

توجيهات وموارد عن جدري القروء في أماكن التجمعات السكنية

تحتوي هذه الوثيقة على إرشادات تتعلق بالوقاية من جدري القروء ورعاية المصابين به والاستجابة لهم في أماكن التجمعات السكنية بمدينة نيويورك (New York City, NYC)، وتتضمن المعلومات التالية:

- أعراض جدري القروء وانتقاله بين الأشخاص.
- الوقاية من العدوى وتدابير السيطرة.
- توجيهات العزل المخصصة للسكان والموظفين.
- اللقاح.
- العلاج والرعاية.
- موارد ومراجع إضافية.

تشمل أماكن التجمعات السكنية أي مكان يسكن فيه أشخاص لا تربطهم ببعضهم صلة قرابة، وقد يخالطون بعضهم البعض مخالطة لصيقة ويتشاركون غرفة واحدة على الأقل (مثل غرفة النوم أو المطبخ أو الحمام). تخضع العديد من أماكن التجمعات السكنية في NYC للوائح والتوجيهات التي تفرضها وكالات على مستوى المدينة أو الولاية أو الاتحاد الفيدرالي. وعلى المؤسسات أيضًا أن تراجع التوجيهات التي تنظم أنواع الأماكن المتاحة بها، على النحو الذي تحدده جهات الاعتماد أو الترخيص. ويجب على الكليات والجامعات أن تراجع الوثيقة بعنوان "Questions and Answers Regarding Monkeypox for Administrators and Staff of Institutions of Higher Education Such as College and Universities" (أسئلة وأجوبة حول جدري القروء للإداريين والموظفين في مؤسسات التعليم العالي وتشمل الكليات والجامعات) (والمتاحة على: health.ny.gov/Higher_Ed_FAQ).

أعراض جدري القروء وانتقاله من شخص لآخر

جدري القروء هو مرض معدٍ ينتج عن الإصابة بفيروس جدري القروء. وقد يسبب تقرحات، قد تبدو مثل حب الشباب أو البثور، ملمسها صلب وبارزة في منتصفها. وفي النهاية ستتكون قشرة فوق التقرحات، ثم تسقط بعد ذلك. وقد تنتشر التقرحات في جميع أجزاء الجسم أو في أجزاء معينة، منها على سبيل المثال الوجه أو اليدين أو القدمين، أو حول أو داخل الفم أو الأعضاء التناسلية أو فتحة الشرج.

ويعاني بعض الأشخاص أيضًا من أعراض شبيهة بأعراض الإنفلونزا - مثل الحمى أو القشعريرة أو التهاب الحلق أو تورم الغدد الليمفاوية أو الصداع أو التعب - قبل ظهور التقرحات أو في نفس وقت ظهورها. تبدأ الأعراض في الظهور عادةً خلال فترة تتراوح بين ثلاثة و17 يومًا بعد التعرض للفيروس (ولكنها قد لا تظهر لمدة تصل إلى 21 يومًا)، وقد تستمر لأسبوعين حتى أربعة أسابيع.

غالبًا ما ينتشر فيروس جدري القروء عن طريق ملامسة التقرحات لشخص مصاب بالفيروس ملامسة مباشرة. وفي التفشي الحالي، ينتشر هذا الفيروس بشكل رئيسي أثناء الاتصال القريب والحميم، على سبيل المثال أثناء ممارسة الجنس الفموي والشرجي والمهبلي، والتقبيل والعناق والتدليك. وقد ينتشر جدري القروء أيضًا عن طريق لمس الملابس أو أغطية السرير أو غيرها من الأشياء (مثل الأكواب أو أدوات المائدة) التي استخدمها شخص مصاب بالفيروس، أو استنشاق الرذاذ الناتج عن تنفس الشخص المصاب أثناء الاتصال القريب به لفترة طويلة من الزمن. قد يُصاب أي شخص بفيروس جدري القروء، بصرف النظر عن نوعه أو توجهه الجنسي. يرتفع خطر الإصابة بمرض جدري القروء الشديد بين المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV) أو غيره من الحالات المرضية التي تُضعف الجهاز المناعي، أو الذين تعرضوا سابقًا للإصابة بالتهاب الجلد التأتبي (الإكزيما).

توجيهات عن العزل والتعرض للفيروس

العزل

- لا بد من إحالة الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض جدري القروود للتقييم الطبي في أسرع وقت ممكن.
 - ويجب عزل الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض جدري القروود في غرفة منفصلة عن الآخرين، بينما ينتظرون نتائج الفحوصات.
- في أماكن التجمعات السكنية، على أي شخص أكدت نتائج الفحوصات إصابته بجدري القروود أن يعزل نفسه بعيدًا عن الآخرين حتى تلتئم التقرحات وتتكون طبقة جديدة من الجلد، وهذا قد يستغرق ما بين أسبوعين وأربعة أسابيع.
 - وينبغي أن يكون في أماكن العزل باب يمكن إغلاقه.
 - وعندما لا تتوفر حمامات منفصلة، يجب مسح أسطح الحمام التي تشمل سطح الحوض ومقاعد المراض والصنابير باستخدام مطهر معتمد من وكالة حماية البيئة الأمريكية (U.S. Environmental Protection Agency, EPA)، بعد كل استخدام للحمام.
 - على مرضى جدري القروود أن يستخدموا سلة مهملات مخصصة لهم وحدهم في المكان المعزولين فيه متى أمكنهم ذلك، ويجب أن تكون السلة مبطنة من الداخل بكيس قمامة.
- على الأشخاص الذين تأكدت إصابتهم بجدري القروود أن يتبعوا الخطوات الإضافية التالية إلى أن تلتئم جميع التقرحات وتتكون طبقة جديدة من الجلد:
 - لا تمارس الجنس الفموي أو الشرجي أو المهبلي أو غيره من أشكال الاتصال القريب والحميم.
 - اغسل يديك كثيرًا بالماء والصابون أو استخدم مطهر يدين يحتوي على الكحول، لا سيما بعد ملامسة القرحة مباشرة.
 - تجنّب التلامس المباشر مع الأسطح الناعمة والمسامية التي لا يمكن غسلها، مثل الأثاث المنجد. ويجب وضع غطاء على الأسطح الناعمة والمسامية يمكن إزالته وغسله أو التخلص منه.
 - إذا اضطر الشخص إلى مغادرة مكان العزل، فعليه أن يتبع الخطوات التالية:
 - تغطية جميع التقرحات بضمادات أو قطع ملابس (وتشمل القفازات إذا كانت التقرحات على اليدين).
 - ارتداء قناع وجه محكم جيدًا على الوجه.
 - تجنّب الاتصال الجسدي والأماكن المزدحمة.
 - مسح مقعد المراض بعد استعماله بقطعة قماش مطهرة، عند استخدام الحمامات العامة أو المشتركة.
 - عدم مشاركة الملابس أو المناشف أو أغطية الفراش مع الآخرين أو السماح لهم بلمسها.
 - عدم مشاركة الأطباق أو الطعام أو الشراب أو الأواني مع الآخرين.
- على الموظفين أن يتوقفوا عن العمل بينما ينتظرون نتائج فحوصاتهم. على الموظفين الذين تأكدت إصابتهم بجدري القروود ألا يعودوا إلى العمل حتى تلتئم التقرحات وتتكون طبقة جديدة من الجلد.
 - للاطلاع على المزيد من المعلومات، تفضّل زيارة on.nyc.gov/monkeypox-non-health-care-workplaces.

التحقيق في المخالطة

- خطر انتقال فيروس جدري القروود منخفض أثناء ممارسة معظم الأنشطة.
- يُعرّف التعرض الشديد للفيروس حاليًا في مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) على أنه إجراء أحد التفاعلات التالية مع شخص تأكدت إصابته بجدري القروود في ظل ظهور الأعراض عليه:
 - الاتصال الجنسي، ويشمل الجنس الفموي أو الشرجي أو المهبلي
 - الاتصال القريب والحميم، ويشمل الاحتضان والمعانقة والتقبيل
 - ملامسة أي جلد متشقّق أو أغشية مخاطية أو تقرحات أو سوائل في جسم الشخص الذي تأكدت إصابته بجدري القروود أو المواد التي تلامس تقرحاته أو سوائل جسمه (مثل الملابس والأغطية).
 - للاطلاع على مزيد من المعلومات، تفضّل زيارة cdc.gov/poxvirus/monkeypox/clinicians/clinical-guidance.html وانقر على "Monitoring Persons Exposed" (مراقبة الذين تعرضوا للفيروس).

- لا يوصى بالحجر الصحي حالياً للأشخاص الذين تعرضوا لفيروس جدري القروء.
- وعلى الذين تعرضوا لفيروس جدري القروء أن يراقبوا ظهور الأعراض لمدة 21 يوماً. ويجب عزل الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض جدري القروء وإحالتهم للتقييم الطبي في أسرع وقت ممكن.

الوقاية من العدوى والسيطرة عليها

التنظيف

- يمكنك اتباع ممارسات التنظيف الروتينية في مكان التجمع السكني ما لم يُكشَف عن حالة مؤكدة من الإصابة بجدري القروء.
- ويجب إجراء تنظيف إضافي إذا كان أو ما زال في مكان التجمع السكني شخص مصاب بجدري القروء مع ظهور الأعراض عليه.
 - يمكن استخدام العديد من المطهرات المعتمدة من وكالة حماية البيئة (EPA) لمكافحة فيروس جدري القروء.
 - للاطلاع على قائمة بالمطهرات المعتمدة من وكالة حماية البيئة (EPA)، تفضّل زيارة [.bit.ly/epa-disinfectants-list](http://bit.ly/epa-disinfectants-list)
 - أولاً، نظّف الأسطح والأشياء التي تلامسها كثيراً، مثل مقابض الأبواب، ومفاتيح الإضاءة والمناطق المتسخة، بماء وصابون، أو بمنظف.
 - استخدم وسائل تنظيف رطبة، مثل المنتجات السائلة أو المناديل المبللة. تجنّب التنظيف بالمكنسة الكهربائية أو إزالة الغبار بأدوات جافة، أو الكنس.
 - عقمّ الأسطح الصلبة. اتبع تعليمات جهة التصنيع بشأن تركيز مواد التنظيف، وزمن التلامس، والعناية بالمنتجات والتعامل معها.
 - لتنظيف الأسطح الناعمة والمنجّدة، جرّب استخدام التنظيف بالبخار عند وجود تلوث شديد في الأسطح المسامية.
 - إذا كانت منشأتك تخضع للتنظيم على أنها مكان لتقديم الرعاية الصحية، فتفضّل زيارة: cdc.gov/poxvirus/monkeypox/clinicians/infection-control.html وانقر على " Infection Control in Healthcare Settings " (السيطرة على العدوى في أماكن تقديم الرعاية الصحية).

التخلص من النفايات

- تخلص من النفايات المتسخة، مثل الضمادات والمناشف الورقية وأغلفة الطعام وغير ذلك من النفايات العامة، بوضعها في كيس مُحكم الغلق.
- ضع كل معدات الوقاية الشخصية (Personal Protective Equipment, PPE) وغيرها من الأشياء التي تُستخدم مرة واحدة في كيس يمكن ربطه وإغلاقه قبل رميها مع النفايات الأخرى.
- وفي أماكن العمل التي تتضمن التعامل بشكل روتيني مع النفايات الطبية، يجب وضع جميع النفايات المتعلقة بالتنظيف في كيس قمامة مُحكم الغلق والتخلص منها مع النفايات الطبية العادية.
- أما في أماكن العمل التي لا تتضمن التعامل بشكل روتيني مع النفايات الطبية، فيجب وضع جميع النفايات المتعلقة بالتنظيف في كيس قمامة مُحكم الغلق، ووضعه في كيس قمامة آخر، ثم رميه بعيداً في صندوق القمامة العام.

الغسيل

- اجمع كل الملابس وأغطية الفراش والمناشف وفرش الأرضيات التي يُحتمل أنها ملوثة في كيس قماشي يمكن غسله أو في كيس قمامة بلاستيكي قبل تنظيفها وتطهير باقي أرجاء الغرفة.
- على المصابين بجدري القروء أن يغسلوا أغراضهم بأنفسهم، عند الإمكان.
- لا تهزّ الملابس أو الأغطية، لأنه هذا قد يسبب انتشار الجزيئات المعدية.
- يُمنع خلط غسيل المريض مع غسيل الآخرين.
- اغسل الأقمشة وجفّفها على أعلى درجات حرارة موصى بها على ملصقات الملابس. اتبع التعليمات والمعلومات المذكورة على ملصقات المنظفات. ويجب رمي أكياس القمامة البلاستيكية التي استُخدمت في احتواء الغسيل المتسخ. ويمكن غسل أكياس الغسيل مع باقي عناصر الغسيل.
- اغسل يديك بالماء والصابون أو بمطهر يدين يحتوي على الكحول بتركيز لا يقل عن 60% بعد التعامل مع الغسيل المتسخ.

- للاطلاع على مزيد من المعلومات، تفضّل زيارة <http://on.nyc.gov/monkeypox-laundry>.

معدات الوقاية الشخصية

- يجب على الموظفين وغيرهم من الأشخاص الذين يدخلون أماكن العزل أن يرتدوا رداء وقفازات ونظارات وقائية وكمامات (مثل كمامة KN95 أو N95 أو غيرها من الكمامات عالية الجودة).
- أثناء التنظيف أو التعامل مع النفايات، على الموظفين وغيرهم من الأشخاص ارتداء ملابس تغطي الجلد بالكامل، وقفازات تُستخدم مرة واحدة، وكمامة N95 أو KN95 تغطي الفم والأنف.
- عند التعامل مع غسيل أشخاص تأكدت إصابتهم بجذري القروود أو يُشتبه في إصابتهم به، على الموظفين أن يرتدوا رداء وقفازات ونظارات وقائية وكمامة N95 أو KN95 مُحكمة على الوجه.
- اغسل يديك بالماء والصابون بعد خلع معدات الوقاية الشخصية. يمكنك أيضًا استخدام مطهر يدين يحتوي على الكحول بتركيز لا يقل عن 60% بعد غسل يديك.

اللقاح.

- يمكن للأشخاص المستحقين الذين تعرضوا مؤخرًا لفيروس جذري القروود أن يتلقوا لقاح JYNNEOS. لقد اعتمد لقاح JYNNEOS للوقاية من فيروس جذري القروود لدى الأشخاص الذين تعرضوا له. يمكن لتلقي اللقاح بعد التعرض للفيروس مؤخرًا أن يقلل من احتمالية الإصابة بجذري القروود، ومن شدة أعراضه في حالة الإصابة به.
 - من المقرر أن تتواصل إدارة الصحة والسلامة العقلية في NYC مع الذين تعرضوا للفيروس لتقديم النصح إليهم بشأن هل اللقاح مفيد لهم أم لا، ومساعدتهم على تلقيه إن كان مفيدًا لهم.
- اللقاح مجاني ومتاح، بصرف النظر عن وضع الهجرة أو مكان الإقامة.
- لحجز موعد لتلقي لقاح JYNNEOS، يُرجى الاتصال على الرقم 877-829-4692 أو زيارة vaccinefinder.nyc.gov.
- للمزيد من المعلومات عن لقاح JYNNEOS، تفضل زيارة on.nyc.gov/jynneos-vaccine-faq.
- للاطلاع على معلومات محدّثة عن استحقاق الذين لم يثبت تعرضهم للفيروس في تلقي اللقاح حاليًا، يُرجى زيارة nyc.gov/health/monkeypox.
- وللبقاء على اطلاع بشأن توافر اللقاح، أرسل كلمة "MONKEYPOX" إلى الرقم 692-692 في رسالة نصّية.

العلاج والرعاية

- لا يوجد علاج محدّد معتمد لجذري القروود. ومع ذلك، يمكن استخدام مضاد فيروسات يُسمى تيكوفورمات (TPOXX) معتمد لعلاج الجذري، مع الأشخاص المعرضين لخطر كبير للإصابة بمرض شديد أو الذين يعانون من أعراض شديدة لجذري القروود. ويمكن لمقدم الرعاية الصحية أن يصف مضاد الفيروسات TPOXX بالإضافة إلى غسل الفم والجل والأدوية الأخرى للمساعدة على تخفيف الألم والتورم والحكة، ويمكنه تقديم المشورة للمريض بشأن تخفيف الأعراض باستخدام أدوية تُصرف بدون وصفة طبية. للمزيد من التوجيهات عن رعاية المصابين بجذري القروود وتخفيف أعراضهم باستخدام أدوية وعلاجات تُصرف بدون وصفة طبية، تفضّل زيارة on.nyc.gov/monkeypox-when-sick.

قد يشمل المرض الشديد الناجم عن جذري القروود: الحمى، والزيادة السريعة في عدد التقرحات، والارتباك، وتيبّس الرقبة، وصعوبة التنفس، والنوبات المرضية، والإسهال، والقيء. وننصحك بالتواصل مع مقدم رعاية صحية إذا تفاقت الأعراض، وهذا يشمل زيادة الألم أو الاحمرار أو التورم، أو إذا لاحظت وجود سائل عكر أو أبيض في مكان التقرحات، أو إذا كان ألمك يسبب لك صعوبة في تناول الطعام أو الجلوس أو الذهاب إلى الحمام. في حالات الطوارئ، اتصل بالرقم 911.

موارد ومراجع إضافية

- قد يستحق سكان أماكن التجمعات السكنية في NYC تسلّم كمامة N95 أو غيرها من الكمامات ومعدات الوقاية الشخصية المعتمدة من المعهد الوطني للسلامة والصحة المهنية (National Institute for Occupational Safety and Health) من خلال مركز خدمات معدات الوقاية الشخصية. إذا كانت لديك أي أسئلة بشأن الاستحقاق والوصول، فترجو أن ترسل بريدًا إلكترونيًا إلى ppesupport@health.nyc.gov.
- تقدم منظمة God's Love We Deliver حاليًا الوجبات للمصابين بجذري القروود لمدة تصل إلى 30 يومًا. لمعرفة المزيد أو لتقديم طلب، تفضّل زيارة glwd.org.

- توفر إدارة الصحة في NYC عددًا محدودًا من أسرة العزل المتاحة للمستحقين من مرضى جدري القروود الذين لا يستطيعون عزل أنفسهم بطريقة آمنة أخرى. للمزيد من المعلومات أو تلقي الدعم بشأن العزل في موقعك، نرجو إرسال بريد إلكتروني إلى isolationrequests@health.nyc.gov.
- تساعد Access NYC سكان نيويورك على الاستفادة من المزايا، ومنها المال والطعام، خلال حالات الطوارئ. ولمعرفة المزيد من المعلومات، تفضل زيارة access.nyc.gov.
- تقدم أداة المعلومات الصحية من أجل التمكين (Health Information Tool for Empowerment,) على الإنترنت الخدمات الصحية والاجتماعية لمحدودي الدخل وغير المؤمن عليهم الذين يعيشون في NYC أو مقاطعة Westchester أو Long Island. ولمعرفة المزيد من المعلومات، تفضل زيارة hitesite.org.
- يمكن لمقدمي الرعاية الصحية الذين يرغبون في وصف مضاد الفيروسات TPOXX لمرضاهم أن يرسلوا بريدًا إلكترونيًا إلى MPXtherapeutics@health.nyc.gov لطلب المساعدة.
- للعثور على مقدم رعاية صحية أو التواصل معه، يمكن لسكان نيويورك الاتصال على الرقم 311 أو الرقم 844-692-4629، أو زيارة الرابط nyc.gov/health/map أو expresscare.nyc.gov.
- NYC Well هو خط مساعدة مجاني وسري متخصص في السلامة العقلية. موظفو NYC Well متوفرون على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع، ويمكنهم تقديم المشورة والإحالات الموجزة للحصول على الرعاية بأكثر من 200 لغة. اتصل على الرقم 888-692-9355.
- للاشتراك في النشرة الأسبوعية عن جدري القروود من إدارة الصحة في NYC، يُرجى إرسال بريد إلكتروني إلى MPVnews@health.nyc.gov.
- لطلب عرض توضيحي لمؤسستك، يُرجى إرسال استمارة طلب (وهي متاحة على الرابط survey.alchemer.com/s3/6886844/Speaker-Request-Form) إلى مكتب المتحدث باسم إدارة الصحة في NYC.
- يمكن الاطلاع على التوجيهات التالية بشأن جدري القروود على الموقع الإلكتروني لإدارة الصحة في ولاية نيويورك (New York State Department of Health, NYSDOH) والمواقع الإلكترونية لمراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (CDC):
 - حالات جدري القروود في أماكن تقديم الرعاية الصحية (NYSDOH): تفضل زيارة health.ny.gov/diseases/communicable/zoonoses/monkeypox/providers/docs/2022-07-25_guidance_for_congregate_healthcare_settings.pdf
 - حالات جدري القروود في أماكن التجمعات التي لا تُقدّم فيها الرعاية الصحية (NYSDOH): تفضل زيارة health.ny.gov/diseases/communicable/zoonoses/monkeypox/providers/docs/2022-07-25_guidance_for_congregate_non-healthcare_settings.pdf
 - توجيهات تنظيف وتطهير الأماكن التي لا تُقدّم فيها الرعاية الصحية: أثناء العزل بسبب جدري القروود وبعده (NYSDOH): تفضل زيارة health.ny.gov/diseases/communicable/zoonoses/monkeypox/docs/cleaning_and_disinfection_guidance.pdf.
 - اعتبارات مهمة لتقليل انتشار جدري القروود في الأماكن السكنية المكتظة (CDC): تفضل زيارة cdc.gov/poxvirus/monkeypox/community/congregate.html
- للاطلاع على مواد تعليمية ومعلومات إضافية عن جدري القروود، تفضل زيارة:
 - nyc.gov/health/monkeypox
 - health.ny.gov/diseases/communicable/zoonoses/monkeypox
 - cdc.gov/poxvirus/monkeypox/index.html
 - who.int/news-room/fact-sheets/detail/monkeypox
- الاستحقاق العرقي ضروري لفهم الإجحاف الناتج عن العنصرية وللتعامل معه.
 - للاطلاع على مجموعة توجيهات إدارة الصحة في NYC لمساعدة الناس والمؤسسات على فهم الظلم العنصري والاجتماعي الذي يؤثر في صحة سكان نيويورك وللتعامل معه، تفضل زيارة nyc.gov/health وابحث عن "race to justice" (السباق نحو العدالة).
 - للاطلاع على قائمة بموارد عن التنوع والشمول من مكتب السلامة العقلية في NYS، تفضل زيارة omh.ny.gov وابحث عن "diversity and inclusion resources" (موارد عن التنوع والشمول).

