



## NEW YORK CITY DEPARTMENT OF HEALTH AND MENTAL HYGIENE

Thomas R. Frieden, MD, MPH  
Commissioner

### إنفلونزا (H1N1) (إنفلونزا الخنازير)

#### معلومات للآباء، والمعلمين ومدراء المدارس

#### ما الذي تفعله المدينة للمحافظة على سلامة المدارس من إنفلونزا اتش 1 ان 1 (H1N1)؟

إن الفيروس الجديد (H1N1) (المعروف بإنفلونزا الخنازير) موجود في مدينة نيويورك، وتشير كافة الأدلة إلى أنه يسبب نسبة كبيرة من حالات الأنفلونزا الموجودة حالياً في المدينة. وقد شهدنا تنقلاً متكرراً للعدوى في المدارس. ومن غير الممكن إيقاف انتقال الإنفلونزا، لذلك تعمل إدارة الصحة على حماية الناس الأكثر عرضة للإصابة بالمرض والمضاعفات الشديدة. وهذا هو السبب المنطقي لإغلاق المدارس – ليس إيقاف انتشار الأنفلونزا في المدينة ككل، وإنما حماية التلاميذ، والموظفين ومن يتصلون بهم بصورة وثيقة الذين يعدون الأكثر عرضة لمخاطر المضاعفات. ومن أكثر الناس عرضة للخطر الأشخاص الذين يعانون من حالة طبية مزمنة مثل الربو أو السكري، ومن هم دون السنتين من العمر (2) والذين تعدوا سن 65، أو الحوامل.

#### كيف تقرر متى يتم إغلاق مدرسة ما؟

تعمل إدارة الصحة وإدارة التعليم معاً يومياً على مراقبة المرض المشابه بالإنفلونزا في مدارس مدينة نيويورك. وقد أصدرت التعليمات إلى ممرضات وممرضي المدارس بإخطار مدير المدرسة بحالات الإنفلونزا والاتصال بمكتب الصحة المدرسية في المدينة إذا ما حضر خمسة أطفال أو أكثر إلى الغرفة الطبية وكانوا يعانون من درجات حرارة لا تقل عن 100.4 فهرنهايت، مصحوبة بسعال أو آلام في الحلق. وعند بلوغ هذا العدد من الحالات لدى التلاميذ، تراجع إدارة الصحة يومياً المرض المشابه للأنفلونزا بين التلاميذ الذين يحضرون إلى الغرفة الطبية، وكذلك بيانات الغياب على مدار الأسبوع السابق. ونبحث عن الزيادة المفاجئة أو المتواصلة في المرض المشابه للأنفلونزا. وتتم مراقبة كل مدرسة فيها مجموعة من التلاميذ يعانون من المرض المشابه للأنفلونزا يومياً. لكن معدل الغياب المرتفع، يحد ذاته، ليس أساساً لإغلاق المدرسة. فإذا ما أبقى الآباء أطفالهم المرضى في البيوت، فإن الغياب المرتفع يقلل في الحقيقة من الانتقال وتعرض الأشخاص المعرضين للخطر.

#### منات الأطفال غائبون في مدرستي. هل يوجد حد أدنى للغياب يستدعي إغلاقها؟

لا توجد صيغة موحدة لإغلاق المدارس. فقرار إغلاق مدرسة ما يوازن بين الضرر المحتمل – وهو ضياع فرصة التعليم، والخسارة في دخل الآباء، واحتمال بقاء الأطفال بلا إشراف – وبين المنفعة المحتملة. والمنفعة المحتملة هي تقليل عدد الأشخاص الذين قد يصابون بأعراض شديدة من الأنفلونزا بسبب وجود حالة مرضية سابقة لديهم. وإدارة الصحة تقيّم وبدقة الظروف المحيطة في كل مدرسة وتنتظر في العديد من العوامل منها:

- عدد الزيارات إلى الممرضة من قبل الأطفال الذين ثبتت معاناتهم من حمى ومرض مشابه للأنفلونزا
- رصد حركة المرض مشابه للأنفلونزا على مدار عدة أيام، والأثر المحتمل لانخفاض معدل الانتقال على مدار عطلة نهاية الأسبوع، عندما لا تكون المدرسة منعقدة.
- نسبة مجموع التلاميذ الغائبين الذين يعانون من مرض شبيه بالأنفلونزا
- تقارير المعلمين الذين يصابون بالمرض أثناء وجودهم في المدرسة
- الظروف الخاصة للمدرسة، مثل حالة المنطقة التعليمية رقم 75

إننا نولي اهتماماً خاصاً للمدارس التي تحضر فيها نسبة 1% إلى 2% من مجموع التلاميذ إلى الغرفة الطبية في يوم معين وهم يعانون من الحمى والسعال أو آلام في الحلق. فهذا يشير إلى أن عدداً كبيراً من التلاميذ مرضى أثناء وجودهم في المدرسة وقد ينقلون العدوى إلى الأشخاص الأكثر عرضة للمضاعفات.

**من أين يمكنني الحصول على معلومات حول في المدارس العامة التي يتم إغلاقها؟**

أحدثت المعلومات حول إغلاق المدارس متوفرة على الموقع الإلكتروني لإدارة التعليم: <http://schools.nyc.gov>

**هل من المحتمل أن تستمر الزيادة الأخيرة في حالات الإنفلونزا؟**

نعم. عادة ما تتقلص معدلات الإنفلونزا خلال أشهر الصيف، لكن بعض حالات الانتقال سوف تستمر، وقد يسبب فيروس اتش 1 ان 1 موجة كبيرة أخرى من المرض في الخريف المقبل.

**كيف يمكن للآباء الاستعداد لإمكانية إغلاق مدارسهم؟**

كوالد(ة)، يمكنكم الاستعداد بتحديد مقدم رعاية يمكنه أن يكون مع طفلكم في حالة إغلاق المدرسة بحيث لا تضطرون إلى التغيب عن عملكم. تحدثوا إلى رب عملكم في وقت مبكر لتحديد إذا ما كان بإمكانكم العمل من البيت أو ترتيب خيارات أخرى إذا اضطررتم إلى البقاء في البيت مع طفلكم. يتم الإعلان عن إغلاق المدارس في الموقع الإلكتروني لإدارة التعليم.

كما يمكنكم الاستعداد للتعامل مع التوتر والارتباك الذي قد يسببه إغلاق المدارس في حياتكم العائلية اليومية. عندما يكون طفلكم في البيت، فإن الالتزام بروتين منتظم سيساعدكم ويساعد أفراد عائلتكم على التكيف. ويمكنكم كذلك تحضير طفلكم بالتحدث عن الوضع الحالي.

**هل يجب عليّ التبليغ عن أي زيادة في المرض الشبيه بالإنفلونزا في مدرسة طفلي؟**

لا. فإدارة الصحة تتابع حالات الغياب وقد نبهت ممرضي المدارس إلى الاتصال بإدارة الصحة إذا شهدوا حالات زيادة مفاجئة أو مستمرة في عدد التلاميذ الذين يحضرون إلى المدرسة وهم يعانون من مرض شبيه بالإنفلونزا.

**ماذا أفعل إذا مرض طفلي؟**

إذا مرض طفلكم، ف يجب عليه البقاء في المنزل حتى مضي 24 ساعة على اختفاء الأعراض. فالغالبية العظمى من الأطفال يتعافون من الإنفلونزا بسرعة من دون علاج، لكن على من يعانون من حالات طبية مزمنة الاتصال بطبيب بشأن الحصول على علاج مضاد للفيروسات.

**أكثر الأشخاص عرضة هم:**

- الأشخاص الذين تعدوا سن 65 أو دون السنتين (2) من العمر
- الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات مزمنة في الرئة مثل الربو أو نفاخ
- الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات مزمنة في القلب، أو الكلى أو الكبد أو الدم
- المصابون بالسكري
- الأشخاص الذين لديهم أنظمة مناعة ضعيفة بسبب مرض أو أدوية
- الحوامل
- الأشخاص الذين يتناولون الأسبرين لمدة طويلة

والأطفال الذين تظهر عليهم علامات المرض الشديد – مثل سرعة التنفس أو صعوبة في التنفس – هم بحاجة إلى العناية في قسم الطوارئ في مستشفى.

### ماذا أفعل إذا مرض أحد التلاميذ؟

يجب تقييم التلميذ من قبل الممرضة. فإذا ما رأت الممرضة أن التلميذ ربما يعاني من إنفلونزا، فيجب فصل التلميذ عن التلاميذ الآخرين وإرساله إلى البيت. ويجب ألا يستقل هذا التلميذ الحافلة المدرسية. ويجب عدم عودة التلاميذ الذين يعانون أعراض الإنفلونزا إلى المدرسة تمضي مدة 24 ساعة على الأقل على اختفاء هذه الأعراض لديهم. ولا حاجة لأن يجلب التلميذ ملاحظة من طبيب للعودة إلى المدرسة.

### ماذا يجب على موظف المدرسة عمله إذا ما أصيب بالإنفلونزا؟

يجب على هذا الشخص التوجه إلى البيت وعدم العودة إلى المدرسة إلى أن تتقضي 24 ساعة على زوال الأعراض. وإذا كان هذا الموظف ينتمي إلى مجموعة من المجموعات الأكثر عرضة للخطر والواردة أعلاه، فعليه الاتصال بطبيب لبحث إمكانية العلاج بأدوية مضادة للفيروسات.

### هل هناك حاجة لأن يجلب الموظفون أو التلاميذ الذين كانوا مرضى ملاحظة من طبيب للعودة إلى المدرسة؟

لا. لا حاجة لأن يجلب الموظفون أو التلاميذ الذين كانوا مرضى ملاحظة من طبيب للعودة إلى المدرسة. لكن يجب عليهم البقاء في البيوت إلى أن تمضي مدة 24 ساعة على اختفاء هذه الأعراض لديهم.

### ما هي تدابير التنظيف اللازمة في المدرسة التي يكون فيها مرضى من الأطفال أو الموظفين؟

لا حاجة إلى تنظيف أو تعقيم خاص بعينه، لكن يجب على المهندسين المشرفين ومدراء المباني اتباع الممارسات الفضلى في الصيانة مثل:

- تنظيف وتعقيم الحمامات، والكافيتريات ومقابض الأبواب الموجودة في الأماكن العامة بانتظام
- ضمان تزويد كافة الحمامات بالصابون وورق الحمام
- فتح النوافذ لضمان تهوية جيدة للمبنى

### هل يجب أن أبقى طفلي السليم في البيت لمنعه من الإصابة بالعدوى من المدرسة؟

لا حاجة لأن يفوت الأطفال الأصحاء المدرسة، لكن من يتطور عندهم المرض إلى حمى أو مرض تنفسي يجب إبقاؤهم في البيوت إلى أن تمضي مدة 24 ساعة على معافاتهم

### كيف ينتشر إنفلونزا اتش 1 ان 1؟

تنتشر الإنفلونزا بصورة رئيسية من خلال السعال أو العطس. كما قد تنتقل العدوى بين الناس بلمس سطح عليه فيروس، ومن ثم لمس أفواههم أو أنوفهم.

### كيف يمكنني أن أقي نفسي من إنفلونزا اتش 1 ان 1؟

إليك أفضل الطرق لتجنب العدوى من إنفلونزا اتش 1 ان 1 أو نشرها. ونفس هذه الاحتياطات من شأنها أن تحمي من الإصابة بالإنفلونزا الموسمية والعديد من أشكال العدوى التنفسية الأخرى.

- غطوا أفواهكم وأنوفكم عند العطس أو السعال – وشجعوا الآخرين على ذلك. استعملوا أكمامكم أو مناديل، وليس أيديكم المكشوفة.

- اغسلوا أيديكم بصورة متكررة بالصابون والماء، وخاصة بعد أن العطس أو السعال. منظفات اليد الكحولية فعالة أيضاً.
- حاولوا تجنب الاقتراب الشديد من الأشخاص المرضى.
- إذا مرضتم، فقللوا من الاتصال بالآخرين لتجنب نقل العدوى إليهم.

### كيف يمكنني أن أساعد أطفالي إذا ما شعروا بالخوف أو القلق؟

قد يعبر الأطفال عن مجموعة واسعة من ردود الأفعال تجاه التوتر النفسي بصور مختلفة وفقاً لأعمارهم. وغالبية ردود الأفعال هذه طبيعية وتزول خلال بضعة أسابيع. فمن الطبيعي البحث عن المعلومات خلال انتشار وباء أو حالة طارئة. لكن مشاهدة تقرير تلو آخر من شأنه أن يصيب الأطفال بالقلق. فينبغي على الآباء تقليل أوقات مشاهدة التلفاز والتحدث إلى الأطفال عن الأحداث التي تجري. لمزيد من المعلومات حول التحدث إلى طفلك عن إنفلونزا اتش 1 ان 1، زوروا الموقع الإلكتروني [www.cdc.gov/h1n1flu/talkingtokids.htm](http://www.cdc.gov/h1n1flu/talkingtokids.htm). ويمكن لكل من يشعر بالتوتر النفسي الشديد طلب المعلومات بالاتصال على الرقم 1-800-Lifenet، وهو خط ساخن للآزمات على مدار 24 ساعة وطوال أيام الأسبوع.

Updated May 22, 2009