

## مكافحة العدوى في المدارس وأماكن العمل

- ينبغي التركيز على مكافحة العدوى للإنفلونزا الجائحة في المدارس وأماكن العمل على:
  - ◇ إبعاد الطلبة والمعلمين والعمال المرضى أثناء أصابتهم بالعدوى.
  - ◇ ترويج قواعد النظافة عند التنفس وآداب السعال وحفظ نظافة اليدين فيما يتعلق بأي عدوى تنفسية. لم يثبت بعد حسنات إرتداء الأقنعة في مثل هذه الأوضاع.
- ينبغي على مدراء المدارس وأرباب العمل أن يتأكدوا من توافر المواد اللازمة لقواعد النظافة عند التنفس وآداب السعال (أي توافر المناديل الورقية وسلات المهملات للتخلص منها) ولحفظ نظافة الأيدي. الرسائل التوجيهية وإرشادات مكافحة العدوى المعنية بالإنفلونزا الجائحة متوفرة للتوزيع. (CDC – مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها – سيضع المواد التثقيفية الملائمة لمختلف فئات الجمهور.)

## قواعد النظافة عند التنفس وآداب السعال

بغية احتواء الإفرازات التنفسية، ينبغي أن يُعطى جميع الأشخاص الذين يعانون من علامات وأعراض العدوى التنفسية، وبغض النظر عن سبب انتشائها المفترض، تعليمات حول:

- تغطية الأنف/ الفم عند السعال أو العطس
- استخدام المناديل الورقية لاحتواء الإفرازات التنفسية.
- طرح المناديل الورقية في أقرب سلة مهملات بعد استعمالها.
- أداء نظافة اليدين بعد ملامسة الإفرازات التنفسية والأجسام والمواد الملوثة.

## مكافحة العدوى في المحيطات المجتمعية

عند مكافحة العدوى في المحيط المجتمعي، ينبغي التركيز على "الإبعاد الاجتماعي" وترويج قواعد النظافة عند التنفس وآداب السعال ونظافة الأيدي من أجل تقليل تعرضها للآخرين. ويتضمن هذا استخدام الأقنعة من الأشخاص الذين يعانون من أعراض تنفسية، إذا كان ذلك ممكناً. على الرغم من أن استخدام الأقنعة في بيئات مجتمعية لم يثبت بعد كأحد تدابير الصحة العامة لتقليل العدوى خلال تفشي مجتمعي، فيمكن للأشخاص اختيار ارتداء قناع كجزء من استراتيجيات الحماية الفردية التي تتضمن آداب السعال ونظافة اليدين وتفادي التجمعات العامة. وقد يكون استخدام القناع مهماً أيضاً للأشخاص الذين يكونون أكثر عرضة لمضاعفات الإنفلونزا. ينبغي أن يقدم التثقيف العام كيفية استخدام الأقنعة بشكل ملائم. ينبغي على الأشخاص الذي يكونون أكثر عرضة لمضاعفات الإنفلونزا أن يحاولوا تجنب التجمعات العامة (مثل دور السينما، والصلاة في دور العبادة، والاجتماعات العامة) عندما تكون الإنفلونزا الجائحة في المجتمع. ينبغي عليهم أيضاً تجنب زيارة الأماكن العامة الأخرى (مثل متاجر البقالة والصيدليات)؛ ويستحسن أن يطلبوا من أشخاص آخرين أن يتسوقوا لهم حاجاتهم أو استعمال خدمة التوصيل المنزلي.

## إعطاء الأقنعة للأشخاص الذين يعانون من أعراض عدوى تنفسية وفصلهم عن الآخرين

خلال فترات تزايد العدوى التنفسية في المحيط المجتمعي المحلي، ينبغي أن يُقدّم للأشخاص الذين يسعلون إما قناع إجرائي (أي حلقة تلتف خلف الأذن) أو قناع جراحي (أي بربطات) من أجل احتواء الإفرازات التنفسية. ينبغي أن يُشجع كل من يسعل على الجلوس بعيداً بقدر الإمكان (قدر 3 أقدام على الأقل) من الآخرين في مناطق الانتظار المشتركة. قد ترغب بعض المنشآت في اعتماد هذه التوصية طوال السنة.