علاوةً على ذلك، لضمان الحفاظ على سلامة المشاركين الذين يعانون من حالات طبية دقيقة، يُطلب من المشاركين الذين يعانون من ظروف خاصة أو الذين يعيشون مع شخص مُصاب بحالة معيّنة، أن يبلغوا منظمة "سمكس". تشمل الحالات الخاصة الحمل وداء السكري والسرطان وأمراض القلب ومشاكل الجهاز التنفسي وبلوغ أكثر من 60 عاماً من العمر؛ وقد طُلبت هذه المعلومات سابقاً في استمارة التسجيل.

نقاط محدّدة

النقل

لضمان التباعد في المركبات، يرجى ارتداء الكمامات وفتح النوافذ قدر الإمكان.

الكمامات

يتعيّن على جميع المشاركين ارتداء الكمامات أثناء تواجدهم في الأماكن المغلقة وعندما يتجاوز عدد الحضور سعة الغرفة المحدّدة. بالنسبة إلى اللقاءات أو الأنشطة في الهواء الطلق، فإن الكمامات ليست إلزامية. أما خارج هذه الشروط الإلزامية، يعود للمشاركين شخصياً خيار ارتداء الكمامة.

السفر

جميع الشروط المتعلقة بإرشادات وقيود السفر الخاصة بفيروس كورونا مُقتبسة عن [الموقع الرسمي للاتحاد الدولي للنقل الجوي](#) وعن مذكرات وزارة الصحة العامة.

تتبع حالات فيروس كورونا ورصدها

اختبار فيروس كورونا:

يمكن للمشاركين استخدام اختبارات المستضدات الذاتية لمراقبة صحتهم بانتظام في حال شعروا بالقلق.

لا تُعتبر اختبارات الأجسام المضادة (اختبارات السيرولوجيا) دليلاً على الإصابة. في حال ارتفاع عدد الإصابات، ستُجرى اختبارات المستضدات الذاتية العشوائية على المشاركين. سيُتخذ القرار في هذا الشأن في تشرين الثاني/نوفمبر 2022.

التتبع والرصد

فور تأكيد حالة إيجابية بين أي من المشاركين، ينبغي تتبّعها ورصدها واتخاذ تدابير محدّدة. يجب على فريق ملتقى "خبز ونت" الذي يتواصل مع الحالة الإيجابية الحرص على تسجيل المعلومات التالية والإبلاغ عنها على الفور:

1. الأعراض التي يشعر بها الشخص المصاب، وتاريخ بدء ظهور الأعراض (لتحديد فترة نقل العدوى)، والظروف التي أُجرى فيها اختبار تفاعل البوليميراز المتسلسل (PCR) في حال لم يُظهر أي أعراض.

2. تحديد مُخالطي الشخص المصاب لمدة 4 أيام قبل بدء ظهور الأعراض و/أو الأشخاص الذين يصلون على نتيجة اختبار إيجابية.

a. إذا خالط شخص ما مع حالة إيجابية مؤكدة:

b. في حال لم تظهر عليه الأعراض، يجب على الحالة المشتبه بها تجنب الأماكن

المزدحمة، وارتداء الكمامة لمدة 10 أيام وإجراء اختبار في اليوم الخامس.

c. إذا ظهرت عليه الأعراض، يجب الحجر لمدة 5 أيام واتباع الإجراء الوارد في

النقطة 3.

3. الحرص على أن يحجر الشخص نفسه لمدة 5 أيام على الأقلّ بصرف النظر عن أخذه اللقاح

أم لا وعدد الجرعات. في حال لم تظهر عليه أعراض أو كانت أعراضه تتلاشى (من دون

حمّى لمدة 24 ساعة)، يجب أن يتبع ذلك ارتداء الكمامة لمدة 5 أيام عندما يتواجد بالقرب

من الآخرين للحدّ من خطر إصابة الأشخاص الذين يلتقي بهم.

4. سيقدّم فريق ملتقى "خبز ونت"، في حدود قدراته، مزيداً من الدعم والمعلومات للأشخاص

المصابين، بما في ذلك متابعة وضعهم الصحي.

تدابير الصحة والسلامة الخاصة بالكوليرا

تُعدُّ **الكوليرا** مرضاً خطيراً للغاية يمكن أن يسبّب الإسهال المائي الحادّ مع الجفاف الشديد. تستغرق الأعراض ما بين 12 ساعة و5 أيام لتظهر على الشخص بعد تناوله أغذية أو مياهاً ملوثة. وتؤثّر الكوليرا على كل من الأطفال والبالغين، وقد تؤدّي إلى الوفاة في غضون ساعات إذا لم تُعالج. لا تظهر أي أعراض على معظم المصابين بالضمّة الكُوليريّة، على الرغم من تواجد البكتيريا في برازهم لمدة يوم إلى 10 أيام بعد الإصابة بالعدوى، وهذا يعني أنّ البكتيريا تعود إلى البيئة المخيطة ممّا قد يؤدي إلى إصابة أشخاص آخرين¹⁰.

المبادئ الأساسية:

تتضمّن تدابير الوقاية من الكوليرا في الغالب توفير المياه النظيفة والصرف الصحي المناسب للأشخاص الذين لا يمكنهم الوصول إلى الخدمات الأساسية، بالإضافة إلى التحصين بواسطة لقاحات الكوليرا الفموية.

انتقال الكوليرا:

¹⁰ https://www.who.int/health-topics/cholera#tab=tab_1

تنتشر الكوليرا عن طريق البراز ثم ملامسة الفم، من خلال استهلاك المياه والأغذية الملوثة بالبكتيريا، واستهلاك الطعام الملوّث النيء أو غير المطبوخ جيداً، ولامسة يديّ شخص مصاب بالكوليرا¹¹.

ممارسات الصحة والوقاية¹³¹²:

- غسل اليدين بانتظام بالماء والصابون قبل الطهي وتناول الطعام وبعد الذهاب إلى المراض
- شرب المياه المعبأة والمعروفة المصدر
- تناول الطعام المطبوخ
- عدم استهلاك اللحوم النيئة
- غسل الفواكه والخضروات بالكور (بطريقة آمنة للاستهلاك - عادة بتركيز نسبته 25.5%)
- تطهير المياه المستخدمة للطبخ والشرب والاستخدام الشخصي من خلال غليها لمدة 10 دقائق وإضافة مادة الكلور (بشكل آمن للاستهلاك - عادةً بتركيز نسبته 5.25%)
- الحفاظ على النظافة الصحيّة الشخصية
- التخلّص من البراز بطريقة صحيحة لمنع تلوث مصادر المياه والأغذية

تتبع حالات الكوليرا ورصدها

الأعراض¹⁴:

إسهال مائي حادّ مع مظهر حليبيّ (حوالي 1 لتر/ساعة)

الغثيان والقيء

العطش

تشنّجات عضليّة في الساق

القلق أو الانفعال

الجفاف: ذبول الجلد، انخفاض ضغط الدم، ضربات قلب سريعة، جفاف الأغشية المخاطية

فحص الإصابة بالكوليرا: ينبغي على الأطباء أخذ عيّنة من البراز أو مسحة من المستقيم وإرسالها إلى المختبر لرصد بكتيريا الكوليرا.

¹¹ <https://www.unicef.org/lebanon/ar/media/9316/file>

¹² <https://www.unicef.org/lebanon/ar/media/9316/file>

¹³

<https://www.cdc.gov/cholera/general/index.html#:~:text=A%20person%20can%20get%20cholera,of%20s ewage%20and%20drinking%20water.>

¹⁴ <https://www.cdc.gov/cholera/illness.html>

التتبع والرصد

فور تأكيد الإصابة بالكوليرا بين أي من المشاركين، يجب تتبّع الحالة ورصدها مع اتّخاذ التدابير المناسبة.

يجب على فريق ملنقى "خبز ونت" الذي يتواصل مع الحالة الإيجابية الحرص على تسجيل المعلومات أدناه والإبلاغ عنها على الفور:

1. حجر المصاب والتأكد من توفير طريقة آمنة له للتخلص من برازه
2. نقل المريض إلى غرفة الطوارئ في حال وجود إسهال حادّ
3. غسل جميع الملابس والأغطية والأغراض التي يلمسها المريض وتطهيرها بالمياه النظيفة والكلور
4. غسل اليدين جيداً بالماء والكلور عند الاختلاط بالمريض (ملابسه، أغراضه..)
5. تحديد مُخالطي الشخص المُصاب لمدة 5 أيام قبل ظهور الأعراض. ومراقبة الحالات المشتبه بها وتكرار الخطوات المذكورة أعلاه في حال ظهرت الأعراض
6. يقَدّم فريق ملنقى "خبز ونت"، في حدود قدراته، مزيداً من الدعم والمعلومات للمشاركين المُصابين، بما في ذلك متابعة لوضعهم الصحي