

فيروس كورونا (المعروف أيضًا باسم كوفيد-19) - معلومات للأطفال والشبان والعائلات من فريق مرض الربو المعقد

نتفهم أنه قد ينتابكم القلق بشأن فيروس كورونا، خصوصاً إذا كان طفلكم يعاني من مرض الربو. تقدم هذه النشرة الصادرة عن فريق مرض الربو المعقد في مستشفى جريت أورموند ستريت نصائحنا للأطفال والشباب الذين يستفيدون من خدماتنا. يرجى قراءة هذه المعلومات إلى جانب معلوماتنا العامة حول فيروس كورونا على موقعنا الإلكتروني: www.gosh.nhs.uk/news/coronavirus-covid-19-information-hub



إذا استلمت أنت أو طفلك رسالة من الحكومة توصي باتباع نصائح الحماية، فيجب عليك اتباع هذه النصائح بعناية. لقد قمنا بكتابة بعض الإرشادات الخاصة لتوضيح معنى الحماية لك ولطفلك، يمكنك الإطلاع عليها هنا:

[Gosh.nhs.uk/covid-19-and-vulnerable-children](https://www.gosh.nhs.uk/covid-19-and-vulnerable-children)

يمكنك أيضاً قراءة النصائح التي توصي بها جمعية الربو البريطانية على هذا الرابط:

www.asthma.org.uk/advice/triggers/coronavirus-covid-19/

الحفاظ على الصحة أثناء جائحة فيروس كورونا

بالنسبة للأطفال الذي يعانون من الربو ولكن بمستوى تحت السيطرة، ليس هناك أدلة كافية للقول بأنهم معرضون لخطر الإصابة بفيروس كوفيد-19 أو معرضون للإصابة بمضاعفات بسبب كوفيد-19.

لذلك نود منك أن تتبع الإرشادات التالية للحفاظ على الربو بمستوى تحت السيطرة قدر الإمكان خلال هذه الأوقات:

- حافظ على تناول أدويةك. تأكد من التزامك الحريص بتناول أدويةك الوقائية كل يوم، مع التأكد من وجود أدوية احتياطية

مصدر هذه المعلومات هو الإرشادات الحكومية، جمعية الأمراض الصدرية البريطانية British Thoracic Society وجمعية الربو في المملكة المتحدة Asthma UK؛ وقد تمت الموافقة عليها من قبل الفريق الطبي في مستشفى جوش.

هل يؤثر كوفيد-19 على الأطفال؟

حتى اليوم، تشير الدلائل إلى أنه على الرغم من أن الأطفال يصابون بفيروس كوفيد-19 إلا أن القليل منهم يتعرضون لتهيجات عدوى شديدة بسبب هذا الفيروس.

لا يوجد حالياً أي دليل منشور يثبت أن الأطفال الذين يعانون من الربو هم عرضة لخطر أعلى من الإصابة بأعراض أهد أو أخطر من غيرهم بسبب كوفيد-19. يجب على الناس الذين يعانون من ربو حاد ومن مرض كوفيد-19 أن يخبروا فريق الربو في المستشفى المحلي.

التباعد الاجتماعي والحماية

الرجاء التأكد من أنك وعائلتك تتبعون نصائح التباعد الاجتماعي بما فيها التقيد الصارم بغسل اليدين، والخروج فقط لأغراض ضرورية والحفاظ على مسافة مترين.



على طريقة استعمالها بالنقر على هذا الرابط:
www.medicinesforchildren.org.uk/adrenaline-auto-injector-anaphylaxis-0

- **إحرص على حمل البخاخ** تأكد من أنك تحمل البخاخ (عادةً ما يكون سالبوتامول بلون أزرق) وأداة المبعادة الخاصة في جميع الأوقات وتأكد من أن عندك جهازاً احتياطياً.
- **قلل من محفزات الربو:** تأكد من اتباع كل الخطوات المساعدة في تقليل المحفزات التي قد تسبب نوبة ربو.
- **راقب أعراضك:** راقب أعراضك واعرف كيف تتعامل معها. يمكنك تدوين أعراضك في مذكرة خاصة بالأعراض، وإذا لزم الأمر دون قياسات أقصى درجات التدفق.
- **اطلب المشورة إذا تطلب الأمر:** إذا كانت أعراض الربو عندك تزداد سوءاً، واضطرت لاستعمال بخاخ السالبوتامول أكثر من المعتاد، الرجاء طلب المساعدة من طبيب العائلة أو فريق الربو عن طريق الهاتف أو على الإنترنت. إذا كنت قلقاً بشأن حالة طفلك وتعتقد أنه يعاني من تفاقم الربو ويحتاج إلى جرعة من الكورتيزون بالفم، الرجاء طلب المساعدة من طبيب العائلة أو فريق الربو المحلي عن طريق الهاتف أو الإنترنت.
- **في حالات الطوارئ:** لا تتردد في الاتصال برقم 999 لطلب الطوارئ، كالمعتاد.

هل يمكننا طلب مواعيد عيادة بديلة؟

حالياً في مستشفى جوش نحاول تقليل عدد مواعيد المقابلات الشخصية قدر الإمكان. إذا كان لدى طفلك موعد قادم، سوف نتواصل معك لمناقشة إمكانية إجراء الموعد على التلفون.

في المنزل حتى لا تنفذ. عدم تناول هذه الأدوية قد يجعل حالة الربو عندك أسوأ. هذا يشمل الالتزام بأدوية مثل مضادات الهيستامين وبخاخات الأنف. سيساعد هذا في السيطرة على الربو قدر الإمكان وسيمنع نوبات الربو. لا يوجد حالياً أي دليل للقول بأن تناول عقارات الكورتيكوستيرويد يزيد من خطر الإصابة بفيروس كوفيد-19.

- **استعمل أداة مبعادة البخاخ:** سيكون دواؤك أكثر فعالية عند استعمال أداة المبعادة. يجب أيضاً التأكد من استعمال التقنية الصحيحة. إن لم تكن متأكدًا، تحقق من خلال هذه الصفحة: www.asthma.org.uk/advice/inhaler-videos/ تأكد أيضاً من تنظيف الأداة بشكل منتظم وعدم مشاركة الأداة أو الدواء مع فرد آخر من الأسرة. يمكنك قراءة تعليمات الاستخدام عبر خلال الرابط: <https://www.asthma.org.uk/advice/inhalers-medicines-treatments/inhalers-and-spacers/spacers/#cleanspacer>
- **كن على معرفة جيدة بخطتك العلاجية للربو** التي ستدلك على الأدوية التي يجب تناولها بشكل يومي وخطة زيادة الجرعات. ستساعدك أيضاً في التعرف على المسببات والأعراض المقلقة التي يمكن أن تتطلب منك الحصول على رعاية طبية.
- **حساسية الطعام:** إذا كان عندك حساسيات غذائية، الرجاء التأكد من وجود أدوية غير منتهية الصلاحية بحوزتك وتأكد من أنك على دراية بكيفية استعمالها وفقاً لخطة عمل BSCAI للحساسية. يمكنك الإطلاع

للمعلومات الإضافية والدعم

إذا كنت بحاجة للتواصل مع فريق أمراض الربو المعقد، الرجاء الاتصال بنا على هاتف رقم 02074059200، توصيلة 5914 أو الاتصال على رقم 07740545041 أو إرسال رسالة بالبريد الإلكتروني: Gos-tr.complexasthma@nhs.net

- للمعلومات من خدمة الصحة الوطنية NHS: www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/

- يوجد معلومات للأطفال على موقع BBC Newsround: www.bbc.co.uk/newsround

