

# المجلة الالكترونية كلية التمريض جامعة المنوفية

وكالة الكلية لشئون البيئة وخدمة المجتمع



العدد الثاني ديسمبر

٢٠٢٠

	داخل العدد
<p>كلمة سيادة وكيل الكلية للدراسات العليا والبحوث</p>	كلمة العدد
<p>المؤتمر الدولي السابع والافتراضي الأول لكلية التمريض جامعة المنوفية</p>	الاعلان
<ul style="list-style-type: none"> <li>• نصائح عملية للحفاظ على نظام غذائي صحي</li> <li>• ادارة الوقت</li> </ul>	موضوع العدد
<p>التوعية بشأن مضادات الميكروبات ٢٠٢٠</p>	معلومة طبية
<p>مشاركة كلية التمريض بصورة مشرفة في فعاليات المؤتمر الأول لقطاع خدمة المجتمع وتنمية البيئة "التوجهات المستقبلية للتعايش مع كورونا</p>	انشطة
<p>وثيقة أسبوع البيئة الثامن لجامعة المنوفية ٢٠٢٠ بروتوكول جديد لفرز وتعريف وتقييم شدة المرض في حالة الإصابة بفيروس كورونا</p>	اليوم العدد

## المجلة الالكترونية لوكالة الكلية لشئون البيئة وخدمة المجتمع

العدد الأول أكتوبر ٢٠٢٠



### كلمة العدد:

يعتبر دور كلية التمريض دور اساسى في تطوير مهنة التمريض من خلال تنمية جميع قطاعات الكلية لشئون الطلاب والدراسات العليا والبحوث وخدمة المجتمع. وفى إطار استيراتيجية الدولة ٢٠٣٠ فان كلية التمريض لا تقتصر رسالتها على الأنشطة العلمية فحسب وانما يشمل البحث العلمى لاحداث نهضة علمية وثقافية ويشمل أيضا خدمة المجتمع لاحداث ثورة مجتمعية وهذا يتحقق بالتعاون بين قطاعى التعليم والبحث العلمى الذان يخدمان المجتمع فى كافة مجالاته.

وانطلاقا بايماننا الراسخ بحتمية الارتقاء بمستوى البحث العلمى باعتباره قاطرة التنمية للنهوض بالمجتمع وتحقيق التنمية المستدامة كانت الكلية حريصة على عقد مؤتمر تنمية قدرات التمريض فى البحث العلمى والممارسات التمريضية الذى أقيم افتراضيا يومى ١٦ و١٧ نوفمبر ٢٠٢٠ وقد سجل المؤتمر ١١٤٢ مشترك من داخل وخارج جمهورية مصر العربية.

ا.د. منال السيد فرید

وكيل الكلية للدراسات العليا والبحوث

## الإعلان



Capacity Development of  
**NURSING**  
Research & Practice

جامعة المنوفية

Capacity Development of  
**NURSING**  
Research & Practice

**Capacity Development  
of Nursing Research and Practice**

7th International and 1st Virtual Scientific Nursing Conference

Under Patronage of

**Prof. Manal EL-Sayed Fareed**  
Vice Dean of Post graduate  
and Researches  
Conference Coordinator

**Prof. Inas Kassem Aly**  
Dean of Faculty of Nursing  
Conference President

**Prof. Ahmed Farag El Kassed**  
Vice President of Post graduate  
and Researches

**Prof. Adel El Said Mubarak**  
President of Menoufia University

WELCOME!

## نصائح عملية للحفاظ على نظام غذائي صحي

ا.م.د/ سميرة إبراهيم أبو العزم

أستاذ مساعد التمريض الباطني الجراحي

### الفواكه والخضروات

- إن تناول ما لا يقل عن ٤٠٠ جرام، من الفواكه والخضروات يومياً يقلل من خطر الأمراض غير السارية (٢) ويساعد على ضمان تناول كميات كافية من الألياف الغذائية يومياً.
- يمكن تحسين مدخول الفاكهة والخضروات عن طريق ما يلي:
- إدراج الخضروات دائماً في وجبات الطعام؛
  - تناول الفاكهة الطازجة والخضروات النيئة كوجبات خفيفة؛
  - تناول الفواكه والخضروات الطازجة الموجودة في الموسم؛
  - تناول مجموعة متنوعة من الفواكه والخضروات.

### الدهون

- إن تقليل النسبة الكلية لما يتم تناوله من الدهون إلى أقل من ٣٠٪ من إجمالي مدخول الطاقة يساعد على منع زيادة الوزن غير الصحية لدى البالغين كما ينحسر خطر الإصابة بالأمراض غير السارية من خلال ما يلي:
- تقليل نسبة الدهون المشبعة إلى أقل من ١٠٪ من إجمالي مدخول الطاقة؛
  - تقليل نسبة الدهون المتحوّلة إلى أقل من ١٪ من إجمالي مدخول الطاقة؛
  - الاستعاضة عن كلٍّ من الدهون المشبعة والدهون المتحوّلة بالدهون غير المشبعة خاصةً بالدهون غير المشبعة المتعددة.

ويمكن تقليل الدهون، وبالأخص الدهون المشبعة والدهون المتحوّلة المنتجة صناعياً، من خلال ما يلي:

- التسوية بالبخار أو السلق بدلاً من القلي عند الطهي؛
- الاستعاضة عن الزبد والدهون والسمن بالزيوت الغنية بالدهون غير المشبعة المتعددة، مثل زيوت فول الصويا والكانولا (اللفت) والذرة وزهور العصفور وعباد الشمس.
- تناول منتجات الألبان قليلة الدسم واللحوم الخالية من الدهون أو إزالة الدهون المرئية من اللحوم؛
- الحد من استهلاك الأطعمة المخبوزة والمقلية، والوجبات الخفيفة والأطعمة المعبأة مسبقاً (مثل المعجنات والكيك والفطائر والكعك والبسكويت والرقائق) التي تحتوي على دهون متحوّلة منتجة صناعياً.

## الملح والصوديوم والبوتاسيوم

يستهلك معظم الناس الكثير من الصوديوم من خلال الملح (ما يعادل استهلاك ما بين ٩-١٢ جراماً من الملح يومياً)، ولا يتناولون كمية كافية من البوتاسيوم (أقل من ٣,٥ جرامات). ويساهم ارتفاع مدخول الصوديوم وعدم كفاية مدخول البوتاسيوم في ارتفاع ضغط الدم ، مما يزيد بدوره من خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية

ويمكن أن يؤدي خفض مدخول الملح إلى المستوى الموصى به والذي يقل عن ٥ غرامات في اليوم إلى اتقاء حدوث ١,٧ مليون حالة وفاة كل عام (١٢).

ولا يدرك الناس غالباً كمية الملح التي يستهلكونها. وفي العديد من البلدان، يأتي معظم الملح من الأطعمة المصنّعة (مثل الوجبات الجاهزة؛ واللحوم المصنّعة مثل لحم الخنزير المقدّد والمحفوظ والسلامي؛ والجبن؛ والوجبات الخفيفة المالحة) أو من الأطعمة التي يكثر استهلاكها بكميات كبيرة (مثل الخبز). كما يُضاف الملح إلى الأطعمة أثناء الطهي (مثل المرق، ومكعبات البهريز، وصلصة الصويا وصلصة السمك) أو عند نقطة الاستهلاك (على سبيل المثال، ملح الطعام على المائدة).

ويمكن تقليل مدخول الملح من خلال ما يلي:

- الحدّ من كمية الملح والتوابل ذات المحتوى العالي من الصوديوم (مثل صلصة الصويا وصلصة السمك والمرق) عند الطهي وإعداد الأطعمة؛
- عدم وضع الملح أو الصلصات ذات المحتوى العالي من الصوديوم على المائدة؛
- الحدّ من استهلاك الوجبات الخفيفة المالحة؛
- اختيار منتجات ذات محتوى أقل من الصوديوم.

وتعتمد بعض الشركات المصنّعة للأغذية على إعادة صياغة الوصفات لتقليل محتوى الصوديوم في منتجاتها، وينبغي تشجيع الناس على التحقّق من ملصقات التغذية لمعرفة كمية الصوديوم الموجودة في المنتج قبل شرائه أو استهلاكه.

ويمكن أن يخفّف البوتاسيوم الآثار السلبية لارتفاع استهلاك الصوديوم على ضغط الدم. ويمكن زيادة مدخول البوتاسيوم عن طريق استهلاك الفواكه والخضروات الطازجة.

## السكريات

ينبغي خفض نسبة ما يتناوله البالغون والأطفال على حد سواء من السكريات الحرة إلى أقل من ١٠ % من إجمالي مدخول الطاقة. ومن شأن خفض النسبة إلى أقل من ٥% من إجمالي مدخول الطاقة أن يحقّق فوائد صحية إضافية.

ويزيد استهلاك السكريات الحرة إلى السمنة والبدانة. وتُظهر الأدلة الأخيرة أيضاً أن السكريات الحرة تؤثر على ضغط الدم والشحوم المصلية، وتشير إلى أن خفض مدخول السكريات الحرة يقلل من عوامل خطورة أمراض القلب والأوعية الدموية.

ويمكن تقليل مدخول السكريات من خلال ما يلي:

- الحدّ من استهلاك الأطعمة والمشروبات التي تحتوي على كميات كبيرة من السكريات، مثل الوجبات الخفيفة السكرية والحلويات والمشروبات المحلاة بالسكر (أي جميع أنواع المشروبات التي تحتوي على سكريات حرة - وتشمل هذه المشروبات الغازية أو غير الغازية، وعصائر ومشروبات الفاكهة أو الخضروات، والمركّزات السائلة وعلى شكل مسحوق، والمياه المنكهة، ومشروبات الطاقة والرياضة، والشاي الجاهز للشرب، والقهوة الجاهزة للشرب ومشروبات الحليب المنكهة)؛
- تناول الفواكه الطازجة والخضروات النيئة كوجبات خفيفة بدلاً من الوجبات الخفيفة السكرية.







## ادارة الوقت

د. لمياء حسنين عيطه

### استاذ التمريض النفسي والصحة النفسية المساعد

ديننا الإسلامي الحنيف جاء داعياً إلى كل خصال الخير ومنها الحث على الأمل والجدية واستثمار الوقت فالمطلع في كتاب الله العظيم يجد أن المولى تعالى أقسم بالوقت في فواتح عدد من سور القرآن الكريم ومن ذلك (و الفجر وليال عشر) ويدلّ قسم الله بالمخلوق على عظم شأن المقسم عليه. قال سيدنا عبد الله بن مسعود رضي الله عنه: إنني لأمقت الرجل أن أراه فارغاً ليس في شيء من عمل الدنيا ولا عمل الآخرة."

#### أهمية إدارة الوقت

أهم شيء في إدارة الوقت بشكل صحيح أن: تحدد الهدف منذ اللحظة الأولى تفكر بالنتائج الرائعة التي ستكسبها فيما لو فكرت بشكل صحيح في إدارة وقتك واستثماره بالشكل الأمثل. إنجاز الكثير من الأعمال في زمن قصير. حل العديد من المشاكل بجهد أقل. الاستقرار الإجتماعي والنفسي. المزيد من الاستقرار العاطفي. الشعور بالسعادة والقوة و التفاؤل

لتخلص من التراكمات السلبية التي تنهك طاقات الإنسان . التخلص من الحزن والقلق وبدأ حياة جديدة، لن تستطيع الكلمات وصفها، ولكن بمجرد أن تعيش هذه التجربة ستدرك روعة تنظيم الوقت وإدارته.

#### إدارة الوقت والسعادة

تقول الدراسات الحديثة أن الإنسان الذي يعرف كيف يستغل وقته في أعمال مفيدة ونافعة، يكون أكثر سعادة من أولئك الذين يضيعون أوقاتهم من دون فائدة، فالسعادة مرتبطة بما يقدمه المرء من أعمال نافعة، ابدأ بحفظ القرآن الكريم، عندها تبدأ رحلة السعادة مع كتاب الله تعالى، فالقرآن يعلمك كيف تستثمر وقتك بالكامل، فكل لحظة هناك عبادة أو ذكر أو صلة رحم أو عمل نافع أو علم نافع، فإذا أردت أن تحصل على السعادة فتعلم كيف تستثمر وقتك، ولا تترك حياتك ووقتك تبعاً للظروف المحيطة مثل قارب تتقاذفه الأمواج دون توجيه، فإن النتيجة ستكون الغرق. إدارة الوقت تساوي الرضا والنجاح

#### طبيعة الوقت

- الوقت أعلى ما يملك الإنسان

٢- الوقت مورد محدود .

٣- الوقت لا يمكن تعويضه .

٤- الوقت يمضي سريعاً .

٥- استغلال الوقت يزيد من قيمته .

#### لماذا إدارة الوقت ؟

١- لتنفيذ المهام الهامة ثم يتبقى لنا وقت للإبداع والتخطيط للمستقبل والاستجمام أيضاً .

٢- لتحديد الأولويات وإنجاز أهم الأعمال .

٣- للاستفادة من الوقت الضائع واستغلاله جيداً .

٤- للتغلب على الإجهاد والإحباط الذي يقلل من كفاءة العمل .  
و إدارة الوقت قضية ذاتية يجب أن تُناسب: ظروفك , طبيعتك ,  
إلى أي مدى تتحكم في وقتك ؟

صفر	١٠	٢٠	٣٠	٤٠	٥٠	٦٠	٧٠	٨٠	٩٠	١٠٠
أتحكم مطلقاً في وقتي										أتحكم كلية في وقتي

و اخيرا ,, ,, ,, تذكر دائماً

توقف عن أي مهمة غير ضرورية...  
ابحث عن أحد غيرك للقيام ببعض مهامك...  
قم بالمهمة بأكبر كفاءة ممكنة...  
أعد قائمة أعمالك اليومية المناسبة لك....  
فوض قدر ما تستطيع .. ليكون تفويضاً فعالاً....  
قم بتنظيم وتنظيف مكان عملك

## معلومة طبية

الأسبوع العالمي للتوعية بشأن مضادات الميكروبات ٢٠٢٠

د. حنان رمزي محطالله (أستاذة مساعد التمريض الباطني الجراحي)

تعامل بحرص مع مضادات الميكروبات

متحدون للحفاظ على مضادات الميكروبات

في كل عام، يصبو الأسبوع العالمي للتوعية بشأن مضادات الميكروبات إلى إنكاء الوعي بمخاطر مقاومة مضادات الميكروبات على الصعيد العالمي، والحث على تطبيق أفضل الممارسات في أوساط الجمهور عامةً والعاملين الصحيين من أجل وقف المزيد من ظهور وانتشار أشكال العدوى المقاومة للأدوية.



ومع تصاعد المقاومة التي تواجهها مجموعة متزايدة من الأدوية، قررنا توسيع نطاق هذه الحملة من التركيز على المضادات الحيوية وحدها لتشمل جميع أنواع المضادات الميكروبات. وشعار الأسبوع العالمي للتوعية بشأن مضادات الميكروبات لعام ٢٠٢٠، لقطاع الصحة العامة هو **"متحدون للحفاظ على مضادات الميكروبات"**.



#### ما المقصود بمقاومة مضادات الميكروبات؟

تحدث مقاومة مضادات الميكروبات عندما تكتسب البكتيريا والفيروسات والفطريات والطفيليات مقاومةً لتأثير الأدوية، مما يزيد من صعوبة معالجة الأنواع الشائعة من العدوى ويؤدي إلى تفاقم مخاطر انتشار الأمراض.

وهناك عوامل عديدة أدت إلى تفاقم خطر مقاومة مضادات الميكروبات حول العالم، من بينها الإفراط في استخدام الأدوية وإساءة استخدامها لدى الإنسان وفي قطاعي الماشية والزراعة، فضلاً عن الانتقال إلى المياه النظيفة ووسائل الإصحاح والنظافة.

#### ما سبب زيادة مقاومة مضادات الميكروبات؟

- إساءة استخدام مضادات الميكروبات والإفراط في استخدامها لدى الإنسان والحيوان والنبات - تعدّ إساءة استخدام مضادات الميكروبات والإفراط في استخدامها لدى البشر والحيوانات والنباتات الدافع الرئيسي لتطور

حالات العدوى المقاومة للأدوية. ومن العوامل المساهمة كذلك تدرج ممارسات وصف الأدوية الطبية وعدم التزام المرضى بالمقررات العلاجية. فالمضادات الحيوية، على سبيل المثال، تقتل البكتيريا ولكن لا سلطان لها على الفيروسات التي تسبب عدوى الزكام والأنفلونزا مثلاً. وكثيراً ما توصف هذه المضادات خطأً لمعالجة هذه الأمراض، أو تؤخذ من دون إشراف طبي ملائم. كما يشيع استخدام المضادات الحيوية بصورة مفرطة كذلك في قطاعي حيوانات المزارع والزراعة.

- الافتقار إلى المياه النظيفة ولوازم الإصحاح والنظافة للبشر والحيوانات على السواء – يؤدي الافتقار إلى المياه النظيفة ووسائل الصرف الصحي في مرافق الرعاية الصحية والمزارع والأوساط المجتمعية،
- وعدم كفاية تدابير الوقاية من العدوى ومكافحتها، إلى تعزيز ظهور وانتشار أشكال العدوى المقاومة للأدوية.
- **كوفيد-١٩** – قد تقضي إساءة استخدام المضادات الحيوية أثناء جائحة كوفيد-١٩ إلى التعجيل بظهور وتفشي مقاومة مضادات الميكروبات. فمرض كوفيد-١٩ يسببه فيروس لا بكتيريا، وبالتالي ينبغي ألا تُستخدم المضادات الحيوية للوقاية من عدواه الفيروسية أو معالجتها، إلا إذا تزامنت مع عدوى بكتيرية .





## أنشطة:

### المؤتمر الدولي السابع و الافتراضي الأول لكلية التمريض جامعة المنوفية

افتتح الدكتور أحمد القاصد، نائب رئيس جامعة المنوفية لشئون الدراسات العليا والبحوث، فعاليات المؤتمر الدولي السابع لكلية التمريض، وسط إجراءات احترازية مشددة وبحضور الدكتورة إيناس قاسم عميدة كلية التمريض، وعدد من أعضاء هيئة التدريس بكليات التمريض والطب ومعهد الكبد، بالإضافة إلى متابعة المؤتمر من قبل عدد كبير من الباحثين وأعضاء هيئة التدريس بكليات التمريض بمصر والدول العربية.

يناقش المؤتمر، تنمية قدرات التمريض في البحث العلمي والممارسات التمريضية، لمدة يومين.

قال القاصد إن المؤتمر يهدف لمناقشة للعديد من الأبحاث الهامة في مجال تنمية قدرات التمريض في البحث العلمي والممارسات التمريضية للنهوض بالخدمة الصحية، مشيداً بتخصيص المؤتمر، جلسة علمية كاملة حول تداعيات فيروس كورونا وسبل الوقاية والعلاج والاحتاطيات اللازمة لسلامة الفرق الطبية والتمريض وأكد نائب رئيس الجامعة للدراسات العليا، على أن المؤتمر يعد فرصة لنقل وتبادل الخبرات.

وقد أعلنت عميد الكلية ا.د إيناس قاسم ان المؤتمر قد أوصي بضرورة إستمرار تدريب و تعليم التمريض في المستشفيات الجامعية و الحكومية طبقا لآخر معايير الهيئة القومية لجودة التعليم و الاعتماد ليكون مهارات مبنية علي الكفايات.

وعمل توأمة بين كلا من كلية التمريض وكلية الطب و مستشفى الجامعة لبناء قادة متخصصة في المهارات الإكلينيكية لإنشاء برامج مشتركة. وعمل دورات تدريبية مكثفة علي كيفية تطبيق الإجراءات الاحترازية خصوصا في العناية المركزة و داخل حجرات العمليات. ووضع رؤي مستقبلية لتحفيز طاقم التمريض لاستكمال الدراسات العليا (ماجستير- دكتوراه) لتطوير المهارات



باستخدام التكنولوجيا الحديثة. مع استمرار تدريب الطلاب بطريقة الكفايات. والالتزام بأخلاقيات البحث العلمي من خلال لجان متخصصة ومعاقبة من يخالف. كما اوصي بضرورة حماية الأطفال جسديا و نفسيا أثناء جائحه كورونا. وضرورة التثقيف الصحي و التدريب الاكلينيكي لذوي الاحتياجات الخاصة لكل الأعمار



تمريض المنوفية تكرم الطلاب المتميزين وتعلن توصيات المؤتمر الدولي السابع  
والافتراضي الأول للكلية

## وثيقة أسبوع البيئة الثامن لجامعة المنوفية ٢٠٢٠

تمريض جامعة المنوفية

### وثيقة إسبوع البيئة الثامن لجامعة المنوفية ٢٠٢٠

#### الحفاة على البيئة ..مسئولية مجتمعية



- اهتم بزراعة الأشجار والنباتات.
- حافظ على النباتات والأشجار، فحياتها شريان لحياتنا.
- لا تهدر المياه، فهي سر الحياة.
- لا تلوث النهر، ولا تلقي بمخلفاتك في الشارع.
- احرص على تصليح أدواتك بدلًا من التخلص منها.
- احرص على اختيار المنتجات صديقة البيئة.
- قلل من استخدام العبوات البلاستيكية.
- العبوات الزجاجية أكثر أمنًا لصحتك وبيئتك.
- افصل الأجهزة الكهربائية عن التيار الكهربائي إن لم تكن تستخدمها.
- استخدم الأكياس الورقية والقماشية القابلة لإعادة الاستخدام.
- استخدم الأكواب الزجاجية بدلًا من الورقية.
- استخدم المصابيح الكهربائية الموفرة للطاقة.
- احرص على التبرع بملابسك وأدواتك الصالحة للاستخدام.
- النظافة سلوك حضاري، فلا تترك مكانك إلا نظيفًا.
- احرص على إضفاء لمسة جمالية على المكان الذي تتواجد فيه.
- تحدث بصوت معتدل، فعلو الصوت سلوك غير حضاري.
- مارس سلوكك بحرية، ولكن دون أن تعتدي على حرية الآخرين.
- حافظ على نظافتك الشخصية، فهي السبيل إلى صحة جيدة.
- وقّر الكبير، وترقّق بالصغير والضعيف.
- احترم من هم مثلك، وادعم من هم دونك.
- برّ والدك، وصل رحمك.
- لا تكن شتاقًا ولا بذيتًا ولا نمامًا.
- كن وسطيًا ولا تبالغ فيما تعتقد، فالتطرف سلوك غير حضاري.
- احفظ لغيرك حقه في الاختلاف.

في الفترة من ٨-١١ نوفمبر



## بروتوكول جديد لفرز وتعريف وتقييم شدة المرض في حالة الإصابة بفيروس كورونا

### الحالة المشتبه

<p>(ب) مريض محجوز بأمراض تنفسية حادة شديدة (SARI) يعاني من ارتفاع في درجة الحرارة <math>\geq 38</math> وكحة مع عدم وجود أسباب أخرى خلال العشرة أيام الأخيرة من تاريخ ظهور الأعراض [</p>	(أ)		
	<p>أعراض إكلينيكية وبائية:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ارتفاع مفاجئ في درجة الحرارة وكحة أو</li><li>• <math>\leq</math> ثلاثة من التالي: ارتفاع في درجة الحرارة - كحة - احتقان بالحلق - زكام - ضعف عام - وارهاق - صداع - وهن العضلات - صعوبة بالتنفس - غثيان - تقيح - اسهال - تغير في درجة الوعي</li></ul> <p>مع أحد الظروف الآتية خلال 14 يوم من بداية الأعراض</p> <table border="1"><tr><td>الإقامة أو السفر لمناطق ذو معدل انتقال عالي</td><td>العمل في المنشآت الصحية</td><td>الإقامة أو العمل في مكان ذو خطر انتقال عالي للعدوى (الاماكن المغلقة)</td></tr></table>	الإقامة أو السفر لمناطق ذو معدل انتقال عالي	العمل في المنشآت الصحية
الإقامة أو السفر لمناطق ذو معدل انتقال عالي	العمل في المنشآت الصحية	الإقامة أو العمل في مكان ذو خطر انتقال عالي للعدوى (الاماكن المغلقة)	

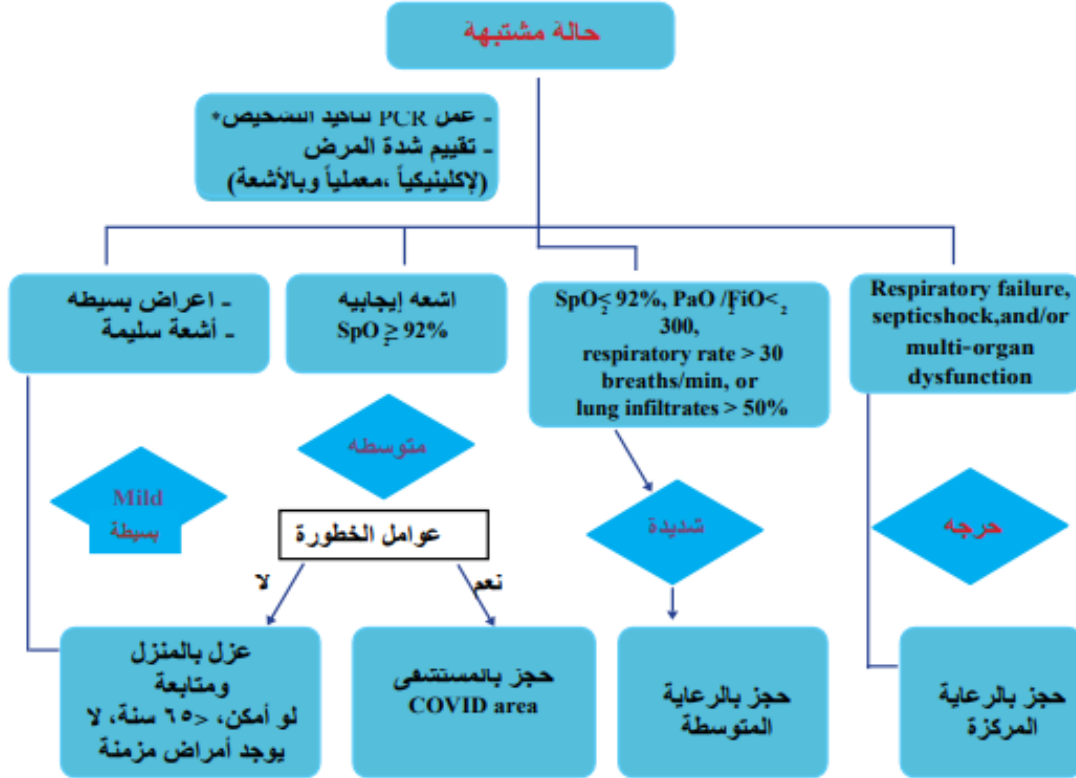
### الحالة المحتملة

<p>مريض ينطبق عليه الأعراض الإكلينيكية و مخالط لحالة محتملة أو مؤكده أو حالة مشتبهه مع أشعة على الصدر بها علامات إصابة بفيروس كورونا المستجد أو فقدان حاسة الشم أو التذوق مع عدم وجود أى سبب أخر لذلك أو وفاه غير معلومة السبب لمريض بمرض تنفسي كان مخالط لحالة محتملة أو مؤكدة أو ذات ارتباط وبائي بفيروس كورونا المستجد</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### حالة مؤكدة

<p>هي حالة مشتبهه أو محتملة تم تأكيد إصابتها معمليا بالـ PCR بعدوى فيروس كورونا المستجد ب كوفيد- 19 (COVID-19)</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



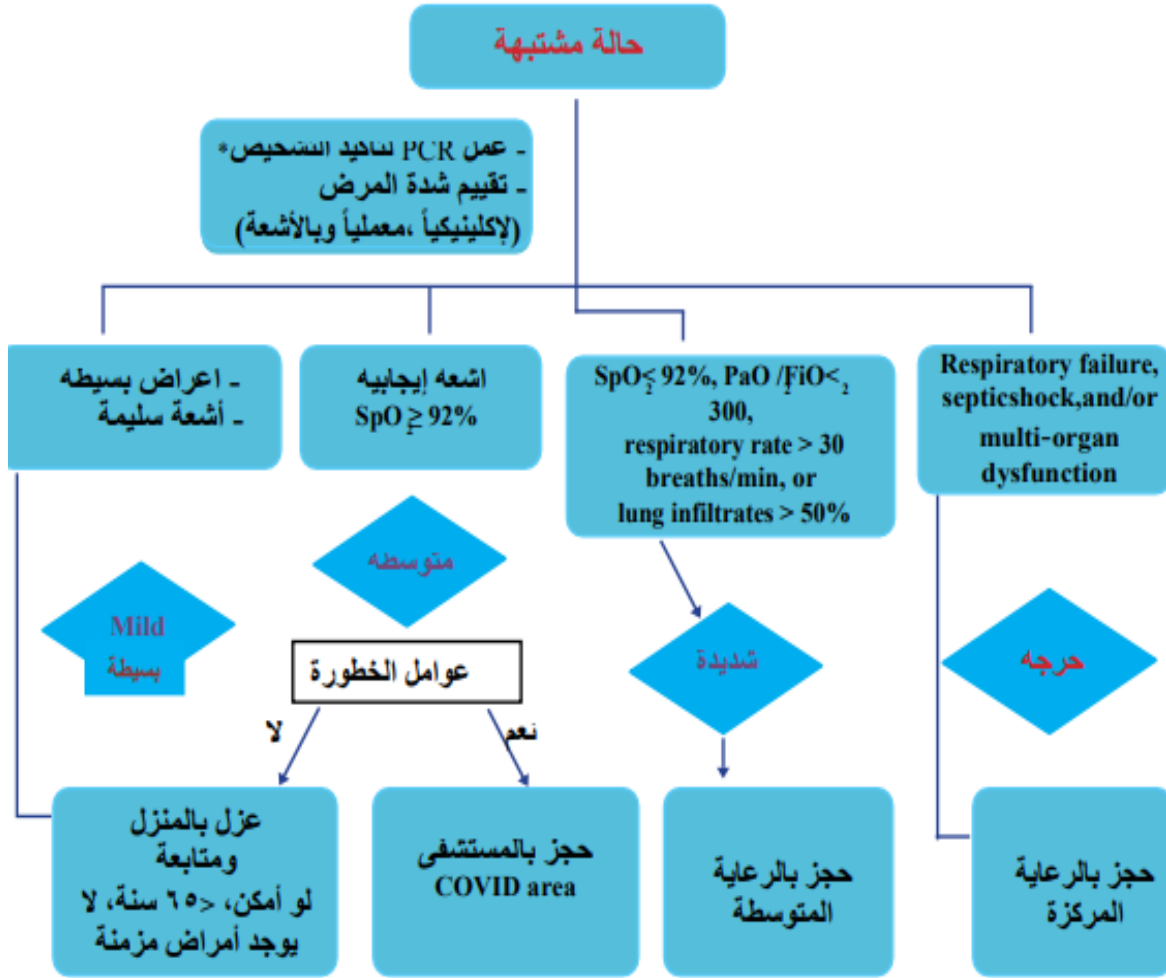


في المرضى المصابين بأمراض خطيرة وحادة ، إذا كان PCR سلبي أول مرة ، يكرر خلال ٤٨ ساعة ، فيتم اعتبار الحالة السلبية بعد تحليلين سلبيين على التوالي من عينات الجهاز التنفسي التي تم اختبارها على بعد يوم واحد على الأقل.

ملحوظة: يجب أن يتلقى المريض غير المستقر الذي لا يستوفي المعايير المشتبه بها العلاج الإسعافي الأول في منطقة غير COVID قبل الإحالة إلى المستشفى العام بالإضافة إلى عوامل الخطر التي تشمل الشيخوخة > ٦٠ عامًا ، الأمراض المزمنة مثل ارتفاع ضغط الدم ، DM ، ... أو اجتماعي غير قابل للعزل المنزلي

كل الأشخاص المشتبهة أو المحتمل أو المؤكد إصابتهم بـ كوفيد-١٩ لابد أن يتم عزلهم في الحال لمنع الفيروس من الانتشار.

## تقييم شدة المرض



في المرضى المصابين بأمراض خطيرة وحادة ، إذا كان PCR سلبي أول مرة ، يكرر خلال ٤٨ ساعة ، فيتم اعتبار الحالة السلبية بعد تحليلين سلبيين على التواليمتتاليين من عينات الجهاز التنفسي التي تم اختبارها



### فزورة العدد:

ما هي الكلمة الوحيدة التي تلفظ غلط دائماً؟ (العدد السابق)

للاسف لم يتوصل احد للإجابة الصحيحة

حديثاً: ما هي الكلمة التي يبطل معناها إذا نطقنا بها؟

ترسل الإجابات على اميل المجلة وسوف يتم الإعلان عن

أصحاب الإجابة الصحيحة في العدد التالي

مسؤل العدد: د.حنان رمزى عطاالله

أستاذ مساعد التمريض الباطنى الجراحى

المحاضر : فريق عمل لجنة شئون البيئة وخدمة المجتمع

تحية اشرفان: ا.د/امال السيد شعامة

وكيل الكلية لشئون البيئة وخدمة المجتمع