|  |
| --- |
|  |
| **دليل خطة الطوارئ**  |
|  |



|  |
| --- |
|  |

**وزارة التربية والتعليم**

**مديرية التربية والتعليم لمنطقة البادية الشمالية الشرقية**

مدرسة دير الكهف الثانوية للبنين

 **العام الدراسي 2021/ 2022**

**مدير المدرسة : سلامه السميران**

**المقدمة**

نظرا لأهمية خطة الطوارئ لأي منشأة على وجه العموم ، والأكاديمية منها على وجه الخصوص ؛ حرصت مدرسة ملكا الأساسية للبنات ممثله بمديرتها ومعلماتها على إعداد خطة طوارئ، وذك لمواجهة الكوارث والأزمات التي تنشأ فجأة دون سابق إنذار، حيث ترى المدرسة أنها بهذه الخطة سوف يكون لديها مرجع - بعد توفيق الله عز وجل - في كيفية التعامل مع مثل هذه الحالات والطرق الكفيلة بإعادة الوضع قدر الإمكانات المتاحة إلى ما كان عليه قبل وقوع الكارثة ومحاوله الحد من انتشار الوباء بين طالبات المدرسه . كل هذا يأتي إيمانا من المدرسة بأن سلامة منسوبيها ( الهيئة التدريسية والإدارية، والطلاب) تأتي قبل سلامة مرافقها، بيد أن هذا لا يعني عدم حرص المدرسة على تفادي أي ضرر قد يلحق بمرافقها، فمتى تعطلت المرافق ترتب على ذلك تعطل العملية التعليمية برمتها.

ومثلها مثل أي صرح أكاديمي، لايمكن لأي خطة طوارئ أن تلاقي النجاح ما لم يكن هناك فريق كامل مؤهل للإشراف المباشر على مثل هذه الحالات، كي يعملوا معاً من أجل اتخاذ كل ما يلزم من إجراءات وقائية تحد من الضرر في الأرواح والممتلكات. لذا فإن المعرفة الكاملة بسياسات هذه الخطة وقواعدها سيكفل بأذن الله تنفيذها بالشكل المطلوب متى تعاون الجميع على ذلك.

لذا فإن دليل الخطة هذا ينطوي على عدة بنود،تتمثل في إجراءات يتوجب على كل فرد في فريق المدرسة تفهمها جيدا أولا، ومن ثم تطبيقها التطبيق الأمثل ثانيا، وذلك من خلال معرفة كل فرد(معلم، إداري، طالب) فيها بحجم مسؤوليته الملقاة على عاتقه. ولا يعني تشكيل فريق للطوارئ والدفاع المدني داخل المدرسة لمثل هذه الحالات أن المعلمات والإداريات الأُخريات بمنأى عن المشاركة في خطة الطواريء، بل إن هذا الفريق مطالب بالتنسيق الفوري الأمثل المباشر مع الجهات ذات العلاقة.

**الهدف العام من الخطة:**

إن الهدف الرئيس من هذه الخطة هو التعامل الفوري مع أي حالة طارئة حال حدوثها، كالكوارث أو الأزمات، والامراض السريعه الانتشار عن طريق الجهاز التنفسي مثل مرض كورونا اذ يعتبر وباء عالمي والسبل الكفيلة بالحد منها قدر الامكان من انتشاره بين الطالبات اذ ستلزم كل عضو في المدرسه بالقيام بالدور المناط به حسب الخطة الموضوعة سلفا لهذا الغرض،إذ متى عرف كل أعضاء الفريق واجباتهم المناطة بهم؛تحققت عن طريقهم أهداف الخطة بالطريقة الصحيحة، التي ستحد - بعد توفيق الله عز وجل - من أي خسائر ناجمة عن تلك الجائحه العالميه.

**خطة الإخلاء في حالات الطوارئ:**

مما لاشك فيه أن التعامل مع أي أزمة طارئة هو الاختبار الصعب لأي مؤسسة أو منشأة، لذا بات على كل منشأة أو هيئة بصفه عامة، والتعليمية منها بصفة خاصة وذلك بسبب اكتظاظ الطلبه،واجبُ الاستعداد الأمثل لمثل هذه الحالات، بل إن الأمر يتعدى ذلك إلى حد وضع المدرسة في مسؤولية يتوجب عليها القيام بها على أكمل وجه دون تقصير أو تخاذل، وذلك حسب ماهو مهيأ لها من إمكانات في هذا الشأن، سواء أكانت إمكانات بشرية أم معدات أم غير ذلك. فسلامة الطاقم البشري، وكذا كل مرافق المدرسة هي من صميم عمل لجنة الطواريء والدفاع المدني بالمدرسة، سواء أكان ذلك الطارئ حريقا أم حالة تندرج تحت اسم الأزمات والكوارث، تلك الحالات التي يتوجب التعامل معها بكل جدية،وبالطرق المناسبة حتى نضمن سلامة الهيئة التدريسية والطلاب، وكذا الحد من الضرر الذي قد يلحق بمرافقها، صغيرها وكبيرها.

إن مواجهة الأزمات والحالات الطارئة تتطلب وجود فريق مؤهل، مدرب التدريب الأمثل على كيفية التعامل مع مثل هذه الحالات.

لذا حرصت إدارة المدرسة ولجنة الطواريء والدفاع المدني على عقد دورات تدريبية للطلاب والمعلمين في المدرسة، وقامت بوضع :

**أولا: -الخطة الوقائية،ومن أهم أهدافها مايلي:**

1. الحد من انتشار العدوى بين الطالبات إن كان ذلك في الإمكان.
2. الإعداد الجيد، وذلك باختيار فريق طوارئ داخل المدرسة، وتدريبه التدريب الأمثل حيال مواجهة مثل هذه الحالات والسبل الكفيلة بالحد من أضرارها.
3. وضع التدريب النظري محل التدريب العملي، وذلك بإجراء تجارب افتراضية لجميع أعضاء فريق العمل لمعرفة قدرتهم على التعامل مع هذه الحالات.
4. توزيع نشرات توعويه للطالبات للتعريف بالمرض وكيفيه التعامل معه .
5. عقد ورشه تدريبيه توضح كيفيه التعامل مع الفايروس والحد من انتشاره .

**ثانيا: -خطط مواجهة الكوارث والامرا والامراض وتهدف إلى:**

* + - 1. وجود قواعد وإجراءات يتوجب على الجميع بلجنة الكوارث والطوارئ تتبع بنودها بكل دقه .
1. وجود وصف واضح لكل أعضاء فريق الخطة، فيه كيفية الإخلاء الفوري المباشر لكل من هو بداخل المدرسة. ووضع خطة تفصيلية لعمليات إخلاء المدرسة في حالة حدوث الكوارث والأزمات الطارئة.
2. وجود ملف داخل المدرسه موضح فيه كيفيه التعامل مع الفايروس .
3. تدريب المعلمات والطالبات على كيفيه التعامل مع المرض والحد من انتشاره .
4. متابعه نظافه الغرف الصفيه والمرافق الصحيه.
5. التاكد من وجود معقمات وكمامات مع الطالبات والتباعد بينهن ومراعاه التعقيم اليومي .
6. التواصل مع المركز الصحي في حال وجود شكوك في ظهور اي من اعراض المرض على الطالبات
7. التواصل مع الدفاع المدني لتزويد المدرسه بالكمامات والمعقمات والاسعافات الاوليه
8. استخدام عده مخارج وتدريب الطالبات على الخروج والدخول منها .
9. ازاله الاثاث الزائد والمواد غير القابله للتنظيف .
10. اعاده تنظيم المكاتب بما يتضمن تحقيق التباعد واستخدام قاعه اجتماعات لتوفير مساحات مكتبيه اكبر .
11. التوعيه اليوميه للعملين والطلبه قبل بدء اليوم الدراسي وتعريفهم باليه الدوام الدراسي واوقات الحركه المسموح بها .
12. تخصص كل معلمه خمس دقائق من كل حصه لتوعيه الطالبات باخطار مرض كورونا وطرق انتشاره.
13. وضع خطه لكيفيه التواصل بين المعلمات والطالبات في حال العوده للتعلم عن بعد اذ يجب التاكد التواصل مع جميع الطالبات .
14. احصاء اسماء الطالبات واخذ ارقام الهواتف وعمل مجموعات على الواتس وبرنامج نور سبيس
15. احصاء الطالبات ذوات الامراض المزمنه والمعديه ليتم استثناءهم من الدوام وذلك لضمان عدم انتقال العدوى لهم .
16. مراعاه ظاهره التنمر بين الطالبات والحد منها ويكمن ذلك في تفعيل دور المرشده التربويه في المدرسه لمتابعه الطالبات وارشادهن .
17. عدم السماح بدخول خدمات الدعدم والصيانه خلال الدوام المدرسي للطالبات والكادر التعليمي والاداري .

**ثالثا: -الخطة**

**تعريف المصطلحات:**

يتوجب على جميع أعضاء فريق الطوارئ تمييز بعض المصطلحات حتى يتمكنوا من أداء دورهم حسب كل حالة:

**كوفيد19**

**ما هو فيروس كورونا؟**

**فيروسات كورونا هي سلالة واسعة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان. ومن المعروف أن عدداً من فيروسات كورونا تسبب لدى البشر أمراض تنفسية تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد وخامة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس) والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس). ويسبب فيروس كورونا المُكتشف مؤخراً مرض كوفيد-19.**

**ما هو مرض كوفيد-19؟**

**مرض كوفيد-19 هو مرض معد يسببه آخر فيروس تم اكتشافه من سلالة فيروسات كورونا. ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس الجديد ومرضه قبل بدء تفشيه في مدينة ووهان الصينية في كانون الأول/ ديسمبر 2019. وقد تحوّل كوفيد-19 الآن إلى جائحة تؤثر على العديد من بلدان العالم.**

**ما هي أعراض مرض كوفيد-19؟**

**تتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد-19 في ‏الحمى والإرهاق والسعال الجاف. وتشمل الأعراض ‏الأخرى الأقل شيوعاً ولكن قد يُصاب بها بعض ‏المرضى: الآلام والأوجاع، واحتقان الأنف، ‏والصداع، والتهاب الملتحمة، وألم الحلق، والإسهال، ‏وفقدان حاسة الذوق أو الشم، وظهور طفح جلدي ‏أو تغير لون أصابع اليدين أو القدمين. وعادة ما ‏تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ بشكل تدريجي. ‏ويصاب بعض الناس بالعدوى دون أن يشعروا إلا ‏بأعراض خفيفة جداً.**

**ويتعافى معظم الناس (نحو 80%) من المرض دون ‏الحاجة إلى علاج خاص. ولكن الأعراض تشتد ‏لدى شخص واحد تقريباً من بين كل 5 أشخاص ‏مصابين بمرض كوفيد-19 فيعاني من صعوبة في ‏التنفس. وتزداد مخاطر الإصابة بمضاعفات وخيمة ‏بين المسنين والأشخاص المصابين بمشاكل صحية ‏أخرى مثل ارتفاع ضغط الدم أو أمراض القلب والرئة ‏أو السكري أو السرطان. وينبغي لجميع الأشخاص، ‏أيا كانت أعمارهم، التماس العناية الطبية فوراً إذا ‏أصيبوا بالحمى و/أو السعال المصحوبين بصعوبة في ‏التنفس/ضيق النفس وألم أو ضغط في الصدر أو ‏فقدان القدرة على النطق أو الحركة. ويوصى، قدر ‏الإمكان، بالاتصال بالطبيب أو بمرفق الرعاية ‏الصحية مسبقاً، ليتسنى توجيه المريض إلى العيادة ‏المناسبة.  ‏**

**ماذا أفعل إذا كنت مصاباً بأعراض كوفيد-19 ومتى ينبغي أن التمس الرعاية الطبية؟**

**إذا كانت أعراضك خفيفة، من قبيل الكحة البسيطة أو الحمى الطفيفة، فلا حاجة عموماً إلى طلب الرعاية الطبية. الزم المنزل واعزل نفسك وراقب أعراضك. واتبع الإرشادات الوطنية عن العزل الذاتي. ولكن إذا كنت تعيش في منطقة تنتشر فيها الملاريا أو حمى الضنك، فمن الضروري ألا تتجاهل أعراض الحمى. اطلب المساعدة الطبية. وعندما تتوجه إلى مرفق الرعاية الصحية ضع كمامة إن أمكن، وحافظ على مسافة متر واحد على الأقل بينك وبين الآخرين وتجنب لمس الأسطح المحيطة بيديك. وإذا كان المريض طفلاً، فساعده على الالتزام بهذه النصائح.**

**التمس الرعاية الطبية على الفور إذا كنت تشعر بصعوبة في التنفس أو بألم/ضغط في الصدر. اتصل بالطبيب مسبقاً، إن أمكن، ليتسنى له إرشادك إلى المرفق الصحي المناسب.**

**كيف ينتشر مرض كوفيد-19؟**

**يمكن أن يلقط الأشخاص عدوى كوفيد-19 من أشخاص آخرين مصابين بالفيروس. وينتشر المرض بشكل أساسي من شخص إلى شخص عن طريق القُطيرات الصغيرة التي يفرزها الشخص المصاب بكوفيد-19 من أنفه أو فمه عندما يسعل أو يعطس أو يتكلم. وهذه القطيرات وزنها ثقيل نسبياً، فهي لا تنتقل إلى مكان بعيد وإنما تسقط سريعاً على الأرض. ويمكن أن يلقط الأشخاص مرض كوفيد-19 إذا تنفسوا هذه القُطيرات من شخص مصاب بعدوى الفيروس. لذلك من المهم الحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل (3 أقدام) من الآخرين. وقد تحط هذه القطيرات على الأشياء والأسطح المحيطة بالشخص، مثل الطاولات ومقابض الأبواب ودرابزين السلالم. ويمكن حينها أن يصاب الناس بالعدوى  عند ملامستهم هذه الأشياء أو الأسطح ثم لمس أعينهم أو أنفهم أو فمهم. لذلك من المهم غسل المواظبة على غسل اليدين بالماء والصابون أو تنظيفهما بمطهر كحولي لفرك اليدين.**

**هل يمكن التقاط عدوى كوفيد-19 من شخص لا تظهر عليه أعراض المرض؟**

**تنتشر عدوى كوفيد-19 أساساً عن طريق القطيرات التنفسية التي يفرزها شخص يسعل أو لديه أعراض أخرى مثل الحمى أو التعب. ولكن العديد من الأشخاص المصابين بعدوى كوفيد-19 لا تظهر عليهم سوى أعراض خفيفة جداً. وينطبق ذلك بشكل خاص في المراحل الأولى من المرض. ويمكن بالفعل التقاط العدوى من شخص يعاني من سعال خفيف ولا يشعر بالمرض.**

**وتشير بعض التقارير إلى أن الفيروس يمكن أن ينتقل حتى من الأشخاص الذين لا تظهر عليهم أي أعراض. وليس معروفاً حتى الآن مدى انتقال العدوى بهذه الطريقة. وتواصل المنظمة تقييم البحوث الجارية في هذا الصدد وستواصل نشر أي نتائج محدّثة بهذا الشأن.**

**كيف يمكن لنا حماية الآخرين وحماية أنفسنا من العدوى إذا لم نكن نعلم من مصاب بها؟**

**إن الحرص على ممارسة نظافة اليدين والجهاز التنفسي مهمة في جميع الأوقات وهي أفضل طريقة لحماية نفسك والآخرين.**

**حافظ على مسافة متر واحد على الأقل (3 أقدام) بينك وبين الآخرين عند الإمكان. وهي مسألة مهمة بشكل خاص إذا كنت تقف قرب شخص يسعل أو يعطس. وبما أن بعض الأشخاص المصابين بالعدوى قد لا تظهر عليهم الأعراض بعد أو لديهم أعراض خفيفة فقط، فإن الحفاظ على مسافة متباعدة عن الجميع هو فكرة جيدة إذا كنت في منطقة يسري فيها مرض كوفيد-19.**

**ماذا أفعل إذا كنت قد خالطت عن قربٍ شخصاً مصاباً بكوفيد-19؟**

**إذا كنت قد خالطت عن قربٍ شخصاً مصاباً بكوفيد-19 فقد تكون العدوى قد انتقلت إليك أيضاً**

**والمخالطة القريبة تعني أنك تعيش مع شخص مصاب بالمرض أو كنت معه في نفس المكان على مسافة تقل عن متر واحد (3 أقدام)**

**ولكن إذا كنت تعيش في منطقة تنتشر فيها الملاريا أو حمى الضنك، فمن الضروري ألا تتجاهل أعراض الحمى. اطلب المساعدة الطبية. وعندما تتوجه إلى مرفق الرعاية الصحية ضع كمامة إن أمكن، وحافظ على مسافة متر واحد على الأقل بينك وبين الآخرين وتجنب لمس الأسطح المحيطة بيديك. وإذا كان المريض طفلاً، فساعده على الالتزام بهذه النصائح.**

**أما إذا كنت لا تعيش في منطقة تنتشر فيها الملاريا أو حمى الضنك، فالرجاء اتباع النصائح التالية**

**إذا شعرت بالتوعك، ولو بأعراض خفيفة جداً مثل الحمى الخفيفة أو الأوجاع، فعليك أن تعزل نفسك بالبقاء في المنزل**

**حتى إذا اعتقدت أنك لم تتعرض للإصابة بعدوى كوفيد-19 ولكن ظهرت عليك هذه الأعراض فاعزل نفسك وراقب أعراضك**

**تزداد احتمالات انتقال العدوى في المراحل الأولى من المرض عندما تكون الأعراض خفيفة، لذلك من المهم جداً أن تعزل نفسك مبكراً**

**إذا لم تظهر عليك أي أعراض ولكنك خالطت شخصاً مصاباً بالعدوى، فالزم الحجر الصحي لمدة 14 يوماً**

**إذا تأكدت (بالفحص المختبري) إصابتك بعدوى كوفيد-19، فعليك أن تعزل نفسك لمدة 14 يوماً حتى بعد تلاشي الأعراض، كإجراء احتياطي. فليس معروفاً على وجه الدقة حتى الآن المدة التي يظل فيها الشخص معدياً بعد تعافيه من المرض. اتبع الإرشادات الوطنية بشأن العزل الذاتي**

**ما الذي يعنيه العزل الذاتي؟**

**العزل الذاتي إجراء مهم يطبقه الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد-19 لتجنب نقل العدوى للآخرين في المجتمع، بمن في ذلك أفراد عائلتهم.**

**والمقصود بالعزل الذاتي هو عندما يلزم الشخص المصاب بالحمى أو السعال أو غير ذلك من أعراض مرض كوفيد-19، بيته ويمتنع عن الذهاب إلى العمل أو المدرسة أو الأماكن العامة. وهذا العزل يمكن أن يحدث بشكل طوعي أو يستند إلى توصية من مقدم الرعاية الصحية. ولكن إذا كنت تعيش في منطقة تنتشر فيها الملاريا أو حمى الضنك، فمن الضروري ألا تتجاهل أعراض الحمى. اطلب المساعدة الطبية. وعندما تتوجه إلى مرفق الرعاية الصحية ضع كمامة إن أمكن، وحافظ على مسافة متر واحد على الأقل بينك وبين الآخرين وتجنب لمس الأسطح المحيطة بيديك. وإذا كان المريض طفلاً، فساعده على الالتزام بهذه النصائح.**

**أما إذا كنت لا تعيش في منطقة تنتشر فيها الملاريا أو حمى الضنك، فالرجاء اتباع النصائح التالية**

**-  إذا كان شخص ما في العزل الذاتي، فالسبب هو أنه يشعر بالتوعك دون أن يكون مرضه شديداً (أي لا يستدعي العناية الطبية)**

**اختر للعزل غرفة منفصلة واسعة وجيدة التهوية مزودة بمرحاض ولوازم تنظيف اليدين**

**إذا لم تتوفر غرفة منفصلة فباعد بين أسرّة النوم مسافة متر واحد على الأقل**

**حافظ على مسافة متر واحد على الأقل من الآخرين، بمن في ذلك أفراد أسرتك**

* **راقب أعراضك بشكل يومي اعزل نفسك 14 يوماً حتى لو شعرت أنك بصحة جيدة.**
* **إذا ظهرت لديك أعراض الصعوبة في التنفس فاستشر طبيبك على الفور، واتصل هاتفياً أولاً إن أمكن**
* **حافظ على إيجابيتك وحيويتك بالبقاء على اتصال مع أحبتك بالهاتف أو عبر الإنترنت، أو بممارسة بعض التمارين الرياضية في المنزل.**

**ماذا أفعل إن لم تكن لدي أعراض ولكني أعتقد أني قد تعرّضت لعدوى كوفيد-19؟ ما الذي يعنيه الحجر الصحي الذاتي؟**

**الحجر الصحي الذاتي هو أن تعزل نفسك عن الآخرين لأنك خالطت شخصاً مصاباً بمرض كوفيد-19، رغم عدم ظهور أي أعراض عليك. وينبغي أن تراقب نفسك لرصد أي أعراض قد تظهر عليك أثناء الحجر الصحي. والهدف من الحجر الصحي الذاتي هو منع انتقال العدوى. فالأشخاص الذين يصابون بمرض كوفيد-19 يمكنهم نقل العدوى إلى الآخرين فوراً، لذلك من شأن الحجر الصحي أن يمنع انتقال العدوى وفي حالة الحجر الصحي**

* **اختر غرفة منفصلة واسعة وجيدة التهوية مزودة بمرحاض ولوازم تنظيف اليدين**
* **إذا لم تتوفر غرفة منفصلة فباعد بين أسرّة النوم مسافة متر واحد على الأقل**
* **حافظ على مسافة متر واحد على الأقل من الآخرين، بمن في ذلك أفراد أسرتك**
* **راقب أعراضك بشكل يومي**

**امكث في الحجر الصحي الذاتي 14 يوماً حتى لو شعرت أنك بصحة جيدة**

**إذا ظهرت لديك أعراض الصعوبة في التنفس فاستشر طبيبك على الفور، واتصل هاتفياً أولاً إن أمكن**

**حافظ على إيجابيتك وحيويتك بالبقاء على اتصال مع أحبتك بالهاتف أو عبر الإنترنت، أو بممارسة بعض التمارين الرياضية في المنزل**

**ولكن إذا كنت تعيش في منطقة تنتشر فيها الملاريا أو حمى الضنك، فمن الضروري ألا تتجاهل أعراض الحمى. اطلب المساعدة الطبية. وعندما تتوجه إلى مرفق الرعاية الصحية ضع كمامة إن أمكن، وحافظ على مسافة متر واحد على الأقل بينك وبين الآخرين وتجنب لمس الأسطح المحيطة بيديك. وإذا كان المريض طفلاً، فساعده على الالتزام بهذه النصائح .**

**ما هو الفرق بين العزل الذاتي والحجر الصحي الذاتي والتباعد الجسدي؟**

**الحجر الصحي يعني تقييد الأنشطة وعزل الأشخاص غير المرضى هم أنفسهم ولكنهم ربما تعرّضوا للإصابة بعدوى كوفيد-19. والهدف هو منع انتشار المرض في الوقت الذي لا تكاد تظهر أي أعراض على الشخص .**

**أما العزل فيعني عزل الأشخاص المرضى الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد-19 ويمكنهم نقل عدواه، لمنع انتشار المرض .**

**ويعني التباعد الجسدي الابتعاد عن الآخرين جسدياً. وتوصي المنظمة بالابتعاد عن الآخرين مسافة متر واحد (3 أقدام) على الأقل. وهي توصية عامة يتعين على الجميع تطبيقها حتى لو كانوا بصحة جيدة ولم يتعرضوا لعدوى كوفيد-19**

**هل يمكن أن يُصاب الأطفال والمراهقون بمرض كوفيد-19؟**

**تشير البحوث إلى أن احتمالات إصابة الأطفال والمراهقين بعدوى كوفيد-19 وإمكانية نشرهم للعدوى لا تختلف عن الفئات العمرية الأخرى.**

**وتشير الأدلة المتاحة حتى اليوم إلى أن الأطفال واليافعين أقل عرضة للإصابة بمضاعفات المرض الوخيمة، ولكن لا يزال حدوث ذلك ممكناً وسط هذه الفئة العمرية**

**وينبغي أن يتبع الأطفال والمراهقون نفس الإرشادات عن الحجر الصحي الذاتي والعزل الذاتي إذا تعرضوا لخطر الإصابة بالعدوى أو إذا ظهرت عليهم أعراضها. ومن المهم بشكل خاص أن يتجنب الأطفال مخالطة كبار السن والآخرين الأكثر عرضة للإصابة بمضاعفات المرض الوخيمة**

**كيف يمكنني حماية نفسي ومنع انتشار المرض؟**

**تابع آخر المعلومات عن فاشية مرض كوفيد-19 عن طريق موقع المنظمة الإلكتروني وسلطات الصحة العمومية الوطنية والمحلية. لقد سجّلت معظم بلدان العالم حالات إصابة بمرض كوفيد-19، ويشهد العديد منها تفشي هذا المرض. ونجحت السلطات المعنية في بعض البلدان  في إبطاء وتيرة تفشي المرض. غير أنه لا يزال من الصعب التنبؤ بالوضع، ويتعين بالتالي الاطلاع بشكل منتظم على آخر المستجدات**

**يمكنك الحد من احتمالات إصابتك بعدوى كوفيد-19 أو نشرها باتخاذ بعض الاحتياطات البسيطة**

* **واظب على تنظيف يديك جيداً بفركهما بمطهر كحولي لليدين أو بغسلهما بالماء والصابون**

**لماذا؟ إن تنظيف يديك بالماء والصابون أو فركهما بمطهر كحولي يقتل الفيروسات التي قد تكون على يديك**

* **حافظ على مسافة متر واحد (3 أقدام) على الأقل بينك وبين الآخرين**

**لماذا؟ عندما يسعل شخص أو يعطس، فإنه يفرز من أنفه أو فمه قُطيرات سائلة صغيرة قد تحتوي على الفيروس. فإذا كنت قريباً جداً منه يمكن أن تتنفس هذه القُطيرات، بما في ذلك الفيروس المسبب لمرض كوفيد-19 إذا كان ذلك الشخص مصاباً به.**

**عندما يحتشد الناس في أماكن مكتظة تزداد احتمالات مخالطة شخص مصاب بمرض كوفيد-19 ويصعب الحفاظ على مسافة متر واحد (3 أقدام) بينك وبين الآخرين**

* **تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك**
* **تأكد من اتّباعك أنت والمحيطين بك ممارسات النظافة التنفسية الجيدة. ويعني ذلك أن تغطي فمك وأنفك بثني المرفق أو بمنديل ورقي عند السعال أو العطس. تخلص من المنديل بعد استعماله فوراً**
* **إلزم المنزل واعزل نفسك حتى لو كانت لديك أعراض خفيفة مثل السعال والصداع والحمى الخفيفة، إلى أن تتعافى. اطلب من شخص آخر أن يحضر لك مشترياتك. وإذا اضطررت إلى مغادرة المنزل، ضع كمامة لتجنب نقل العدوى إلى الآخرين**
* **إذا كنت مصاباً بالحمى والسعال وصعوبة التنفس، التمس الرعاية الطبية واتصل بمقدم الرعاية إن أمكن قبل التوجه إليه، واتّبع توجيهات السلطات الصحية المحلية**

**لماذا؟ تتوفر للسلطات الوطنية والمحلية أحدث المعلومات عن الوضع في منطقتك. والاتصال المسبق بمقدم الرعاية الصحية سيسمح له بتوجيهك سريعاً إلى المرفق الطبي المناسب. وسيساعد ذلك في حمايتك ومنع انتشار الفيروسات وسائر أنواع العدوى.**

* **تابع آخر المستجدات من مصادر موثوقة، مثل منظمة الصحة العالمية أو السلطات الصحية المحلية والوطنية**

**كيف أتجنب الإصابة بعدوى فيروس كورونا (كوفيد-‏‏19) عندما أحيي الآخرين؟ ‏**

**للوقاية من كوفيد-19، تفادى أي ملامسة جسدية عندما ‏تحيي الآخرين. وتشمل التحيات المأمونة التلويح والإيماء ‏والانحناء. ‏**

**هل هناك لقاح أو دواء أو علاج لمرض كوفيد-2019؟**

**في حين قد تريح بعض العلاجات الغربية أو ‏التقليدية أو المنزلية من بعض أعراض كوفيد-19 أو ‏تخففها، فلا توجد حالياً أدوية ثبت أن من شأنها ‏الوقاية من هذا المرض أو علاجه. ولا توصي المنظمة ‏بالتطبيب الذاتي بأي أدوية، بما في ذلك المضادات ‏الحيوية، سواء على سبيل الوقاية من مرض كوفيد-‏‏19 أو معالجته. غير أن هناك عدة تجارب سريرية ‏جارية تتضمن أدوية غربية وتقليدية معاً. وتتولى ‏المنظمة تنسيق الجهود الرامية إلى تطوير لقاحات ‏وأدوية للوقاية من مرض كوفيد-19 وعلاجه، ‏وستواصل إتاحة معلومات محدّثة بهذا الشأن حالما ‏تتوفر نتائج هذه الأبحاث.‎**

**وتتمثل السبل الأكثر فعّالية لحماية نفسك والآخرين من مرض كوفيد-19 في التالي:-**

**تنظيف اليدين جيداً وبشكل متكرر**

* **تجنب لمس العينين والفم والأنف**
* **تغطية الفم عند السعال بثني المرفق أو بمنديل ورقي. إذا استعملت منديلاً، فتخلص منه فوراً بعد الاستعمال واغسل يديك**
* **حافظ على مسافة متر واحد على الأقل (3 أقدام) بينك وبين الآخرين.**

**هل توصي منظمة الصحة العالمية بارتداء كمامات طبية لتجنب نشر عدوى كوفيد-19؟**

**لا توجد أدلة حالياً تؤيد أو تنفي جدوى ارتداء الكمامات (الطبية أو غيرها) من الأشخاص الأصحاء في المجتمع عموماً. غير أن المنظمة تعكف على دراسة المعارف العلمية السريعة التطور بشأن الكمامات وتحدّث إرشاداتها في هذا الشأن بشكل مستمر**

**يوصى بارتداء الكمامات الطبية أساساً في مرافق الرعاية الصحية، ولكن يمكن النظر في استخدامها في ظروف أخرى أيضا (انظر أدناه). وينبغي أن يقترن استخدام الكمامات الطبية بالتدابير الرئيسية الأخرى للوقاية من العدوى ومكافحتها، مثل نظافة اليدين والتباعد الجسدي.**

**المرضى الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد-19**

**لماذا؟ أي شخص مريض تظهر عليه أعراض خفيفة مثل الأوجاع العضلية أو السعال الخفيف أو احتقان الحلق أو التعب، ينبغي أن يعزل نفسه في المنزل ويضع كمامة طبية وفقاً لتوصيات المنظمة بشأن الرعاية المنزلية للمرضى المشتبه في إصابتهم بعدوى كوفيد-19. والقطيرات التي يفرزها الشخص عندما يسعل أو يعطس أو يتكلم يمكن أن تنشر العدوى. وقد تصل هذه القطيرات إلى وجوه الآخرين القريبين من المريض أو تحط على أسطح البيئة المحيطة به. وإذا عطس الشخص المصاب بالعدوى أو سعل أو تكلم وهو يرتدي كمامة طبية فبإمكان ذلك أن يحمي الأشخاص القريبين منه من الإصابة بالعدوى..**

**وكذلك إذا اضطر شخص مريض للذهاب إلى مرفق للرعاية الصحية فعليه أن يضع كمامة طبية**

**كل شخص يقدم الرعاية المنزلية لمريض مصاب بكوفيد-19**

**لماذا؟ ينبغي أن يرتدي القائمون على رعاية مرضى كوفيد-19 كمامة طبية لحماية أنفسهم. فالمخالطة القريبة والمتكررة ولفترة طويلة مع شخص مصاب بكوفيد-19 يجعل مقدم الرعاية أكثر عرضةً لخطر الإصابة بالعدوى.**

**وقد يختار صانعو القرار على المستوى الوطني التوصية باستخدام الكمامات الطبية لأفراد معينين استناداً إلى نهج قائم على المخاطر. ويراعي هذا النهج الغرض من استخدام الكمامة ومستوى مخاطر التعرّض وشدتها والظرف وجدوى الاستخدام وأنواع الكمامات الممكن استخدامها.**

**كيف ترتدي الكمامة على النحو الصحيح**

**إذا قررت أن ترتدي كمامة فاتبع الإرشادات التالية:-**

**قبل لمس الكمامة، نظف يديك بفركهما بمطهر كحولي أو بغسلهما بالماء والصابون**

**تفقد الكمامة وتأكد من خلوها من الشقوق والثقوب**

**حدد الطرف العلوي من الكمامة )موضع الشريط المعدني)**

**تأكد من توجيه الجهة الصحيحة من الكمامة إلى الخارج (الجهة الملونة)**

**ضع الكمامة على وجهك. اضغط على الشريط المعدني أو الطرف المقوى للكمامة ليتخذ شكل أنفك.**

**اسحب الجزء السفلي من الكمامة لتغطي فمك وذقنك**

**لا تلمس الكمامة ما دمت ترتديها للحماية**

**بعد الاستخدام، اخلع الكمامة بنزع الشريط المطاطي من خلف الأذنين مع الحرص على إبعادها عن وجهك وملابسك لتجنب ملامسة أجزاء الكمامة التي يحتمل أن تكون ملوثة**

**تخلص من الكمامة المستعملة على الفور برميها في سلة مهملات مغلقة. لا تستخدم الكمامة المستعملة مرة أخرى**

**نظف يديك بعد ملامسة الكمامة أو رميها، إما بفركهما بمطهر كحولي أو بغسلهما بالماء والصابون إذا كانتا متسختين بوضوح.**

**اتبع النصائح الصادرة عن السلطات الصحية الوطنية بشأن استخدام الكمامات.**

**كم من الوقت يستغرق ظهور الأعراض بعد التعرّض لعدوى كوفيد-19؟**

**تستغرق المدة من وقت التعرض للإصابة بكوفيد-19 إلى حين بدء ظهور الأعراض نحو خمسة إلى ستة أيام، ولكنها يمكن أن تتراوح من 1 إلى 14 يوماً**

**ما هو الرابط بين مرض كوفيد-19 والحيوانات؟**

**ينتشر مرض كوفيد-19 عن طريق الانتقال بين البشر**

**ونعرف الكثير بالفعل عن فيروسات أخرى من فصيلة فيروسات كورونا، ونعلم أن معظم هذه الأنواع من الفيروسات حيوانية المصدر. والفيروس المسبب لمرض كوفيد-19 (يُسمى أيضا فيروس كورونا-سارس-2) هو فيروس جديد في البشر. ولم يؤكد بعد المصدر الحيواني المحتمل لكوفيد-19 ولا يزال البحث مستمراً.**

**وتواصل المنظمة رصد آخر الأبحاث في هذا المجال وغيره من المواضيع المتعلقة بكوفيد-19 وستحدّث هذه المعلومات إذا ظهرت استنتاجات جديدة**

**هل يمكن أن أُصاب بعدوى كوفيد-19 عن طريق حيوانات أليفة أو أي حيوانات أخرى؟**

**أظهرت الاختبارات التشخيصية نتائج إيجابية تؤكد إصابة العديد من الكلاب والقطط (القطط المنزلية والنمور) بعدوى كوفيد-19 بعد مخالطتها أشخاصاً مصابين بالعدوى. إضافة إلى ذلك، يبدو أن سنانير الزباد أيضاً معرّضة للإصابة بالعدوى. وتبيّن في ظروف مختبرية أن كلاً من القطط والزباد لديها القدرة على نقل العدوى إلى حيوانات أخرى من نفس الفصيلة. غير أنه لا توجد بيّنات تدل على قدرة هذه الحيوانات على نقل مرض كوفيد-19 إلى البشر والتسبب في انتشاره. فعدوى كوفيد-19 تنتشر بشكل رئيسي عن طريق القطيرات التي يفرزها الشخص المصاب بالعدوى عندما يسعل أو يعطس أو يتكلم.**

**واكتُشف الفيروس كذلك لدى النموس المدّجنة في المزارع، حيث يُرجح أنها أصيبت بالعدوى من عمال المزارع. وفي حالات قليلة، تبيّن أن النموس المصابة بالعدوى من البشر قد نقلت الفيروس إلى أشخاص آخرين. وتعدّ هذه أولى حالات يبلغ فيها عن انتقال الفيروس من الحيوان إلى الإنسان.**

**تُظهر نتائج التجارب المختبرية كذلك أن القطط والنموس لديها القدرة على نقل العدوى إلى حيوانات أخرى من نفس الفصيلة. ومن الممكن أن يكون بمقدور هذه الحيوانات نقل العدوى إلى البشر أيضاً. وما زلنا في طور جمع البيانات واستعراضها للتوصل إلى فهم أفضل لنطاق هذا الانتقال من الحيوان إلى الإنسان.**

**وما زالت المنظمة توصي الأشخاص المصابين بكوفيد-19 والأشخاص المعرّضين لخطر الإصابة به بالحدّ من مخالطة حيوانات الرفقة وغيرها من الحيوانات. وينبغي الحرص دوماً على تطبيق تدابير النظافة الأساسية عند التعامل مع الحيوانات ورعايتها. ويشمل ذلك غسل اليدين بعد التعامل مع الحيوانات أو مع طعامها أو لوازمها، فضلاً عن تجنب التقبيل أو اللعق أو الطعام المشترك.**

**ما هي مدة بقاء الفيروس على الأسطح المختلفة؟**

**أهم ما ينبغي معرفته عن بقاء فيروس كورونا على الأسطح هو أن بالإمكان تطهيرها منه بسهولة بواسطة محاليل التعقيم المنزلية العادية التي تقتل الفيروس. وقد أظهرت الدراسات أن بمقدور الفيروس المسبب لكوفيد-19 أن يبقى على البلاستيك والفولاذ المقاوم للصدأ لمدة 72 ساعة وعلى النحاس أقل من 4 ساعات وعلى الورق المقوّى (الكرتون) أقل من 24 ساعة.**

**كالعادة، نظف يديك جيداً عن طريق فركهما بمنظف كحولي لليدين أو غسلهما بالماء والصابون. وتجنب لمس عينيك أو فمك أو أنفك.**

**كيف تتسوق بصورة آمنة؟**

**عندما تذهب للتسوق، حافظ على مسافة متر واحد على الأقل بينك وبين الآخرين، وتجنب لمس عينيك وفمك وأنفك. قبل أن تبدأ بالتسوق، قم بتعقيم مسكة  عربة أو سلة التسوق، إن أمكن. وفور عودتك إلى المنزل، اغسل يديك جيداً وكذلك بعد مناولة مشترياتك وتخزينها. ولم تُسجل حالياً أي حالات إصابة مؤكدة بكوفيد-19 انتقلت عن طريق الأطعمة أو معلباتها.**

**كيف تغسل الفواكه والخضروات؟**

**تشكّل الفواكه والخضروات مكوّناً هاماً في أي نظام غذائي صحي. وينبغي غسلها كما تفعل في الظروف العادية: قبل لمس الخضار والفواكه، اغسل يديك جيداً بالماء والصابون. ثم اغسلها جيداً بمياه نظيفة جارية، خصوصاً إذا كنت تأكلها نيئة.**

**هل المضادات الحيوية فعالة في الوقاية من مرض كوفيد-19 أو علاجه؟**

**كلا. لا تقضي المضادات الحيوية على الفيروسات، وإنما تكافح العدوى البكتيرية فقط. وبما أن مرض كوفيد-19 منشؤه فيروس، فإن المضادات الحيوية لا تنفع في مكافحته. ولا ينبغي استعمال المضادات الحيوية كوسيلة للوقاية من مرض كوفيد-19 أو علاجه. ولكن قد يصف الأطباء في المستشفى المضادات الحيوية للمرضى المصابين بمضاعفات كوفيد-19 الوخيمة لمعالجة عدوى بكتيرية ثانوية أو الوقاية منها. وينبغي التقيد بصرامة بتعليمات الطبيب لدى استعمال المضادات الحيوية لعلاج حالات العدوى البكتيرية.**

**هل يمكن أن أصاب بعدوى كوفيد-19 عن طريق براز شخص مصاب بالمرض؟**

**في حين تشير الاستقصاءات الأولية إلى احتمال وجود أثر للفيروس في البراز في بعض الحالات، فلم ترد أي تقارير عن حدوث انتقال لعدوى كوفيد-19 من البراز إلى الفم. بالإضافة إلى ذلك، لا توجد حتى الآن بيّنات على قدرة الفيروس على البقاء في الماء أو مياه الصرف الصحي.**

**وتعكف المنظمة على تقييم البحوث الجارية بشأن طرق انتشار مرض كوفيد-19 وستواصل نشر أي نتائج جديدة حول هذا الموضوع.**

**إجراءات خطة الإخلاء:**

**إن من أكبرالمسؤوليات الملقاة على عاتق فريق خطة الطوارئ والأزمات: الحرص على سلامة منسوبي المدرسة - من طلاب و معلمين وإداريين - والقيام بإخلائهم من جميع مرافق المدرسة ومبانيها، لذا فإن واجبهم إنساني قبل أن يكون تنفيذيا .**

**وبناء على تقدير الحالة ذاتها يتوخى في المسؤول عن الطوارئ داخل المدرسة التنسيق مع مديرية التربية والتعليم في لواء بني كنانه، والدفاع المدني، وإعداد تقرير مفصل عاجل عنها،**

* **تأمين الإضاءة الكافية:**
* **الوسائل الإرشادية:**

تعد الوسائل الإرشادية عنصرا لا يتجزأ من أي خطة طوارئ، وبناءً عليه؛ فإن المدرسة وفرت خرائط إرشادية مشتملة على توضيح مفصل واضح يبين نقاط التجمع بها، ومخارج الطوارئ، الأمر الذي يساهم في عملية إخلاء آمن.

**مهام فريق الإخلاء والطوارئ بالمدرسة وواجباته:**

يتوجب على فريق الإخلاء معرفة واجباته الملقاة على عاتقه، والتي منها على سبيل المثال لا الحصر مايلي:

1. المعرفة التامة بالمواقع والأماكن التي يتوقع حدوث الكارثة بها وذلك حسب الإحداثيات.
2. إعداد خطة إدارة الأزمة والطوارئ وتطبيقها التطبيق الأمثل الذي يحد من الخسائر.
3. تقييم أداء الفرق المشكَّـلَة لإدارة الأزمة.
4. تدريب كامل فريق الأزمة على واجباتهم عمليا.
5. الاتصال الفوري، وعلى مدار الساعة مع الجهات ذات العلاقة سواء أكانت داخل مديرية التربية والتعليم في لواء بني كنانه أم خارجها، وإبلاغهم بكل ماله شأن بذلك .
6. التأكد من أن كامل الوسائل والأدوات والمعدات اللازمة لعملية الطوارئ متاحة متى تم طلبها.
7. التأكد من أن جميع وسائل السلامة صغيرها وكبيرها داخل المدرسة تعمل بكل دقة، وأنها لايوجد بها أي عطب.
8. التأكد من أن جميع مخارج الهروب بكل مرافق المدرسة تعمل وليس بها ما يعوق، وأن كل من يشغل المبنى على دراية بكيفية استخدامها أثناء الإخلاء.
9. توفير اللوحات والأدلة التي يستدل بها أثناء عملية الإخلاء.
10. المعرفة والدراية التامة بأماكن التجمع

**مهام لجنة الطوارئ أثناء الكارثة:**

**تتسع مهام لجنه الكوارث والأزمات لتشمل:**

1. نقل كل ماهو ثمين من المتعلقات، كالوثائق الهامة والأرشيف وما في حكمها .
2. المساعدة الفورية في تهدئة شاغلي المبنى ومساعدتهم في الخروج بسلام منه حسب الخطة المعدة لذلك.
3. التأكد أثناء الإخلاء من أنه لايوجد من تُرك سهوا داخل المبنى، وأن الجميع قد غادروه إلى نقاط التجمع المعدة سلفا .
4. منع أي شخص من العودة لذات المبنى إلا بعد موافقة المختصين على ذلك، شريطة انتهاء الكارثة وزوال أي شبهة للخطر.
* **واجبات الإداريين في المدرسة :**
1. التحلي بالهدوء وعدم الارتباك.
2. إيقاف العمل فورا.
3. قطع التيار الكهربائي عن المكان، وإطفاء الأجهزة، وغلق أسطوانات الغاز.
4. عدم استخدام المصاعد الكهربائية، واتباع التعليمات والإرشادات من فريق الطوارئ.
5. التوجه إلى نقاط التجمع من خلال مسالك الهروب ومخارج الطوارئ.
6. عزل من يشتبه باصابته باعراض الفايروس
* **واجبات مسؤول نقطة التجمع بالمدرسة:**
* المسؤولية الكاملة عن نقاط التجمع والعمل مع مسؤولي السلامة من إخلاء كامل المبنى.
* منع كل شخص من دخول المبنى حتى زوال الخطر تماما.
* التنسيق المباشر مع لجنة الطوارئ وكل إدارة ذات علاقة، وذلك في كل ما يخص حالة الطوارئ .
* تقديم يد المساعدة في كل ما يستطيع المساعدة فيه ،وإخطار المشرف العام على إدارة السلامة بكل ما يطرأ.

**واجبات طلاب مجلس البرلمان في المدرسة :**

1. المساعدة في إخلاء الطلاب.
2. المساعدة في توجيه من يتم إخلاؤهم إلى نقاط التجمع .
3. المساعدة على تقديم الإسعافات الأولية إن كان ذلك في المقدور.
4. المساعدة في تهدئة شاغلي المبنى أثناء إخلائهم .
5. المساعدة على إعادة منسوبي المبنى بعد زوال الخطر.
6. حفظ النظام في أماكن ونقاط التجمع .
7. مساعدة الفرق الطبية في كل ما يلزم
8. المساعدة في تقديم كل أمر له علاقة بالطوارئ حسب مقدرتهم واستطاعتهم .

الإسعافات الأولية

تعريف

هي إجراءات فورية يتم اتخاذها لتقديم الرعاية اللازمة لشخص تعرض لإصابة أو لوعكة مفاجئة لحين وصول المساعدة الطيبة.

المظاهر التي يجب التعرف عليها ضمن الإسعافات الأولية تشمل التعرف على :

* الفرق بين الحياة والموت.
* العجز الدائم والمؤقت.
* استعادة العافية السريعة المتأخرة.

أهمية الإسعافات الأولية :

1. تقديم الحماية والرعاية للشخص المصاب أو المريض.
2. تقديم الرعاية الطبية الفورية للشخص المصاب من جراء الكوارث الجماعية.
3. تعليم الأشخاص كيفية التعامل مع من هم في حاجة العناية الطبية الطارئة.
4. القدرة على تحديد ما يجب فعله وما يجب تركه.
5. توجيه الآخرين لاتباع الوسائل الصحيحة لتقديم الإسعافات الأولية .
6. تأهيل الإفراد لتقديم المساعدة في حالة الكوارث

**إرشادات عامة في حالة إصابة أو وعكه مفاجئ:**

1. اطلب خدمات الطوارئ الطبية (الدفاع المدني ) فورا : رقم الهاتف **911** .
2. قم في ذلك الإثناء بتقديم الإسعافات الأولية مثل نقل المصاب بعيدأ عن الكمائن أو الآليات أو الحريق أو الأبخرة السامة .
3. تفقد المسالك الهوائية وتأكد من عدم إعاقة التنفس وكن مستعدا للقيام بالتهوية إذا لزم الأمر.
4. تحكم في النزيف أذا وجد.
5. تأمين الإسعافات الأولية لحالات التسمم البائي .
6. تأمين ميزان حرارة لقياس درجات حرارةالطالبات وقت الحاجه

**عند إكمال الخطوات المشار إليها يجب الأخذ في الاعتبار ما يلي :**

* لا تحاول تحريك المصاب أو المريض إذا كان هناك خطر ظاهر يهدد حياته.
* اجعل المصاب في وضع مناسب ويجب عدم السامة له بالوقوف أو التحرك.
* قم بحماية المصاب ممن أي معوقات
* قم بحماية المريض من برودة الطقس بتغطية ببطانية
* حاول أن تتعرف على مكان الإصابة آو الأسباب العلة المفاجئة التي تعرض لها.
* حاول الحصول على نبذه مختصرة عن الإصابة أو العلة من الشخص المصاب نفسه أو ممن هو بجانبه.
* تحسس عما إذا كانت هناك أي رابطة أو ملصقة حول الرسغ أو الرقبة قد تعطي أي معلومات عن ظروفه الطبية.
* قم بفحص المصاب بطريقة منهجية على أساس أن تؤدي نتائج تلك إلى موجهات بشأن الرعاية الطبية اللازمة له .
* يجب أن نكون كل خطوة تقوم بها محسوبة وواضحة الأسباب
* أنزع عن المصاب كل الملابس المضايقة له ولكن تجنب إزالة الحزام من البنطلون اذا كان مرتديا له وذلك متى ما كان هناك اشتباه في إصابته في عموده الفقري.
* راقب حالة المصاب بصورة عامة خاصة تغير لون بشرته اذ وبما يعطيك ذلك مؤشرا لنوع الإصابة التي قد تعرض لها ,
* قد يصعب أحيانا نلاحظه تغير لون البشرة بالنسبة للأشخاص ذوي السحنة السوداء وفي هذه الحالة لاحظ لون الشفاه والفم وغشاء باطن الجفن.
* تحسس نبض المصاب وإذا لم يكن النبض واضحا من خلال العرق الكعبري
* تحسس نبضه من خلال عرق العنق.
* تفحص مدى حالة وعيه وإدراكه لما يدور حوله.
* إذا لم يكن في حالة وعي حاول التحسس عما إذا كان قد تعرض لأي إصابة في الرأس أو وجود شلل نصفي أو كان له تاريخ قريب بآي حالة تشنج وخلافه أو انه قد تعرض لعض اللسان أو ما شابه ذلك .
* تفحص العينين وبؤبؤهما.
* حاول إن تحسس عما إذا ما كانت هنالك إصابات أخرى أو علامات تدل على وجود كسر العظام
* في حالة الاشتباه في تعرضه للتسمم حاول اكتشاف وجود أ ي تحرق أ و أ ي تغير في لون الجلد وكذلك التعرف على مصدر لتسمم يكو قريبا من المصاب مثل وجود قارورة دواء أ و كبسولات وخلافه.
* أثناء تقديم الإسعافات الأولوية حاول أن تنجب النقاش عن تشخيص الإصابة أوحالة المريض مع المتواجدين بالقرب من حالة الإصابة.
* أخيرا ابق بجانب المصاب الذي له الإسعافات الأولية لحين وصول الفريق المختص.

**إجراءات الإنقاذ والإسعافات الأولية:**

 عند نقل الشخص المصاب من مكان الحادث يجب الأخذ في الاعتبار كافة الاحتياطات اللازمة خاصة أن عملية النقل غير الصحيحة التي قد يخضع لها المريض من شأنها أن تؤدي إلى تفاقم الإصابة التي يعاني منها مثل:الحريق أو احتمال مخاطر الحريق -مخاطر نقص الأكسجين أو وجود غازات سامة - مخاطر الحركة.

الغرق - ارتفاع درجة الحرارة أو الظروف البينة غير السامة -احتمال انهيار الجدار أو المبنى - الصعق الكهربائي -حالة الانحباس أو الاشتباك وتقييد داخل أحدى المعدات.

يجب عمل الآتي :

* تفادي الحركة التي قد تؤدي إلى تفاقم الإصابة
* تفحص المساك الهوائية وتأكد من عدم إعاقة التنفس وكن جاهز لعملية إسعاف التنفس بواسطة نقل الهواء من الفم إلى فم المصاب.
* تحكم في النزيف أذا وجد.
* تفحص مكان الإصابات التي تعرض لها المصاب.
* ثبت إطراف المصاب قبل مباشرة تحريكه نقله.
* جهز وسائل النقل المناسبة.

**يجب اتخاذ الإجراءات التالية عند نقل المصاب.**

* متى ما لزم نقل المصاب قبل إجراء تقييم لحالته يجب عندثذ حماية جميع إطراف المصاب من تعرضيها لأي أذى أخر.
* التأكد من ثبات جميع الأطراف وارأس والعنق والظهر.
* أي عملية نقل غير صحيحة ربما تعرض للإصابة في رأسه أو عجيزته أو الفخذ وهو في حالة جلوس وإذا أمكن يستحسن الانتظار إلى أن تصل التسهيلات الخاصة لنقل الأشخاص المتعرضين لمثل هذا النوع .

طريقة إنقاذ الأشخاص المصابين : أهم الوسائل للقيام بهذا العمل:

السحب:

ويجب أن يتم عن طريق السحب من الكتف على إمداد المحور الطولي للبدن وتفادي لي أو اعوجاج أي جزء من البدن وخاصة بالنسبة للعنق والظهر ويجب وضع المصاب على بطنية أو ما شابهها وسحبه بعد ذلك لا تحاول حمل المريض إلا إذا تأكدت من عدم تعرضه للإصابة في عموده الفقري.

الرفع :

قد يستطيع شخص واحد حمل المصاب ويتوقف ذلك على وزن وعمر المصاب مع العلم أن الرفع لا يتم إلا بعد التأكد من عدم وجود إصابة في العمود الفقري ويتم الرفع عن طريق وضع إحدى يديك تحت ركبة المصاب والأخرى تحت عنقه.

المساعدة:

 عندما يكون المصاب في كامل وعيه لا يوجد ما يشير إلى تعرضه لإصابة خطيرة اطلب منه الوقوف على قدميه ثم بعد ذلك أرح أحد ذراعيه على كتفك وادعمه من الخلف بتطويق أسفله بيدك.

او الاتصال بالجهات المختصة عند الاشتباه باصابته باعراض الفايروس