يوميات كورونا 6

يناير 2021

في نشرة هذا الأسبوع، قمنا بتسليط الضوء على مجموعة متنوعة من الشائعات، مثل تناول الفلفل كعلاج، وجود سلالة رابع من كوفيد-19 في السودان، وعدم ظهور أعراض مع فحص كورونا إيجابي، ويمكن للكمامات المستوردة أن تسبب عدوى كوفيد-19.

تهدف هذه المجموعة من جمع أراء المجتمع إلى معالجة الأسئلة والمفاهيم الخاطئة والشائعة حول كوفيد-19 الموجودة في جميع أنحاء السودان. ونهدف إلى مساعدة المتطوعين والموظفين الميدانيين وقادة المجتمع على تقديم اجوبة مبنية على الحقائق تستجيب لأسئلة واهتمامات مجتمعاتهم.

Internews

يهدف مشروع rooted in trust في السودان إلى معالجة المعلومات المضللة عن فيروس كوفيد-19. تستند هذه النشرة إلى تحليل 528 شائعة تم جمعها باللغة العربية بين 18 ديسمبر 2020 و 12 يناير 2021 من وسائل التواصل الاجتماعي، من facebook و twitter و whatsapp و instagram.

وضع فيروس كورونا في السودان

لقد شهدنا زيادة كبيرة في حالات كوفيد-19 منذ نوفمبر الماضي. اعتبارًا من 19 يناير 2021، ارتفع العدد الرسمي إلى 28,233 حالة إصابة مؤكدة بـ كوفيد-19، مقارنة بـ 23,316 حالة في 20 ديسمبر 2020. وكانت معظم الحالات التي تم تحديدها في العاصمة الخرطوم وولاية الجزيرة.

كيف نقوم بذلك؟

تم جمع الأسئلة والتعليقات والمفاهيم الخاطئة حول كوفيد-19 من قبل محللي internews وشركينا المحلي أندريا، وقمنا بتحليل وتقييم التعليقات التي تم جمعها من وسائل التواصل الاجتماعي السودانية. تم تقييم الشائعات التي تم تحديدها على أنها الأكثر انتشارًا أو ضررًا للاستجابة الصحية. استند اختيار الشائعات إلى مستوى المشاركة وتأثيرها المحتمل على المجتمع.

منظمة الصحة العالمية
www.emro.who.int/ar/health-topics/corona-virus/index.html

مرصد السودان الصحي
www.sho.gov.sd

وزارة الصحة السودانية
الخط الساخن لجميع انحاء السودان: 9090

فيروس كورونا حقيقي وهناك حالات جديدة يتم تشخيصها طوال الوقت!
كن آمناً ومارس احتياطات الصحة والسلامة.

ما هي الشائعات ؟

الشائعات هي قصص أو تقارير عن حقيقة غير مؤكدة أو مشكوك فيها تم جمعها من مصادر مباشرة داخل المجتمع والتي يمكن أن تأخذ شكل سؤال أو نقد أو تعليقات عامة حول موقف أو موضوع. يجب أن نلاحظ أيضًا أن الشائعات يمكن أن تكون مخادعة لأنها قد تحتوي على بعض الحقيقة الجوهرية فيها.

الشائعة | الحقائق

مستوى خطورة الشائعة: منخفض | متوسط | عالي

الاشاعة #1 — المناعة

"أثبتت الدراسات أن الحوامل .. مصابات بالكرونا بيكون طفلهم عندو أجسام مضاده لمن يتولد يعني كانو ماخذ تطعيم فما تخافي بتعدي بإذن الله" أنثى -فيسبوك

"الحوامل دي الفئة الوحيدة الكرونا م بتعمل ليهم حاجة" أنثى -فيسبوك

الحقائق

ليس صحيحًا أن النساء اللواتي اصبن بالفيروس وشفين منه أثناء الحمل يلدن أطفالًا لديهم مناعة ضد الفيروس. بشكل عام، يكون الأطفال أقل عرضة للإصابة بـ كوفيد-19، والاصابة عادة تأتي بدون أعراض أو تظهر عليهم أعراض خفيفة.

وجدت ثلاث دراسات لمراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (cdc) نُشرت في شهري يونيو وسبتمبر 2020، أن المرضى الحوامل المصابات بـ كوفيد-19 لديهم معدلات دخول أعلى للمستشفى، ونسبة خطر أعلى لدخول وحدة العناية المركزة، واحتمال متزايد للحوجة لجهاز التهوية المكنيكية، مقارنة بمرضى كوفيد-19 غير الحوامل.

وجدت إحدى الدراسات أن كوفيد-19 يمكن أن يسبب مضاعفات عند الولادة. وجدت هذه الدراسة أن الولادة المبكرة وفقدان الحمل والإملاص حدثت بمعدلات أعلى في المرضى الحوامل المصابات بـ كوفيد-19. سلطت كل هذه الدراسات الضوء على الحاجة إلى اتخاذ تدابير صارمة لمكافحة العدوى للأشخاص الحوامل أو الذين يحاولون الحمل، بما في ذلك الفحص والمراقبة طوال فترة الحمل. لا يتسبب مرض كوفيد -19 في حدوث تشوهات خلقية ولم يتم اقتراح تأخير الحمل بسبب الوباء.

متوسط الخطورة

الاشاعة #2 — علاج

10 vaxato للاعراض الخفيفة وحقن كلكسين للاعراض الصعبة. الاسبرين بعد التعافي" أنثى -فيسبوك

الحقائق

لا يوجد علاج معتمد عالميًا لـ كوفيد-19، ولكن اعتبارًا من ديسمبر 2020، بعد إجراء اختبارات صارمة للفعالية والسلامة، تم إصدار عدد من لقاحات كوفيد-19 للاستخدام العام. يمكن أن تساعد هذه اللقاحات في حمايتنا من عدوى كوفيد-19.

لا ينبغي استخدام 10 vaxato أو clexane أو aspirin دون إشراف طبي. إذا كنت تعاني من أعراض كوفيد-19، فأطلب الاختبار الفوري، وأعزل نفسك وأتصل بطبيبك. يجب تجنب طلب المشورة الطبية من غير المتخصصين على وسائل التواصل الاجتماعي. استشر مقدم الرعاية الصحية دائمًا لجميع الاستفسارات الطبية.

عالي الخطورة

الاشاعة #3 — اعراض

"هل كرونا تسبب قصور الغدة الدرقية والتهاب المعدة والقولون؟" ذكر -فيسبوك

الحقائق

وفقًا للمعاهد الوطنية للصحة، فإن غالبية الأشخاص الذين يصابون بـ كوفيد-19 إما يعانون من أعراض خفيفة أو لا تظهر عليهم أعراض، وبعض هذه الأعراض تشمل أعراض الجهاز الهضمي مثل الإسهال أو فقدان الشهية أو القيء حتى في حالة عدم وجود أعراض أخرى تشبه الأنفلونزا. إذا كنت تعاني من مثل هذه الأعراض، فمن الأفضل إجراء فحص لـ كوفيد-19، والمحافظة على شرب الماء والكثير من السوائل، وتجنب الأطعمة التي تزعج معدتك، والحصول على أكبر قدر ممكن من الراحة.

متوسط الخطورة

نرحب بتعليقاتكم وأسئلتكم واقتراحاتكم.
الرجاء التواصل:
مصطفى عمر، محلل بيانات، momer@internews.org

الاشاعة #٦

انتقال المرض

"احذروا من الكمامات البتجيكم من برة دي، يجيبوا ليكم كرونا مستوردة ويخلوكم تشتروا اللقاح " أنثى -تويتر

الحقائق

كوفيد-19 هو فيروس شديد العدوى ويؤثر على الجهاز التنفسي، ولديه مستوى عالٍ من الانتقال لأنه يمكن أن ينتقل عبر الرذاذ عندما يسعل أو يعطس الشخص المصاب. على الرغم من أن ارتداء الكمامات لفترة طويلة من الزمن قد يسبب عدم الراحة، خاصة في السودان بسبب الطقس الحار، إلا أنها آلية دفاعنا الوحيدة ضد الفيروس بالإضافة الى التباعد الاجتماعي وغسل أيدينا بانتظام بالماء والصابون لمدة ٦٠ ثانية. تمر الأقنعة بعملية تعقيم صارمة قبل تغليفها للتأكد من أنها آمنة للاستخدام. لتكون أكثر أمانًا، تجنب شراء الأقنعة من الصناديق المفتوحة أو غير النظيفة ولا تستخدم الأقنعة التالفة.

نصائح لتطهير كمامات القماش:

- يغسل بالصابون أو المنظفات ويفضل الماء الساخن مرة على الأقل في اليوم
- في حالة عدم توفر الماء الساخن، اغسل الكمامة في ماء بدرجة حرارة الغرفة ثم اغلي الكمامة في الماء الساخن لمدة دقيقة.

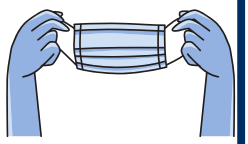
لمزيد من المعلومات حول الكمامات، يرجى زيارة صفحة منظمة الصحة العالمية.

متوسط الخطورة

ارتدِ قناعًا في الأماكن العامة أو عند الشعور بالمرض

1

2



3

4

الاشاعة #5

الفحص

"ولد اختي كان مسافر عمل فحص الكرونا النتيجة طلعت ايجابيه (كرونا) لكن ماعنده اي اعراض الزول ده كويس وما بشكي من اي حاجة انا بسال هل ممكن الفحص يكون خطأ؟؟! ولا فعلا يكون عنده كرونا" أنثى -فيسبوك

الحقائق

تختلف أعراض كوفيد-19 من شخص لآخر، وفقًا لمركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها، يمكنك اختبار كوفيد-19 إيجابيًا دون ظهور أي أعراض. حتى إذا كنت بدون أعراض، يجب عليك اتباع الإجراءات الوقائية الموصى بها التي وضعتها منظمة الصحة العالمية ووزارة الصحة: غسل اليدين بانتظام، وارتداء كمامة الوجه عند المرض أو في الأماكن العامة، والعزل الذاتي عند الشعور بالتوعك أو نتيجة فحص كوفيد-19 موجبة، والحفاظ على مسافة لا تقل عن مترين من الآخرين. باتباع هذه الخطوات نحمي أحبائنا ومجتمعاتنا.

متوسط الخطورة

نرحب بتعليقاتكم وأسئلتكم واقتراحاتكم.
الرجاء التواصل:
مصطفى عمر، محلل بيانات، momer@internews.org

الاشاعة #6 وقاية

"انتو ي جماعة مقتنعين بي حنك كمامات القماش دي ولا طبية بس؟ " ذكر -تويتر

بينما يواصل الباحثون معرفة المزيد عن الفيروس المسبب لـ كوفيد-19، من المهم للغاية اتباع الإجراءات الوقائية الموصى بها. يعد ارتداء الكمامة او قناع على الوجه من أكثر الطرق فعالية لمنع انتشار الفيروس.

وفقًا لمنظمة الصحة العالمية، يجب ارتداء الأقنعة الطبية (الكمامات) من قبل العاملين في مجال الرعاية الصحية، وأي شخص مصاب بكوفيد-19 أو ثبتت إصابته بالفيروس، وأولئك الذين يعتنون بشخص مصاب بـ كوفيد-19 أو يشتبه في إصابته بالفيروس. يوصى أيضًا باستخدام الأقنعة الطبية للفئات المعرضة للخطر، بما في ذلك الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 60 عامًا، والأشخاص الذين يعانون من امراض مزمنة، مثل مرض السكري وارتفاع ضغط الدم والسرطان. بينما يجب ارتداء الأقنعة القماشية (كمامات القماش) من قبل جميع الأشخاص الذين تقل أعمارهم عن 60 عامًا والذين لا يعانون من حالات صحية مزمنة وشديدة.

إن ارتداء قناع الوجه في الأماكن العامة، جنبًا إلى جنب مع الحفاظ على مسافة مادية لا تقل عن مترين وغسل أيدينا بالماء والصابون سوف يحمينا ويحمي مجتمعاتنا بشكل أفضل من عدوى فيروس كورونا.

الحقائق

متوسط الخطورة

الاشاعة #7 المسبب/الاصل

اكتشف السودان سلالة رابعة من عائلة "كورونا " أنش -فيسبوك

لم يتم تسجيل سلالة جديدة للفيروس البريطاني أو الجنوب إفريقي في السودان. هناك قلق واسع النطاق من أن بعض المتغيرات الجديدة لـ كوفيد-19 تبدو أكثر عدوى من السلالات السابقة للفيروس. تم توثيق سلالات متعددة من الفيروس على مستوى العالم خلال هذا الوباء، ولكن العلماء يقولون إن المتغيرات التي تم تحديدها حديثًا في كل من المملكة المتحدة وجنوب إفريقيا يبدو أنها تنتشر بوتيرة أسرع وأكثر قابلية للانتقال بنسبة 40 إلى 70 بالمائة.

ومع ذلك، افاد مركز السيطرة على الأمراض أنه لا يوجد دليل على أنها تسبب مرضًا أكثر خطورة أو زيادة خطر الوفاة. ومع ذلك، فإن انتقال نوع أكثر عدوى يمكن أن يحفز النمو السريع في تضاعف عدد الحالات لكوفيد-19. يمكن أن يؤدي هذا النمو السريع في الحالات، بدوره، إلى المزيد من الوفيات، ومع زيادة حالات يمكن أن تصبح أنظمة الرعاية الصحية غارقة وبالتالي غير قادرة على رعاية أعداد كبيرة من الأشخاص المصابين بعدوى كوفيد-19.

لحماية أنفسنا ومجتمعاتنا، يجب أن نتبع الإجراءات الوقائية التي وضعتها منظمة الصحة العالمية، مثل التباعد وغسل اليدين وارتداء الكمامات في الأماكن العامة. نظرًا لأن الفيروس يتغير باستمرار، فكلما زاد عدد المصابين زادت فرص إصابة الفيروس بشكل أكبر. لهذه الأسباب، فإن التدابير الوقائية مهمة.

الحقائق

متوسط الخطورة

نرحب بتعليقاتكم وأسئلتكم واقتراحاتكم.
الرجاء التواصل:
مصطفى عمر، محلل بيانات، momer@internews.org

الاشاعة #8 — الانتقال

"يا ربي البعوض بنقل الكورونا .." أنثى -فيسبوك

الحقائق

وفقًا لمنظمة الصحة العالمية، لا يوجد دليل على أن الفيروس المسبب لـ كوفيد-19 يمكن أن ينتقل عن طريق البعوض. فيروس كورونا هو فيروس يصيب الجهاز التنفسي ينتشر بشكل أساسي من خلال الرذاذ عندما يسعل الشخص المصاب أو يعطس، أو من خلال قطرات اللعاب أو إفرازات من الأنف.

لحماية نفسك والآخرين من حولك، اغسل يديك كثيرًا بالماء والصابون، أو عقمها بمطهر يدين يحتوي على الكحول، وتجنب الاتصال الوثيق مع أي شخص يسعل أو يعطس.

منخفض الخطورة

الاشاعة #9 — علاج

" اكلي شطة كتيرة وحاسة الشم والتذوق بترجع" أنثى -فيسبوك

الحقائق

على الرغم من أن الفلفل الحار يحتوي على الكثير من الفيتامينات المفيدة لأجسامنا ويجعل طعامنا غنيًا بالنكهات، وفقًا لمنظمة الصحة العالمية، لم يتم إثبات أن الفلفل الحار يعالج مرض كوفيد -19 أو أعراضه.

تعد وسائل التواصل الاجتماعي مكانًا رائعًا للبقاء على اتصال مع عائلتك وأصدقائك، ولكن يجب أن نضع في اعتبارنا أنه يمكننا العثور على الكثير من المعلومات الخاطئة التي لا تفيدنا وقد تضر بنا. تذكر دائمًا أن تسأل مقدم رعاية صحية محترف عن أفضل الممارسات للتعافي السريع من عدوى كوفيد-19

منخفض الخطورة

الاشاعة #10 — اعراض

"ممكن تتعامل مع ناس البيت لو عندك كورونا بعد سنة كاملة" أنثى -فيسبوك

الحقائق

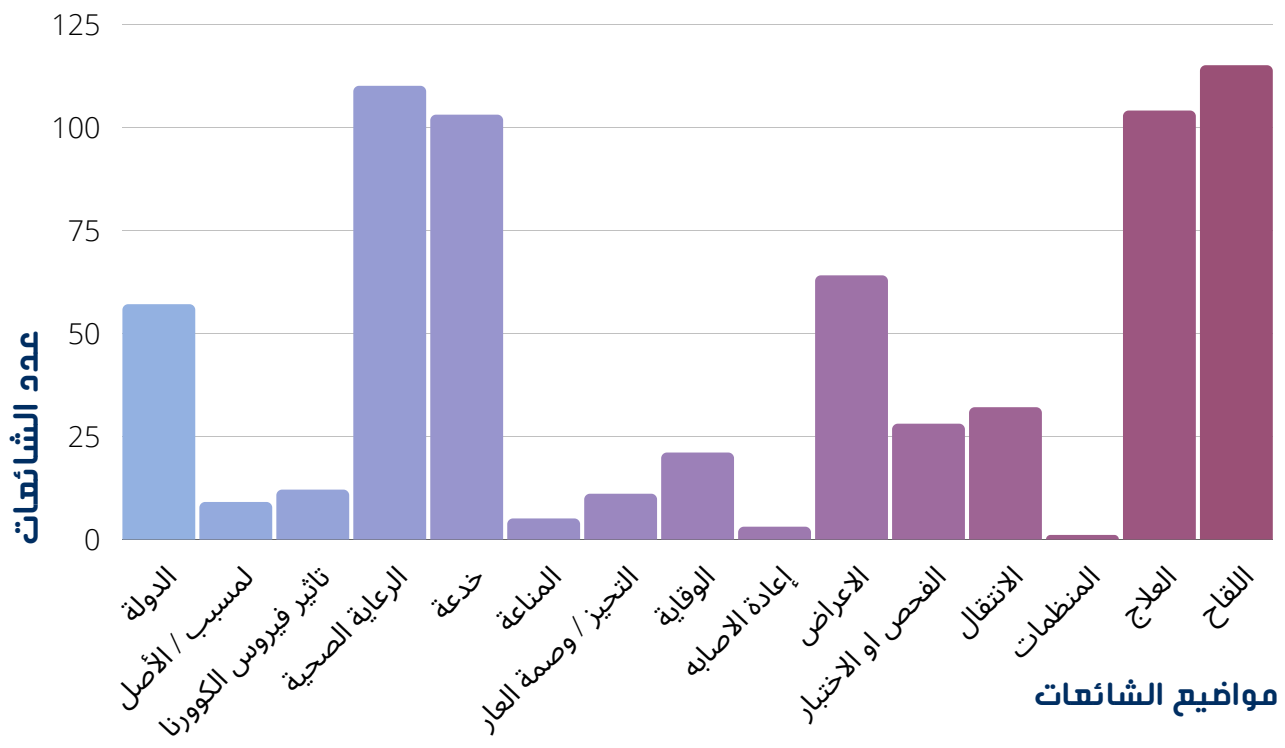
يمكن أن ينتشر كوفيد-19 بسرعة من خلال قطرات الشخص المصاب عند السعال أو العطس. وفقًا لمركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها، إذا لم تظهر عليك أعراض، فيجب عليك الحجر الصحي لمدة 10 أيام، ولكن للحالات التي تظهر عليها أعراض الفيروس يجب الحجر الصحي لمدة ١٤ يومًا، وبالنسبة للحالات الشديدة، قد تصل فترة الحجر الصحي إلى أربعة أسابيع أو حتى تختفي الأعراض. إذا ظهرت عليك أنت أو أي من أفراد أسرتك أعراض كوفيد-19، يُنصح بإجراء الفحص والعزل الذاتي، على الرغم من أنك قد تشعر بالوحدة، ولكن هذه هي أفضل طريقة لحماية نفسك وأحبائك من الإصابة بالفيروس.

تأكد من أن فرد العائلة المريض يشرب الكثير من السوائل، ويستريح في المنزل، ويغسل يديه بالماء والصابون لمدة ٤٠ ثانية. تستمر الأعراض لدى معظم الأشخاص بضعة أيام وتتحسن بعد أسبوع.

منخفض الخطورة

نرحب بتعليقاتكم وأسئلتكم واقتراحاتكم.
الرجاء التواصل:
مصطفى عمر، محلل بيانات، momer@internews.org

الشائعات الأكثر انتشاراً



تحليل 528 شائعة تم جمعها باللغة العربية بين 18 ديسمبر 2020 و 12 يناير 2021

كيف تعرف إذا كان لديك كورونا؟

هل كنت على اتصال وثيق بشخص تم تشخيص إصابته بفيروس كورونا؟

لا

يرجى الملاحظة، إذا كنت تشعر بأي أعراض ل (كوفيد -19) يتوجب عليك إجراء الفحص واتباع التدابير الوقائية التي وضعتها وزارة الصحة

نعم

هل تعاني من أي أعراض مثل الحمى أو السعال أو التهاب الحلق؟

لا

اتبع حجرًا صحيًا صارمًا لمدة ١٤ يومًا وكن يقظًا للأعراض

نعم

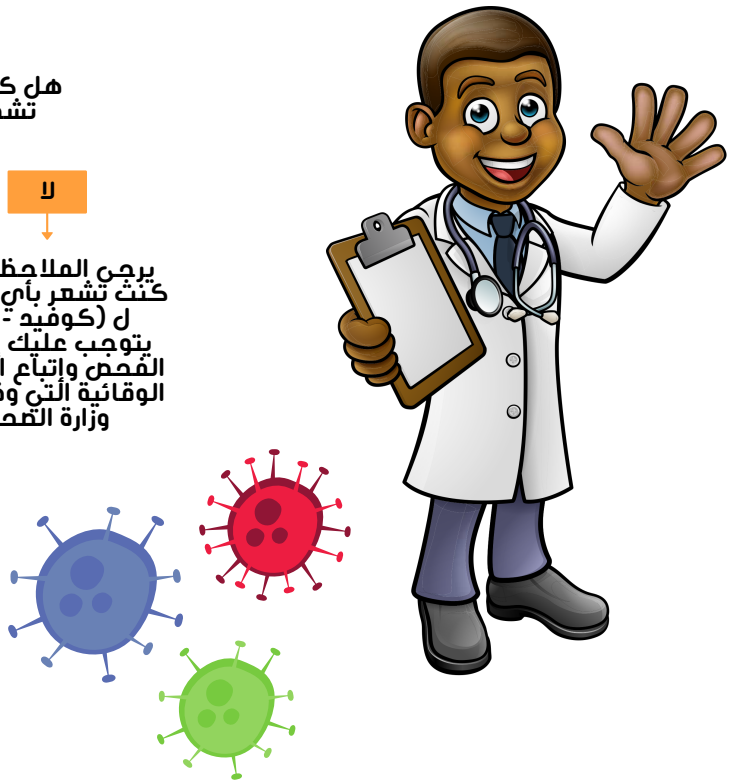
قم بإجراء فحص للكورونا هل أظهر الاختبار نتيجة إيجابية؟

لا

اتبع حجرًا صحيًا صارمًا لمدة ١٤ يومًا وكن يقظًا للأعراض

نعم

اتبع حجرًا صحيًا صارمًا لمدة ١٤ يومًا أو العلاج الموصى به من قبل طبيب مرخص بناءً على شدة الأعراض



نرحب بتعليقاتكم وأسئلتكم واقتراحاتكم.
الرجاء التواصل:
مصطفى عمر، محلل بيانات، momer@internews.org