

# أنفلونزا الطيور

## المخاطر في بيئة العمل



## الأنواع المختلفة لأنفلونزا الطيور

### الأنفلونزا النمطية، الموسمية التي تصيب العنصر البشري

كل عام هناك وباء أنفلونزا نتيجة للنوع البشري من فيروس الأنفلونزا الذي هو من نوع Orthomyxovirus. ويتأثر عدد كبير نسبيا من الناس بهذا الوباء وتختلف حدته طبقا لتحول الفيروس وسرعته ومدى تأثيره ومستويات المناعة في المتضررين. وهذا النوع يمكن منع الإصابة به عن طريق التطعيم ضد الأنفلونزا النمطية الموسمية

موبينيل

## أنفلونزا الطيور

وهو نوع من الأمراض الحيوانية والتي تصيب الطيور الداجنه في المقام الأول ، وهي تدمر بالأخص مزارع الديوك و الدواجن عن طريق التلوث الناتج عن الاختلاط بغيرها من الطيور البرية أو الحيوانات الأخرى (الخنائير أو الثدييات) ومع ذلك فإن منظمة الصحة العالمية (WHO) قد أبلغت عن حالات محددة انتقل فيها فيروس أنفلونزا الطيور للإنسان عن طريق إفرازات الجهاز التنفسي للحيوانات المصابة أو عن طريق ريش الطيور الغير نظيف والغبار. والأشخاص الذين لهم صلة طويلة ومتكررة مع الحيوانات المصابة هم فقط المعرضون للتلوث بفيروس أنفلونزا الطيور A(HoN1n) . وحتى الآن فإن المصابون بهذا الفيروس يعيشون في آسيا والشرق الأوسط ولا يمكن أن ينتقل الفيروس من شخص لأخر (أي لا يمكن انتقال العدوي بين البشر وبعضهم). وهناك بعض الحالات التي تصيب الحيوانات تم اكتشافها في أوروبا

## الأنفلونزا الوبائية

مع انتقال عدوى أنفلونزا الطيور للبشر في الظروف التي سبق ذكرها ومع احتمال انتقال العدوى لشخص مصاب بالأنفلونزا النمطية ، الموسمية التي تصيب العنصر البشري فإن هناك إمكانية حدوث تغيير أساسي من خلال تبادل فيما بين هذين الفيروسين.

وفي هذه الحالة سنواجه فيروس يمكن أن يصيب البشر ممثلا بذلك خطر كبير لانتقال العدوى ولا يوجد بيننا من هو محصن منه. وطبقا لتصنيف منظمة الصحة العالمية (6 مستويات) فإن الحالة الوبائية تصل الآن الى المستوى الثالث على مستوى العالم ومازال هناك عاملان غير معروفان.

## متى سيحدث؟ وكيف؟

درجة الخطورة غير معروف كما انه يتوقف على «تغيير الحجم» للطفرة والتقدم الطبي لمكافحته.

وقد أعدت الحكومات والشركات خطط عمل لمكافحة هذه المخاطر بالتعاون مع السلطات الصحية الوطنية

## مخاطر أنفلونزا الطيور في بيئة العمل

### في حالة السفر إلى مناطق مصابة بأنفلونزا الطيور يجب اتخاذ الاحتياطات الآتية:

- غسل الأيدي جيدا بالماء والصابون أو مطهر.
- يجب أن يكون الطعام كامل النضج و أن تكون المشروبات في عبوات محكمة الغلق.
- تجنب الاقتراب من الطيور الحية أو النافقة أو من مخلفاتها خاصة في مناطق مثل أسواق الطيور، مزارع الطيور و المصانع.
- تجنب ملامسة الأسطح التي عليها مخلفات الطيور و الحيوانات.

لا ينصح أكل منتجات الدواجن و البيض الغير كاملة الطهي وينصح باستخدام الدواجن الجاهزة التهيئة للطبخ.

الالتزام بتوصيات السلطات المحلية و بتوصيات المنظمات الصحية العالمية.

## إذا كنت عائدا من دولة مصابة بأنفلونزا الطيور

- في حالة التعامل مع أشخاص حاملين للمرض أو أشخاص يعيشون في مناطق مصابة بطيور نافقة و شعرت بأعراض الأنفلونزا (حمى، آلام في المفاصل و العضلات، صعوبة في التنفس، سعال..الخ) في خلال عشرة أيام يجب التوجه إلى الطبيب فورا وإعلامه أنك عائد من دولة مصابة بأنفلونزا الطيور.
- أما إذا ظهرت هذه الأعراض أثناء رحلتك وأنت عائد، يجب إبلاغ أحد أفراد الطاقم لضمان تواجد المساعدة الطبية المناسبة و المطلوبة عند الوصول.

## القواعد العامة للنظافة الشخصية

اغسل يدك جيدا باستخدام (مياه نظيفة جارية + محلول كحولي مخفف ، صابون مطهر + مناشف ورقية) بعد التعامل مع أي شخص قد يكون حامل للمرض، قبل الأكل ، أثناء الاستراحات في و نهاية يوم العمل.

## تعقيم الأيدي

- في حالة الجروح: غسل اليد جيدا بماء و مطهر ، شطف و تطهير ، وضع ضمادة لاصقة مقاومة للماء مكان الجرح.
- في حالة تعرض العين لأي شوائب: يجب غسل العين جيدا.
- لا تأكل أو تشرب أو تدخن في مكان العمل.

## في حالة السعال ، العطس ، التمخط و البصق

ينتقل فيروس الأنفلونزا عن طريق الهواء خاصاً من خلال التنفس . فمن المهم الالتزام بالقواعد الأساسية للعادات الصحية بقواعد التنفس.

- عند السعال يجب تغطية الفم ثم غسل اليدين
- عند العطس يجب تغطية الأنف ثم غسل اليدين.
- استخدام مناديل ورقية و ألقائها في صندوق قمامة مزود بغطاء ثم غسل اليدين جيدا.
- عند التمخط يجب تغطية الفم ثم غسل اليدين.
- يجب البصق في منديل ورقي ، وإلقائه في صندوق قمامة مزود بغطاء ثم غسل اليدين.

## كيف تغسل اليدين جيدا

- أسكب الماء و الصابون السائل علي اليدين.
- ضع الرغوة علي اليدين لمدة ٣٠ ثانية ثم اتبع الخطوات الآتية:



إدعك اليدين معا



ضع راحة اليد اليمنى اعلي ظهر اليد اليسرى و ابدء بغسل اليدين و يكرر المثل في اليد الأخرى



غسل راحة اليدين مع التخلل بين الأصابع



شيك الاصبع معا ثم إبدأ بغسل ظهر الاصبع في بطن اليد الأخرى



غسل الإبهام باليد اليمنى بحركة دائرية بطن اليد اليسرى و يكرر المثل في اليد الأخرى



غسل أطراف الأصابع متخية في كف اليد الأخرى بحركة دائرية

- أغسل اليدين بالماء لتتخلل الأصابع و حتى المعصم.
- نشف اليد و المعصم جيدا بمناشف ورقية استخدام المناشف الورقية في قفل الصنبور حيث يجب عدم لمسها.

## متي يجب غسل اليدين

- بعد السعال، العطس، قبل و بعد الأكل، بعد استخدام الحمام
- بعد استخدام المواصلات العامة ، عند الوصول لمقر العمل ، عند الوصول للمنزل