

## مقدّمة إلى مشروع Rooted in Trust

Rooted in Trust (RiT) هو مشروع ممّول من مكتب المساعدات الانسانية التابع للوكالة الأمريكية للتنمية الدولية (USAID) بإشراف "إنترنيوز" (Internews) لدعم الوكالات الإنسانية والصحية العامة في مكافحة إنتشار الشائعات والمعلومات المضلّة المتعلقة بفيروس كوفيد-19 (1) والسيطرة عليها. تمّ تجديد المشروع مؤخرًا في أيلول/ سبتمبر 2021 ومن المتوقع أن يستمرّ الفصل الثاني (RiT2.0) حتى نهاية عام 2022. في هذه النشرة، تعرض "إنترنيوز" أبرز الشائعات التي تم تداولها في لبنان في الفترة الممتدة من 01 إلى 31 أيار/مايو 2022 على مواقع التواصل الاجتماعي وبعيدًا عن الانترنت، وذلك بواسطة أنشطة شركائنا منهم شريكنا منظمّة "Endless Medical Advantage" الناشطة في إشراك المجتمعين السوري واللبناني في منطقة البقاع ومؤسسة "مهارات" التي تتعامل مع مجتمعات مختلفة من كافة الجنسيات في لبنان. تمّ رصد في خلال هذه الفترة 51 شائعة من مجموعات خاصة وحسابات على Facebook و WhatsApp و Twitter و Instagram التي تسجّل معدلًا مرتفعًا نسبيًا من حيث عدد المستخدمين المتفاعلين معها فضلًا عن 160 شائعة إضافية تمّ تداولها بعيدًا عن شبكة الإنترنت ورصدها أنشطة شركائنا الهادفة إلى الوصول إلى السكان والمجموعات الأقل نشاطًا على الإنترنت والذين ينقلون شائعاتهم من خلال الكلام الشفهي. تسلّط هذه النشرة الضوء على شائعتين فريدتين تندرجان في إطار مواضيع متكرّرة، وهي: اللقاحات؛ خدعة؛ آثار كوفيد الطويلة الأمد؛ والموت.

### اللقاحات

### خدعة

### آثار كوفيد الطويلة الأمد

### الموت

شائعات  
فريدة  
2

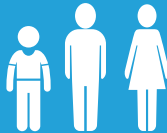
## وضع كوفيد-19 في لبنان

شهد لبنان 2,790 حالة إصابة جديدة في خلال الفترة الممتدة من 01 إلى 31 أيار/مايو فضلًا عن تسجيل 48 حالة وفاة جديدة (2) غير أنّه من المرجح أن يكون عدد الحالات والوفيات أكثر من ذلك لأنّ الكثير من الأفراد لا يخضعون لفحص PCR بسبب ارتفاع تكلفته وتكاليف النقل مع تفشي الفيروس بشكل خاص بين الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 29 سنة (3). إجمالي عدد جرعات اللقاح هو 5,645,233 اعتبارًا من 3 يونيو/ حزيران. ثمة 236 سريريًا في أقسام وحدة العناية المركزة للاستجابة لكوفيد-19 في جميع أنحاء لبنان بمعدل إشغال 3% كما يقع لبنان حاليًا في المستوى 2 من انتقال الفيروس على المستوى المجتمعي (4) ممّا يعني أنّه لا يزال يتعيّن توخي الحذر الشديد مع التركيز على الإمتثال لمعايير الصحة العامة والتدابير الاجتماعية وزيادة تغطية اللقاحات. (5) تتوافر اللقاحات لجميع المقيمين في لبنان من مختلف الجنسيات، بما في ذلك السوريون والفلسطينيون والعمال المهاجرون، حتى لو لم تكن وثائق إقامتهم محدّثة. لا تزال لقاحات كوفيد-19 غير متوافرة للأطفال دون الخمس سنوات.

بين عمر

29-20

هم الفئات الأكثر إصابة



236

سريريًا





"السرطان، الايدز، جدري القروود و كل الأمراض نتيجة اللقاحات التي أعطيت إلى الأبرياء و المغفلين بحجة فيروس كورونا، وهو بالحقيقة مجرد انفلونزا!"

شائعة متداولة عبر تويتر مع 245 إعجاب و 105 مشاركة

✓ تتوافر حاليًا في لبنان لقاحات فايزر وموديرنا من خلال مراكز التطعيم التابعة لوزارة الصحة العامة (17) التي تضمن أنها آمنة للاستخدام وضمن تواريخ انتهاء صلاحيتها. (18)

✓ وفقًا لبيان رسمي صادر عن وزارة الصحة العامة، "ثمة احتياطات صارمة للمساعدة في ضمان سلامة جميع لقاحات كوفيد-19 التي يجب أن تخضع لاختبارات مكثفة في التجارب السريرية للتحقق من أنها تفي بالمعايير المعترف بها دوليًا من حيث السلامة والفعالية (19) قبل الحصول على موافقة منظمة الصحة العالمية والوكالات التنظيمية الوطنية لاستخدامها في حالات الطوارئ".

✓ وفقًا لمنظمة الصحة العالمية، منذ 6 حزيران/يونيو 2022، تم تسجيل 530.896.347 حالة تراكمية و 6.301.020 حالة وفاة. (20) منذ 31 أيار/مايو 2022، سجّل لبنان 1.099.199 حالة تراكمية و 10.429 حالة وفاة. (21)

✓ يمكن أن يكون كوفيد-19 شديدًا وقد تسبّب في وفاة ملايين الأشخاص حول العالم بالإضافة إلى مشاكل صحية دائمة لبعض الذين نجوا من المرض. (22)

✓ في الأشهر الثلاثة الأولى من عام 2020، تم إدخال ما يقارب 6000 شخص حول العالم إلى المستشفى بسبب معلومات مضللة حول فيروس كورونا وفقًا لأبحاث حديثة. في خلال هذه الفترة، يقول الباحثون إن 800 شخص على الأقل ربما ماتوا بسبب معلومات خاطئة تتعلق بكوفيد-19. (23)

## شائعة #1

### اللقاحات - خدعة

## الوقائع

✓ لا توجد بيانات تشير إلى وجود صلة بين لقاحات كوفيد-19 والسرطان أو احتمال الإصابة به مجددًا أو تقدّمه. (6) علاوة على ذلك، يُنصح الأفراد المصابون بالسرطان بالتطعيم الكامل ضد كوفيد-19. (7)

✓ تسبّب تفشي حالات جدري القروود مؤخرًا في أكثر من 23 دولة في إثارة القلق، وانتشرت الشائعات والخداع بشأن الروابط المزعومة بين لقاحات كوفيد-19 وتفشي فيروس جدري القروود بسرعة. ومع ذلك، لا يوجد دليل يشير إلى أنّ جدري القروود هو أحد الآثار الجانبية للقاحات كوفيد-19. (8) تم تسجيل أول حالة بشرية لجدري القروود في عام 1970 (9) قبل سنوات عديدة من بدء تطوير لقاحات كوفيد-19 في عام 2020 (10) ممّا يعني أنّ فيروس جدري القروود كان موجودًا منذ ما يقرب من 50 عامًا قبل تطوير اللقاحات.

✓ تم إعطاء أكثر من 12 مليار جرعة من لقاحات كوفيد-19 في جميع أنحاء العالم منذ شهر كانون الأول/ديسمبر 2020 (11) في حين أنّ عدد حالات جدري القروود المؤكدة والمشبه فيها لا يزال ضئيلاً نسبيًا: أبلغت منظمة الصحة العالمية عن 257 حالة مؤكدة و 120 حالة مشتبه فيها لمرض جدري القروود منذ 26 أيار/مايو 2022، ولم يكن أي منها في لبنان أو في أي مكان قريب من المنطقة. (12)

✓ يمكن أن تحدث عدوى جدري القروود إذا: كان الشخص قريبًا من شخص مصاب (على سبيل المثال، مشاركة المناشف أو الملابس أو الفراش؛ المصافحة أو العناق أو الانخراط في الجماع؛ التعرّض للسعال والعطس) عن طريق لمس الجلد أو فراء الحيوانات المصابة أو عن طريق أكل لحوم حيوانات مصابة غير مطهّنة جيّدًا. (13)

✓ في أوائل عام 2022، ظهرت على وسائل التواصل الاجتماعي اقتباسات كاذبة منسوبة إلى عالم الفيروسات الفرنسي الراحل لوك مونتانييه (Luc Montagnier) الذي اكتشف فيروس نقص المناعة البشرية يقترح فيها وجود صلة بين الجرعات المعزّزة للقاحات كوفيد-19 وفيروس نقص المناعة البشرية. (14) هذه الادعاءات خاطئة بشكل قاطع و "لا يوجد ارتباط بين لقاحات كوفيد-19 وخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية". (15)

✓ لقاحات كوفيد-19 المصرّح بها لا تحتوي على فيروس نقص المناعة البشرية أو الإيدز ولا تسبّبهما. (16) يمكن الاطلاع على محتويات كلّ من لقاح فايزر هنا وموديرنا هنا وأسترازينيكا هنا.



"السرطان، الايدز، جدري القروود و كل الأمراض نتيجة اللقاحات التي أعطيت إلى الأبرياء و المغفلين بحجة فيروس كورونا، وهو بالحقيقة مجرد انفلونزا!"

شائعة متداولة عبر تويتر مع 245 إعجاب و105 مشاركة

## التوصيات للمجتمع

- على المجتمعات المحليّة الحصول على معلوماتها من **مصادر موثوقة** ومشاركة المواد داخل مجتمعاتها (على سبيل المثال، الرسوم البيانية ومقاطع الفيديو الإعلامية القصيرة والملاحظات الصوتية) عبر وسائل التواصل الاجتماعي وتطبيقات المراسلة الفورية.
- من حملة "# نحن\_لبعض": **لجميع مرضى السرطان الذين لا يستطيعون العثور على أدويتهم في لبنان** أو لا يمكنهم تحمّل تكاليفها في حال توافرها، يُرجى التواصل معنا عبر تطبيق واتساب على الرقم التالي: 76303335 لتأمين الأدوية بسعر أقلّ بكثير .
- **في حال إصابتكم أو إصابة أي شخص تعرفونه بفيروس نقص المناعة البشرية أو الإيدز** وتحتاجون إلى دعم و / أو مساعدة و / أو استشارة عاجلة، فيمكنكم الاتصال بأي من المراكز هنا. (26)
- **تعرفوا إلى الحقائق** الخاصة بكم عندما يتعلّق الأمر بالآثار الجانبية للقاح: يعاني بعض الأشخاص من آثار جانبية تعطل أنشطتهم اليومية ولا تشكّل خطراً على حياتهم وتختفي من تلقاء ذاتها بعد بضعة أيام. لا يعاني الآخرون من أي آثار جانبية على الإطلاق. (27) تشمل الآثار الجانبية الشائعة الألم والاحمرار والتورّم حول موضع الحقنة وكذلك التعب والصداع وآلام العضلات والقشعريرة والحمى والغثيان. (28)
- إذا كانت لديكم أي مخاوف بشأن **آثار جانبية**، يمكنكم **الاتصال بالخط الساخن المجاني الخاص باللقاحات** التابع لوزارة الصحة العامة على الرقم 1214 للإبلاغ عن العوارض.
- **خذوا اللقاح إذا كنتم مؤهلين له**. بدأت وزارة الصحة العامة منذ شهر آذار/مارس 2022 بإعطاء لقاح Pfizer BionTech للفئة العمرية 12-18 سنة ولقاح Moderna للفئة العمرية 19 وما فوق. (29) يمكن لكلّ من يرغب في تلقي لقاح كوفيد-19 - بما في ذلك الفلسطينيين والسوريين والمهاجرون من جنسيات مختلفة حتى لو لم تكن أوراق إقامتهم محدثة - تحديد موعد مسبق من خلال منصة COVAX: covax.moph.gov.lb أو الذهاب إلى أقرب مركز تطعيم بدون موعد مسبق.

## شائعة #1

### اللقاحات - خدعة

## التوصيات للعاملين في مجال الرعاية الصحية

- **إبلاغ المجتمع عن لقاحات كوفيد-19 وآثارها الجانبية وعدم ارتباطها بأمراض أخرى**: يمكن القيام بذلك من خلال الظهور عبر وسائل الإعلام البديلة الناشئة على منصات وسائل التواصل الاجتماعي وكذلك عبر وسائل الإعلام الرئيسية (على سبيل المثال، محطات التلفزيون في لبنان) كما فعل الراحل الدكتور روي ناسناس في خلال الأيام الأولى من انتشار كوفيد-19 في عام 2020. (24)
- طباعة كتيبات غنية بالعناصر المرئية مثل تلك الموجودة أدناه ونشر الملاحظات الصوتية الإرشادية ومشاركة مقاطع فيديو بسيطة مع التعليقات الصوتية (مثل هذا من إنتاج كاميجي: <https://fb.watch/dPNWNtXImH/>) الصوتية على تطبيقات المراسلة الفورية للوصول إلى الأشخاص الذين لا يستطيعون القراءة أو ليس لديهم وجود على الإنترنت.
- تنسيق جهود التوعية مع وزارة الصحة العامة، لا سيما عندما يتعلق الأمر بالترويج لتعميم الوزارة رقم 23 بشأن تحديد حالات جدري القروود بحيث يمكن اتخاذ التدابير المناسبة في حال الاشتباه فيها أو اكتشافها. (25)
- **أدى انتشار الأخبار الكاذبة حول كوفيد-19 إلى حدوث أضرار ووفيات كان من الممكن تجنبها**. ثمة مصادر مختلفة عبر الإنترنت للحصول على شهادات شخصية من أشخاص أصيبوا بالفيروس، وحتى من أولئك الذين اعتقدوا ذات مرة أنه خدعة في لبنان والخارج، ممّا يعطي وجهاً بشرياً للفيروس. إعادة نشر شهادات هؤلاء الأشخاص - والأهم من ذلك، اختيار أشخاص من المجتمعات التي تحاولون التأثير فيها - هي استراتيجية جيدة لتبديد هذه الشائعة. ثمة خيار آخر يتمثّل في إجراء مقابلات مع الأشخاص الرئيسيين من المجتمعات المستهدفة في مقاطع فيديو قصيرة.
- **شرح مخاطر إسقاط التدابير الوقائية على المجتمعات ذات الوصول المحدود إلى الرعاية الصحية** على وجه التحديد، وتشجيع هذه المجتمعات على التطعيم من خلال توفير وسائل النقل للوصول إلى مراكز التطعيم ومنها وتعزيز وحدات التطعيم المتنقلة في جميع أنحاء لبنان، لا سيما في المناطق الريفية، ودعم تنظيم سباقات التطعيم لزيادة الإمداد باللقاحات.



"تحذير للمتعافين من كورونا آثار جانبية مفاجئة ومميتة قد تصيبكم: السكتة القلبية، الجلطات الدماغية والانسداد الرئوي"

شركة المنشور عبر تويتر من خلال صفحة إعلامية إخبارية ذات 1508 متابعًا

### مزودو المعلومات:

- لوحة المعلومات التابعة لمنظمة الصحة العالمية (<https://covid19.who.int>)
- صفحة منظمة الصحة العالمية (كوفيد-19) (<https://covid19.who.int>)
- كيف تحمي نفسك من فيروس كورونا؟ (الإنجليزية/العربية) (<https://covid19.who.int>)
- أسئلة وأجوبة (الإنجليزية/العربية) (<https://covid19.who.int>)
- إبيانات الخاصة بلبنان على موقع منظمة الصحة العالمية (<https://www.who.int/ar>)
- صفحة المعلومات الخاصة بكوفيد-19 في لبنان على موقع وزارة الصحة العامة ([moph.gov.lb](http://moph.gov.lb))
- صحيفة الوقائع الخاصة بلبنان والمهاجرين على موقع منظمة الصحة العالمية (<https://covid19.who.int>)
- أسئلة وأجوبة حول صحة اللاجئين والمهاجرين على موقع منظمة الصحة العالمية (<https://covid19.who.int>)
- صفحة المعلومات الخاصة بلقاحات كوفيد-19 في لبنان على موقع وزارة الصحة العامة ([www.moph.gov.lb/en](http://www.moph.gov.lb/en))
- WHO Lebanon website ([www.who.int/ar](http://www.who.int/ar))

## الوقائع

وجدت دراسة كبيرة حديثة لتقييم آثار كوفيد الطويلة الأمد على صحة القلب والأوعية الدموية أنّ الأشخاص لا يزالون عرضة لخطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية وعدم انتظام ضربات القلب ومضاعفات أخرى بعد عام من الإصابة بكوفيد-19 بغض النظر عن شدة الفيروس عندما أصيبوا به للمرة الأولى. (31)

يمكن أن يؤدي كوفيد-19 إلى مشاكل في القلب لدى الأشخاص الذين لم يسبق لهم أن عانوا من مشاكل قلبية، أما الأشخاص الذين

يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية الموجودة مسبقًا، فيواجهون مخاطر أكبر. (32) إذا كنتم تعانون من عوامل خطر الإصابة بأمراض القلب مثل ارتفاع ضغط الدم أو السكري أو السمنة أو ارتفاع الكوليسترول، فأنتم أيضًا تواجهون خطرًا أكبر للإصابة بمضاعفات خطيرة. (33)

تشمل عوامل الخطر أيضًا الشيخوخة والسمنة وداء السكري. من المحتمل أن تكون عوامل الخطر الأكثر تحديدًا هي الأوعية الدموية التالفة بالفعل. (34)

وجدت دراسة من السويد نشرتها المجلة الطبية البريطانية اليوم أنّه ثمة خطر متزايد للإصابة بتجلط الأوردة العميقة (جلطة دموية في الساق) لمدة تصل إلى ثلاثة أشهر بعد الإصابة بكوفيد-19 والاتصام الرئوي (جلطة دموية في الرئة) لمدة تصل إلى ستة أشهر وتزيف يصل إلى شهرين. (35)

وفقًا للباحثين، أولئك الذين أصيبوا بعوارض شديدة لفيروس كوفيد-19 في أثناء الموجة الوبائية الأولى كانوا أكثر عرضة للخطر مقارنة بأولئك الذين أصيبوا بها في الموجتين الثانية والثالثة، وذلك يعود للتقدم في العلاج وتأمين اللقاحات للمرضى الأكبر سنًا بعد الموجة الأولى. (36)

سيعاني معظم الأشخاص المصابين بكوفيد-19 بأمراض تنفسية خفيفة أو متوسطة فقط وسوف يتعافون من دون الحاجة إلى العلاج في المستشفى أو الرعاية المتخصصة. (37) ومع ذلك، وفقًا لمنظمة الصحة العالمية، يعاني ما بين 10 و 20 بالمائة من الأشخاص الذين يتعافون تمامًا من عدوى كوفيد-19 من العديد من الآثار المتوسطة والطويلة الأمد والمعروفة باسم "آثار كوفيد الطويلة الأمد".

يمكن أن تشمل آثار كوفيد الطويلة الأمد التعب وضيق التنفس وألم في الصدر وسعال مستمر وضباب الدماغ (عدم القدرة على التركيز لفترات طويلة من الزمن؛ النسيان؛ التشوش). من الصعب على بعض الأشخاص أداء الأنشطة اليومية من جِّاء آثار كوفيد الطويلة الأمد. (38)

# 1787 1214

كورونا

للقاحات



"تحذير للمتعافين من كورونا آثار جانبية مفاجئة ومميتة قد تصيبكم: السكتة القلبية، الجلطات الدماغية والانسداد الرئوي"

شركة المنشور عبر تويتر من خلال صفحة إعلامية إخبارية ذات 1508 متابعًا

• **تنظيم أنشطة** في مجتمعات مختلفة من خلال دعوة المهنيين الصحيين الموثوق بهم وقادة المجتمع لإلقاء الضوء وإعطاء أمثلة عن سبب تعرّض بعض الأشخاص لآثار جانبية أكثر خطورة من الآخرين.

• مشاركة المعلومات من خلال **الأنشطة التي تتم وجهاً لوجه** مثل ورش العمل المجتمعية وجلسات التوعية والحوارات المجتمعية وأنشطة التعبئة الاجتماعية والاجتماعات مع القادة الدينيين والمنظمات الدينية والأنشطة الميدانية كزيارة المنازل، ومن خلال الأشخاص الرئيسيين في المجتمع مثل النشطاء والمتطوعين.

## أرقام هواتف وخطوط ساخنة مهمة

- الخطوط الساخنة التابعة لوزارة الصحة العامة: كورونا 1787 | لقاخ 1214 (كلاهما مجاني)
- مركز الاتصال للإبلاغ عن حالات إصابة بكوفيد-19: 01 594459
- قسم الحجر الصحي في المطار: 01 629352
- مركز الطب الوقائي: 01 843769 | 01 830300
- وحدة المراقبة الوبائية: 01 614194 | 01 614196
- مكتب منظمة الصحة العالمية في لبنان: 01 612970/1/2
- الخط الساخن لدخول المرضى الى المستشفيات: 01 832700
- الخط الساخن للطوارئ التابع للصليب الأحمر اللبناني: 140
- الخط الساخن التابع للصليب الأحمر اللبناني للاستشارات الطبية وطلب آلة الأكسجين لمرضى كوفيد-19: 1760
- EMA - رقم مركز الجمعية في البقاع للمعلومات وخدمات الإحالة: 721 864 76

## التوصيات

للعاملين في مجال الرعاية الصحية

• نظرًا لأنّ هذه الشائعات يمكن أن تنتقل من عالم الإنترنت وتنتشر خارج الإنترنت في المجتمعات الضعيفة، بما في ذلك المجتمعات السورية التي تعيش في لبنان، فمن الضروري أن تكون هذه المجتمعات هي محور التوصيات. بالفعل في عام 2018، واجه اللاجئون السوريون في المناطق الحضرية العديد من العقبات الهيكلية التي تحول دون وصولهم إلى خدمات الرعاية الصحية مثل ارتفاع تكاليف النقل والتميز الملحوظ في المرافق الصحية. (39) نظرًا للتدهور الكبير في الظروف الاجتماعية والاقتصادية في لبنان منذ ذلك الحين، أصبحت العقبات التي يواجهونها أكبر بكثير، لا سيما بالنسبة للاجئين السوريين الذين يعيشون في مخيمات غير رسمية بعيدًا عن مرافق الرعاية الصحية والمهنيين الطبيين.

• تشجيع سلطات الصحة العامة والوكالات غير الحكومية الشريكة لها على إعطاء الأولوية لتوفير لقاحات كوفيد-19 للمجتمعات الضعيفة، ولا سيما اللاجئين السوريين الذين يعيشون في مخيمات غير رسمية بحيث لا يتم حمايتهم من كوفيد-19 فحسب، بل أيضًا من آثار كوفيد الطويلة الأمد لأنهم سيكافحون للحصول على العلاج والرعاية الضرورية بعد الشفاء في نظام الرعاية الصحية المتهاك في لبنان.

• إعداد رسائل لتعزيز التطعيم ومكافحة المعلومات المضلّة بين المجتمعات الضعيفة ونشرها من خلال وسائل التواصل الاجتماعي وتطبيقات الرسائل الفورية، لا سيما لشرح المخاطر المرتبطة بعدم التطعيم والمخاطر المتزايدة لآثار كوفيد الطويلة الأمد بين الأشخاص غير الملقّحين.

• توصي المنظمات العلمية عمومًا بمضادات التخثر لمرضى كوفيد-19 الذين يتلقون العلاج في المستشفى، خصوصًا أولئك الموجودين في العناية المركزة. (40)

• على الرغم من عدم وجود علاج طبي في الوقت الحالي للأشخاص الذين يعانون من آثار كوفيد الطويلة الأمد، تشير الأدلة إلى أنّ الرعاية الشاملة يمكن أن تكون مفيدة. (41) يجب على منظمات المجتمع المدني التي تلبي احتياجات الرعاية الصحية للمجتمعات الضعيفة أن تتبنّى مثل هذه الأساليب لعلاج المصابين بآثار كوفيد الطويلة الأمد.

• بالنظر إلى أنّ آثار كوفيد الطويلة الأمد لا تزال قيد التحديد، فإنّ توفير معلومات حول ما نعرفه حتى الآن عن تأثيرات الفيروس على المدى المتوسط إلى الطويل هو عنصر حاسم لإبقاء الناس على اطلاع. يمكنكم العثور على مزيد من المعلومات هنا.

• مساعدة المرضى الذين يعانون من عوارض طويلة الأمد لكوفيد-19 أو من الآثار الجانبية التي تستغرق وقتًا طويلاً للظهور، مثل تجلط الدم، من خلال تنظيم حلقات متابعة صحّية منتظمة حول هذا الموضوع وإحالتهم إلى الخدمات المتاحة التي تعرفونها.



"تحذير للمتعافين من كورونا آثار جانبية مفاجئة ومميتة قد تصيبكم: السكتة القلبية، الجلطات الدماغية والانسداد الرئوي"

شركة المنشور عبر تويتر من خلال صفحة إعلامية إخبارية ذات 1508 متابعًا

## آثار كوفيد الطويلة الأمد والوفاة

### التوصيات

للمجتمع

- إذا كانت لديكم أي مخاوف بشأن آثار جانبية بعد التعافي من كوفيد-19، يمكنكم الاتصال بالخط الساخن المجاني الخاص باللقاحات والتابع لوزارة الصحة العامة على الرقم 1214 للإبلاغ عن العوارض.
- مارسوا الإجراءات الوقائية مثل ارتداء الكمامة وتجنّب الأماكن المزدحمة والمغلقة وهدمة التهوية وغسل اليدين بانتظام بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل أو تعقيم اليدين في حال عدم توافر مياه نظيفة. هذا لا يحمي المجتمعات من كوفيد-19 فحسب، بل أيضًا من مجموعة متنوّعة من الأمراض المعدية الأخرى التي تنتقل عن طريق الهواء.
- خذوا اللقاح إذا كنتم مؤهلين له. بدأت وزارة الصحة العامة منذ شهر آذار/مارس 2022 بإعطاء لقاح Pfizer BionTech للفئة العمرية 12-18 سنة ولقاح Moderna للفئة العمرية 19 وما فوق. (42) يمكن لكل من يرغب في تلقي لقاح كوفيد-19 - بما في ذلك الفلسطينيين والسوريين والمهاجرون من جنسيات مختلفة حتى لو لم تكن أوراق إقامتهم محدثة - تحديد موعد مسبق من خلال منصة COVAX: covax.moph.gov.lb أو الذهاب إلى أقرب مركز تطعيم بدون موعد مسبق.
- اللقاح لا يحميكم من عدوى كوفيد-19 التي يُحتمل أن تكون خطيرة، بل يحمي مجتمعكم أيضًا ، ويمكن أن يمنعكم من المعاناة من عوارض طويلة الأمد لكوفيد-19 أو آثار جانبية أخرى. وجدت دراسة حديثة أنّ احتمالات الإصابة بعوارض طويلة الأمد التي غالبًا ما تستمرّ لمدة 12 أسبوعًا على الأقل انخفضت بمعدل 13% بعد الجرعة الأولى من لقاح كوفيد-19. (43)

اللجنة التنفيذية للقاح كوفيد-19  
الجمهورية اللبنانية  
وزارة الصحة العامة

دعونا نتقيد بالإجراءات الوقائية وأخذ لقاح كوفيد-19 للإستمتاع بفترة الصيف والمحافظة على تخفيف القيود

أخذ لقاح كوفيد-19 - 19  
غسل اليدين بالماء والماءون أو تعقيم اليدين بطريقة صحيحة  
ارتداء الكمامة  
الحفاظ على المسافة الآمنة/ الحد من التجمعات

اللجنة التنفيذية للقاح كوفيد-19  
الجمهورية اللبنانية  
وزارة الصحة العامة

الدول التي خففت القيود هي الدول التي تمكنت من تلقيح أكثر من 80% من السكان مما أدى إلى خفض الحاجة للعناية الاستشفائية

نسبة التلقيح في لبنان لم تتخطأ الـ 50% ومن المهم الوصول على الأقل إلى 80% لتعزيز المناعة المجتمعية والوقاية من مضاعفات المرض

- [https://internews.org/wp-content/uploads/2021/04/RIT\\_Findings\\_Recommendations\\_Lebanon-English.pdf](https://internews.org/wp-content/uploads/2021/04/RIT_Findings_Recommendations_Lebanon-English.pdf) .1
- <https://covid19.who.int/region/emro/country/lb> .2
- [According to the World Health Organization – Lebanon’s daily brief May 31st, 2022, prepared by WHO & MoPH](#) .3
- [Same source](#) .4
- [Same source](#) .5
- <https://www.cancer.gov/about-cancer/coronavirus/covid-19-vaccines-people-with-cancer> .6
- <https://www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/physical-side-effects/low-blood-counts/infections/covid-19-vaccines-in-people-with-cancer.html> .7
- [/https://fullfact.org/health/no-evidence-covid-vaccines-monkeypox](https://fullfact.org/health/no-evidence-covid-vaccines-monkeypox) .8
- [About Monkeypox | Monkeypox | Poxvirus | CDC](#) .9
- [\(Evolution of the COVID-19 vaccine development landscape \(nature.com](#) .10
- [/https://www.bloomberg.com/graphics/covid-vaccine-tracker-global-distribution](https://www.bloomberg.com/graphics/covid-vaccine-tracker-global-distribution) .11
- <https://www.who.int/emergencies/disease-outbreak-news/item/2022-DON388> .12
- [/https://www.nhs.uk/conditions/monkeypox](https://www.nhs.uk/conditions/monkeypox) .13
- <https://www.reuters.com/article/factcheck-boosters-hiv-idUSL1N2UM1Q0> .14
- <https://www.cdc.gov/hiv/basics/covid-19.html> .15
- <https://www.reuters.com/article/factcheck-vaccines-hiv-idUSL1N2UW10H> .16
- [\(NDVP Lebanon \(moph.gov.lb](#) .17
- [The MoPH Ensures That Safe And Effective Vaccines Are Strictly Used](#) .18
- [https://moph.gov.lb/userfiles/files/AwarenessCampaign/National%20Awareness%20Campaign%20on%20COVID%2019%20Vaccine%202021/COVID-19%20Vaccine%20FAQ%20-%20EN%20-%2010\\_02\\_2022.pdf](https://moph.gov.lb/userfiles/files/AwarenessCampaign/National%20Awareness%20Campaign%20on%20COVID%2019%20Vaccine%202021/COVID-19%20Vaccine%20FAQ%20-%20EN%20-%2010_02_2022.pdf) .19
- [/https://covid19.who.int](https://covid19.who.int) .20
- [According to the World Health Organization – Lebanon’s daily brief May 31st, 2022, prepared by WHO & MoPH](#) .21
- <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/coronavirus#:~:text=COVID%2D19%20is%20the%20disease,spread%20from%20person%20to%20person> .22
- <https://www.who.int/news-room/feature-stories/detail/fighting-misinformation-in-the-time-of-covid-19-one-click-at-a-time> .23
- <https://www.lorientlejour.com/article/1297066/deces-de-linfectiologue-roy-nasnas.html> .24
- [https://www.moph.gov.lb/userfiles/files/Laws%26Regulations/Taamim\\_23-2022.pdf](https://www.moph.gov.lb/userfiles/files/Laws%26Regulations/Taamim_23-2022.pdf) .25
- <https://www.moph.gov.lb/en/Pages/2/4000/aids> .26
- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/safety/safety-of-vaccines.html> .27
- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/expect/after.html> .28
- [/https://www.the961.com/lebanon-new-vaccination-guidelines-2022](https://www.the961.com/lebanon-new-vaccination-guidelines-2022) .29
- <https://www.gavi.org/vaccineswork/covid-19-survivors-are-still-greater-risk-heart-attacks-year-after-infection> .30
- <https://my.clevelandclinic.org/health/articles/23011-covid-heart-damage> .31
- [Same source](#) .32
- <https://www.bayer.com/en/news-stories/does-covid-19-cause-thrombosis-and-pulmonary-embolisms> .33
- [Study finds risk of serious blood clots up to six months after covid-19 | BMJ](#) .34
- [Same source](#) .35
- [https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1) .36
- [https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/coronavirus-disease-\(covid-19\)-post-covid-19-condition#:~:text=People%20with%20post%20COVID%2D19,as%20work%20or%20household%20chores](https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/coronavirus-disease-(covid-19)-post-covid-19-condition#:~:text=People%20with%20post%20COVID%2D19,as%20work%20or%20household%20chores) .37
- <https://digitalcommons.bau.edu.lb/cgi/viewcontent.cgi?article=1084&context=hwbjournal> .38
- <https://www.bayer.com/en/news-stories/does-covid-19-cause-thrombosis-and-pulmonary-embolisms> .39
- [https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/coronavirus-disease-\(covid-19\)-post-covid-19-condition#:~:text=People%20with%20post%20COVID%2D19,as%20work%20or%20household%20chores](https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/coronavirus-disease-(covid-19)-post-covid-19-condition#:~:text=People%20with%20post%20COVID%2D19,as%20work%20or%20household%20chores) .40
- [/https://www.the961.com/lebanon-new-vaccination-guidelines-2022](https://www.the961.com/lebanon-new-vaccination-guidelines-2022) .41
- <https://www.bmj.com/content/377/bmj-2021-069676#:~:text=In%20this%20community%20based%20study,first%20covid%2D19%20vaccine%20dose> .42



**USAID**



**Internews**



**Rooted  
in Trust**



*Endless Medical Advantage*