

هذه نصيحة صحية رسمية من  
مركز مكافحة الأمراض

This is an official CDC Health Advisory

موزعة بواسطة شبكة التحذير الصحي  
٢٦ أبريل/نيسان ٢٠٠٩، ١١:٠٠ ص. توقيت شرق أمريكا  
CDCHAN-000282-2009-04-26-ALT-N

مخاطر أنفلونزا الـ: ن ١ هـ ١ (N1H1) المرتبطة بالسفر إلى المناطق المصابة

يتباحث مسؤولو الصحة في الولايات المتحدة وفي جميع أنحاء العالم في موضوع إنتشار أنفلونزا الـ: ن ١ هـ ١. إن أنفلونزا الـ: ن ١ هـ ١ مرض يصيب عادة جهاز التنفس عند الخنازير ويسببه فيروس أنفلونزا النوع (أ) الذي يسبب إنتشار الأنفلونزا عند الخنازير. ولا تصيب فيروسات أنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١) البشر عادة؛ بالرغم من ذلك، تحدث إصابات عند البشر بأنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١) أيضاً. وأكد مسؤولو الصحة أن فيروس أنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١) ينتشر من شخص إلى شخص ويمكن أن يسبب المرض.

ما زال الإنتشار قائماً ومن المتوقع حدوث المزيد من الإصابات. للحصول على معلومات إضافية عن إصابات أنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١)، يرجى مراجعة موقع الأنترنت الخاص بمركز التحكم بالأمراض: <http://www.cdc.gov/swineflu/> ومن أجل المعلومات الخاصة بإحتياجات السفر وتحديثها عن المناطق المصابة، يرجى مراجعة موقع: [www.cdc.gov/travel](http://www.cdc.gov/travel). إن أعراض أنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١) عند الناس مشابهة لأعراض الأنفلونزا الموسمية عند البشر ويمكن أن تتضمن:

- الحمى (أكثر من ١٠٠° ف. أو ٣٧,٨° مئوية)
- التهاب الحلق
- السعال
- إنسداد الأنف
- قشعريرة
- وجع الرأس والجسم
- إعياء

أبلغ بعض الأشخاص عن إصابتهم بالإسهال والتقيؤ من جراء إصابتهم بأنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١). كما تم التبليغ عن إصابة بعض الأشخاص بأمراض شديدة (كالإلتهاب الرئوي وتوقف جهاز التنفس وأحياناً الموت) من الإصابة بأنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١). وكما هو الأمر مع الأنفلونزا الموسمية، يمكن لأنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١) أن تسبب للأشخاص الذين يعانون من الأمراض المزمنة تدهور أحوالهم الصحية. يجب على الأشخاص الذين يدخلون الولايات المتحدة الذين يعانون من أعراض مشابهة لأنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١) وقد سافروا إلى منطقة مصابة (راجع المناطق المصابة في <http://www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm>)، أو الذين تعرضوا إلى شخص يحتمل أن يكون مصاباً بأنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١)، خلال الـ: ٧ أيام الأخيرة، التبليغ عن أمراضهم إلى الجهات التي تقدم لهم الرعاية الصحية وأن يخبروهم عن رحلتهم الأخيرة. على الأشخاص المسافرين من الولايات المتحدة إلى المناطق المصابة أن يكونوا مطلعين على مخاطر مرض أنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١) وأن يأخذوا حيلتهم. لمنع إنتشار أنفلونزا (الـ: ن ١ هـ ١):

- تجنب الإتصال بالأشخاص المرضى
- عندما تسعل أو تعطس، غطِّ أنفك وفمك بمنديل ورقي أو بكمك (إذا لم يكن معك منديل ورقي). ألق المنديل المستعمل في علبة الزباله.
- بعدما تسعل أو تعطس، اغسل يديك بالصابون والماء، أو إستعمل سائل جيل تنظيف الأيدي الذي يدخل في تركيبه الكحول.

- إذا كنت تعتقد بأنك مريض بالأنفلونزا، تجنب الإتصال القريب من الآخرين بقدر الإمكان. إبقَ في البيت أو غرفة فندقك. إحصل على رعاية طبية إذا كنت مريضاً جداً ( مثل كونك تتنفس بصعوبة). هنالك علاجات مضادة للفيروسات للوقاية والعلاج من أنفلونزا (ال: ن ١ هـ ١) يستطيع طبيبك أن يصفها لك. لا تذهب للعمل، المدرسة، أو السفر وأنت مريض.

للمزيد من المعلومات:  
• إتصل بدائرة الصحة المحلية في ولايتك  
• قم بزيارة: <http://www.cdc.gov/swineflu/>  
• إتصل بمركز التحكم بالأمراض ٢٤ ساعة/كل يوم  
١-٨٠٠-٢٣٢-٤٦٣٦ ○  
٨٨٨-٢٣٢-٦٣٤٨ :TTY ○  
[cdcinfo@cdc.gov](mailto:cdcinfo@cdc.gov) ○

درجات رسائل التحذير:

**تحذير صحي** التبليغ عن أعلى درجة في الأهمية، يدعو إلى إتخاذ إجراءات أو إهتمام فوري.  
**نصيحة صحية** تقديم معلومات هامة عن حدث أو حالة معينة؛ يمكن أن لا يدعو إلى إجراءات فورية.  
**تحديث صحي** تقديم معلومات صحية مجددة تختص بحدث أو حالة؛ غالباً، لا تدعو إلى إجراء فوري.

###تم توزيع هذه الرسالة على موظفي الصحة في الولاية وفي المناطق المحلية، موظفي الإعلام العام، المختصين بالأوبئة ومنسقي شبكة التحذير الصحي بالإضافة إلى منظمات العيادات الطبية###

لقد أرسلت لك هذه الرسالة بالإستناد على المعلومات الموجودة في مخزن معلومات التبليغ في الطوارئ. إذا كان عندك بريد إلكتروني مختلف أو إضافي، أو عنوان فاكس تريدنا أن نستعمله يرجى الإتصال ببرنامج شبكة التحذير الصحي Health Alert Network التي ترعاها الولاية في ولايتك أو دوائر الصحة المحلية في منطقتك.