



الجمهورية التونسية
وزارة الصحة

تساؤلات للمريض

إدارة جودة العلاج وسلامة المرضى

فيروس كورونا: سؤال وجواب

نوفمبر 2020



INEAS
الهيئة الوطنية للتقييم والاعتماد في المجال الصحي
Instance Nationale de l'Evaluation
& de l'Accréditation en Santé

كوفيد 19: سؤال وجواب

1. مواطن خايف لتجيه كوفيد كيف عدو حد من عايلتو مرض ولا مات بالكوفيد

س: وقتاش الإنسان يتعدى بالكوفيد؟

ج: الواحد ينجم يتعدا إذا كان قعد مع إنسان مريض أكثر من 15 دقيقة في مكان مغلق وإلا في مكان فيه زحمة من غير ماسك (سوق، مغازات كبرى، التجمّعات في المناسبات العائليه، قهوة، مكتب في العمل، قاعة اجتماعات..)

س: أنا خايف لانموت؟

ج: بصفة عامة كوفيد ماهوش مخطر في 80 % إلاّ عند بعض الفئات (كبار السن، المصابين بأمراض مزمنة...)

س: يلزمني نعزل روعي في الدار؟

ج: نعم إذا كان تعيش مع شخص مصاب في نفس الدار وإلاّ خالطت عن قرب أعباد مرضى.

س: نجم نواصل نخدم على روعي وأنا خالطت إنسان مريض؟

ج: أعلم عرفك هو يقلك شنوه تعمل وإلا يكملك طبيب الشغل.

س: وقداش نقعد باش نظمان على روعي؟

ج: على الأقل 8 أيام وتتجم تتأكد بعد أسبوعين.

س: زعمه نعدى عايلتي إذا خالطت إنسان مريض؟

ج: ما تعدي الآخرين إلاّ كي تكون تعديت بالفيروس وما احترمتش وسائل الوقايه ألي هي حمل الكمامه والتباعد الجسدي وغسل اليدين بالماء والصابون برشه مرات في النهار.

س: يلزمنيش نعمل التحليل؟

ج: موش بالضرورة.

س: نحس روعي متقلق في النفس؟

ج: اتصل بطبيبك.

س: قراجمي توجع فيا؟

ج: اتصل بطبيبك.

س: كرشي توجع فيا؟

ج: اتصل بطبيبك.

س: قلبي يضرب بالقوي؟

ج: اتصل بطبيبك.

س: خايف ماعادش نجم نخرج من الدار؟

ج: الإحتياط واجب. أما الخوف برشة يضرك. باش تنظمان أحكي مع طبيبك.

س: معادش نرقد كيف العادة والنوم طير عليا ونفيق برشة في الليل؟

ج: ابعده على القهوة والتاي والدخان والسهرية إذا ماتحسننتش اتصل بطبيبك.

س: نحس في غصة خانتني إيش نعمل؟

ج: أغلبية الوقت الغصة جاية من الخوف. اتصل بطبيبك يداويهالك.

2. مواطن شادد صحيح بفكرة إللي لازموا يعمل التحليل:

س: وين نجم نعمل التحليل؟

ج: التحليل مايكون كان بوصفة طبية. التحليل يعاون الطبيب باش يفهم حالتك ويداويك.

س: لازم نعملو التحليل العايلة الكل؟

ج: التحليل مايكون كان بوصفة طبية. الطبيب هو إللي يقرر.

س: كيفاش نعمل التحليل بلاش؟

ج: التحليل مايكون بلاش كان في إطار البحوث التي تقوم بها وزارة الصحة عند التقصي والمتابعة لإنتشار الفيروس.

س: إيش نعمل إذا الإدارة الجهوية وقاعة العمليات بوزارة الصحة و SAMU ماجوبونيش؟

ج: إتصل بالطبيب إللي مستانس بيه.

س: فماشى تحليل سريع؟

ج: نعم موجود تحليل يعطي نتيجة فيسع يستعملوه كان الطببة وبالتالي ما يكون كان بوصفة طبية.

س: نحب نعرف روجي عنديش مناعة ضد الكورونا؟ ومرضتشي بيها قبل؟

ج: إللي تطلب فيه ممكن علميا. وما يكون كان بوصفة طبية على الأقل جمعيتين بعد ظهور الأعراض.

س: شمعتها تحليل إيجابي وتحليل سلبي؟

ج: تحليل إيجابي معمول بعد إختلاط مع إنسان مريض يعني إتك حامل للفيروس.

تحليل إيجابي معمول بعد 10 أيام من ظهور الأعراض لا يعني إتك مازالت حامل للفيروس.

تحليل سلبي معمول حسب الطرق العلمية يعني إتك ما كاش حامل للفيروس.

س: إذا تحليلي سلبي كيفاش نتأكد إللي أنا مانيش حامل للفيروس؟ يلزمنيش نعاود التحليل؟

ج: التحليل معمول الأيام الأولى بعد الإختلاط مع إنسان مريض وإللي موش معمول على قاعدة ينجم

ما يضرش الفيروس. الأحسن نوخرو بالتحليل على الأقل 5 أيام بعد الإختلاط مع إنسان مريض. وإذا

ظهرت عليك أعراض قبل إتصل بطبيبك.

س: كيفاش نتأكد إللي تحليلي بالمجد سلبي؟
ج: طبيبك هو الوحيد إللي ينجم يجاوبك على السؤال.

3. مواطن عندو علامات:

س: كيفاش نفرق ما بين القريب والكورونا؟

ج: القريب تجي في الشتا من علاماتها سخانة قوية وجيعة في الرأس الخشم مسدود ويقطر وكحة بالبلغم. والكورونا تعطي كحة شايحة والخشم مسرح وتنجم تولي معادش تشم ولا تتذوق.

س: كيفاش نفرق بين البرودة والكورونا؟

ج: البرودة تعطي وجيعة في القراجم والخشم يبدأ مسدود ويجري برشة وبنادم يعطس برشة. والكورونا تعطي كحة شايحة والخشم مسرح وتنجم تولي معادش تشم ولا تتذوق.

س: كيفاش نفرق بين الفدة والكورونا؟

ج: مريض الفدة عادة معروف ويتبع عند الطبيب. والكريز متاعو مستانس بيها. كيف تتحير عليه صدرو يولي يزفر.

والكورونا تعطي كحة شايحة والخشم مسرح وتنجم تولي معادش تشم ولا تتذوق.

س: كيفاش نفرق بين الهواء على جنابي والكورزنا؟ كيفاش نفرق بين البُنطاطا والكورونا؟

ج: الهواء على الجناب والبُنطاطا تعطي سخانة قوية وجيعة في الأجناب وكحة وبلغم لونو متبدل وهي ناتجة عادة على جرثومة تداوا عند الطبيب.

والكورونا تعطي كحة شايحة والخشم مسرح وتنجم تولي معادش تشم ولا تتذوق.

س: كيفاش نفرق بين السينوزيت والكورونا؟

ج: مريض السينوزيت عادة معروف ويتبع عند الطبيب وجيعة راس في جبينو تقوى كيف يطبس راسو. خشمو يبدأ مسدود وفيه مخاط خضراء ومرات يعمل السخانة والكورونا تعطي كحة شايحة والخشم مسرح وتنجم تولي معادش تشم ولا تتذوق.

س: في الحالات هاذي الكل إش نعمل؟

ج: تنجم تكون مريض بالكوفيد. اتصل بالطبيب في مركز الصحة الأساسية (المستوصف) ولى امشي لطبيب خاص باش يعدي عليك و يثبت وأعزل روحك ملي دايرين بيك باش تحميهم.

س: يلزمني شي نوقف الدواء إللي مستانس ناخذ فيه؟

ج: ماتوقفش على دواك من غير ما تشاور طبيبك

س: مانشمش ومانتذوقش زعمة عندي كوفيد إش يلزمني نعمل؟

ج: إحتمال كبير عندك كوفيد وما ينجم يأكدلك كان طبيبك أعزل روحك على بقية العائلة حتى تشاور طبيبك

س: عندي وجيعة في الراس وفشلة إيش يلزمني نعمل؟

ج: كلم طبيبك باش يشخص الحالة ويعطيك الدواء اللازم

س: عندي سخانة إيش يلزمني نعمل؟

ج: السخانة موش معناها عندك كوفيد إتصل بالطبيب في مركز الصحة الأساسية (المستوصف) ولى امشي لطبيب خاص باش يشخصك الحالة ويعطيك الدواء اللازم

س: جوفي تجري إيش يلزمني نعمل؟

ج: جريان الجوف موش معناها عندك كوفيد إتصل بالطبيب في مركز الصحة الأساسية (المستوصف) ولى امشي لطبيب خاص باش يشخصك الحالة ويعطيك الدواء اللازم

س: عندي كحة إيش لازمني نعمل؟

ج: الكحة موش معناها عندك كوفيد ما تخوش دواء من راسك وإتصل بالطبيب في مركز الصحة الأساسية (المستوصف) ولى امشي لطبيب خاص باش يشخصك الحالة ويعطيك الدواء اللازم.

س: عندي صعوبة في التنفس إيش يلزمني نعمل؟

ج: أولا علامات صعوبة التنفس هي وقت ماتشدك اللهته كي تعمل أي مجهود و إلا ما تنجش تكمل جملة كي تتكلم و إلا حتى و أنت مرتاح. وقتها امشي لأقرب استعجالي (عمومي او خاص).

س: عندي دوخة وفشلة إيش يلزمني نعمل؟

ج: ماتخافش وكلم طبيبك في التليفون وإذا ماتحصلتش عليه حاول تطلب الساميو وإلا الحماية المدنية وإذا ماجاوبوكش أقاربك يهزوك لأقرب إستعجالي.

4. مواطن عندو قريبو عندو كوفيد ويحس إالى حالتو مخرطة إيش يعمل؟

واحد من العائلة طبيبو شخصلو كوفيد وقالو خوذ الدواء واقعد في الدار، قريبو لاحظ إالى سخانة طولت أكثر من ثلاثة أيام. أقل مجهود يقوم بيه يتعب مينجش يتكلم ديما راقد وبولتو غامقة.

في الحالة هادي يلزم يعاودو يكلموا طبيبو ويعلموه إالى حالتو تعكرت وإذا ماتحصلتش عليه حاول تطلب الساميو 190 وإلا الحماية المدنية 198 وإذا ماجاوبوكش أقاربك يهزوك لأقرب إستعجالي.

5. كيفاش نردو بالننا من الأفكار المسبقة والمغلوطة ومن الإشاعات؟

خوذ المعلومة الصحيحة من عند أهل الإختصاص. إالى مكتوب في الفايسبوك موش ديما صحيح. الدواء إالى مكتوب لمريض شخصي وما ينجش يا خذو مريض آخر. الدواء عندو مضرة ومنفعة والطبيب مايكتبو كان كيف منفعته كبيرة. والمالكة المتوازنة توفرلنا حاجياتنا الكل.

6. شنوما الحاجات التي تحميني من الكورونا؟

كيما قلنالكم ملي بدات الكورونا: أغسل يديك برشة مرات في النهار، ماتمشس وجهك كيف يديك مسخة، إلبس الكمامة وقت تخرج من دارك وإلا كي تبدا في دارك وعندك شكون مريض، هوي دارك وخدمتك وخلي مسافة زوز ميترو بينك وبين غيرك وماتخوش دواء من راسك.

7. كيفاش نتبع مريض في عايلتي خرج من سبيطار وإلا مصحة:

واحد من العائلة طبيبو شخصلو كوفيد وقالو خوذ الدواء واقعد في الدار، قريبو لاحظ إللي سخانة طولت أكثر من ثلاثة أيام. أقل مجهود يقوم بيه يتعب مينجمش يتكلم ديما راقد وبولتو غامقة.

في الحالة هادي يلزم يعاودو يكلموا طبيبو ويعلموه إللي حالتو تعكرت وإذا مااتحصلتش عليه حاول تطلب الساميو 190 وإلا الحماية المدنية 198 وإذا ماجاوبوكش أقاربك يهزوك لأقرب إستعجالي.

8. وين نتحصل على المعلومة الصحيحة

خوذ المعلومة الصحيحة من عند أهل الإختصاص و م المواقع الرسمية الموثوقه كيما:

- رئاسة الحكومة:

<https://covid-19.tn>

- وزارة الصحة

<http://www.santetunisie.rns.tn>

<https://www.facebook.com/santetunisie.rns.tn>