

دليل

الأشخاص ذوي الإعاقة في مواجهة مخاطر انتشار فيروس كوفيد - ١٩



دليل

الأشخاص ذوي الإعاقة في مواجهة

مخاطر انتشار فيروس كوفيد - 19

إعداد

لجنة المرأة ذات الإعاقة

المجلس القومي للمرأة

مقدمة

يعد فيروس كورونا المستجد من أصعب المحن التي نواجهها حديثاً، ولأن الفيروس يصيب الجميع دون تمييز، فإن وصول رسائل التوعية، وتقديم خدمات الوقاية والرعاية الصحية للجميع دون تمييز، أصبح ضرورة حتمية تستوجبها طرق المواجهة الناجحة لهذا الخطر الداهم.

في هذا الإطار ومن منطلق دور لجنة المرأة ذات الإعاقة في تقديم كل ما من شأنه دعم المرأة ذات الإعاقة والنساء الأمهات لأشخاص ذوي إعاقة وكل الأشخاص ذوي الإعاقة في حياتهم اليومية فأنا نتقدم بهذا الدليل وقد تم إصداره في صورته الأولى مع بداية انتشار الفيروس ولأن هناك متغيرات حدثت منذ إصدار النسخة الأولى للتقرير أهمها وجود لقاح وتبني الدعوة للحصول عليه لذا نقدم هذه النسخة منقحة ومضاف إليها ما يراعي ما استجد حديثاً حول طرق التوعية بالحماية من الإصابة والعلاج

حيث يتضمن:

- 2 دليل الأشخاص ذوي الإعاقة في مواجهة مخاطر انتشار فيروس كوفيد - 19
- 3 مقدمة
- 3 دليل الأشخاص ذوي الإعاقة في مواجهة مخاطر انتشار فيروس كوفيد - 19
- 4 إرشادات عامة
- 5 التوعية للأشخاص ذوي الإعاقة وذويهم
- 7 الوقاية والأشخاص ذوي الإعاقة وذويهم
- 9 داخل أماكن الحجر الصحي ومستشفيات الحجر الصحي
- 12 إرشادات عامة لدعم الصحة النفسية
- 14 وسائل التواصل والخدمات أثناء الجائحة

إرشادات عامة

تبنى لغات تواصل مختلفة عند التوعية والوقاية والحجر والحجز الصحي للوصول للأشخاص ذوي الإعاقات المختلفة مثل لغة الإشارة للإعاقات السمعية - الوسائل المعينة للإعاقات البصرية - اللغة المبسطة للإعاقات الذهنية والتوحد، هذا بهدف الحد من انتقال العدوى إليهم ومنهم، مما يؤدي إلى كسب وقت غالي في المعركة ضد انتشار الفيروس.

بعض الأشخاص من ذوي الإعاقة لديهم مشكلات صحية مزمنة تعرضهم لخطر أكبر في حال إصابتهم بالفيروس وتؤثر على فرص نجاتهم مثل بعض حالات متلازمة داون أو الشلل الدماغي والتي قد تعاني من مشكلات سابقة في الجهاز التنفسي، فيجب اتخاذ إجراءات أكثر احترازية لتجنب إصابتهم بالفيروس.

الاستعانة بأدلة الجمعيات الأهلية المتخصصة العاملة في مجال الإعاقات المختلفة في كل الأماكن التي تقدم خدمات التوعية أو خدمات الحجر أو الحجز الصحي للاستفادة من خبرات هذه الجمعيات وكوادرها المدربة في توفير معلومات عن أفضل الطرق لتقديم الخدمة للأشخاص ذوي الإعاقة طبقاً لنوع وخصوصية كل إعاقة.

عند الشروع في التعقيم للبيت يجب أن يشمل التعقيم الأدوات الشخصية التي يستخدمها الأشخاص ذوي الإعاقة مثل الكرسي المتحرك، العكاز، جهاز الكمبيوتر، العصا البيضاء أو الأدوات المعينة التي يستخدمها الأشخاص ذوي الإعاقات البصرية.

التوعية للأشخاص ذوي الإعاقة وذوهم

لضمان وصول رسائل التوعية لكل الأشخاص ذوي الإعاقة، فإننا نخص كل إعاقة بتفاصيل وسائل تواصل بعينها، بما يمكنهم من التصرف بإيجابية، وعلى أكمل وجه في مواجهة مخاطر انتشار الفيروس.

أ- توعية الأشخاص ذوي الإعاقات السمعية

- ◀ ترجمة فورية للغة الإشارة مصاحبة لرسائل التوعية التي يتم بثها على القنوات التلفزيونية وبخاصة الأكثر انتشاراً منها.
- ◀ ملصقات توعوية تستخدم لغة الإشارة لتوصيل المعلومات الأساسية في التوعية، مثل غسيل الأيدي أو استخدام المناديل عند العطس.
- ◀ ترجمة للغة الإشارة مصاحبة للبرامج الحوارية التي تتحدث عن مخاطر انتشار الفيروس وأهم الأخبار حول معدلات انتشاره في العالم وفي مصر حتى يشعر بخطورة القضية.
- ◀ استقبال تساؤلات الأشخاص ذوي الإعاقة السمعية حول الفيروس على أن يكون الرد مصحوباً بترجمة للغة الإشارة بالتأكيد.

ب - توعية الأشخاص ذوي الإعاقات البصرية

- ◀ استخدام مواد توعوية إعلامية منطوقة بأصوات واضحة، وبها معلومات أكثر تفصيلاً حتى يتمكن الشخص ذو الإعاقة البصرية من تخيلها وفهمها.
- ◀ في حال بث رسائل توعوية إلكترونياً، استخدام رسائل نصية يمكن لبرامج القراءة الناطقة التعرف عليها، ومصاحبة الرسائل المصورة

المتداولة برسائل نصية لكي يتمكن من الاستفادة من المعلومة الموجودة بها.

ج - توعية ذوي الإعاقات الذهنية

- ◀ توصيل المعلومات من قبل ولى الأمر والقائم بالرعاية للأشخاص ذوي الإعاقات الذهنية عن طريق تبسيط إجراءات الوقاية والسلامة العامة، وذلك باستخدام اللغة المبسطة.
- ◀ إرفاق صور مع الإرشادات، ويمكن عرض مقاطع فيديو.

د - توعية الأشخاص ذوي اضطراب طيف التوحد

- ◀ استخدام الصور مع النص المكتوب لتوصيل المعلومات الخاصة بإجراءات الوقاية والسلامة العامة.
- ◀ استخدام القصة الاجتماعية لشرح ما يجري في العالم وفي محيطه الفوري منذ بدأ الوباء.
- ◀ توقع أسئلته والرد عليها بتسلسل منطقي.

ذ - توعية الأشخاص ذوي الإعاقات الجسدية

- ◀ رسائل التوعية العامة تصل بدون عوائق للأشخاص ذوي الإعاقات الجسدية لكن لابد التنبيه فيها على الأماكن المتاحة والتميسرة لاستقبالهم، وإجراءات الوقاية التي تخص إعاقتهم.

الوقاية والأشخاص ذوي الإعاقة وذويهم

ا- وقاية الأشخاص ذوي الإعاقات السمعية

◀ إذا ما تم ضمان وصول المعلومة والنصائح العامة للأشخاص ذوي الإعاقات السمعية من خلال لغة الإشارة، فمن السهل عليهم إتباعها التعامل الجيد لوقاية أنفسهم والآخرين من الإصابة الفيروس.

ب - وقاية الأشخاص ذوي الإعاقات البصرية

يعتمد الأشخاص ذوي الإعاقات البصرية على حاسة اللمس في معظم تحركاتهم اليومية، لذا، وبجانب الأخذ في الحيطه بكل النصائح العامة المقدمة لكل الأفراد، **يجب:**

- ◀ لبس قفاز عند الخروج من المنزل.
- ◀ تغيير القفاز عند التنقل من مكان إلى الآخر.
- ◀ لا تلمس وجهك أو أنفك أو فمك أو عينك.
- ◀ لا تلمس ملابسك بالقفاز الغير نظيف.

ج - وقاية الأشخاص ذوي الإعاقات الذهنية

على ولى الأمر أو القائم برعاية الأشخاص ذوي الإعاقات الذهنية الإشراف بشكل كامل على إتباعهم لكل إجراءات الوقاية الشخصية التي تنصح بها الجهات المعنية، **بجانب اتباع النصائح العامة يجب:**

- ◀ الإشراف بشكل كامل على تنفيذ كل قواعد الوقاية الشخصية.
- ◀ بذل الجهد للتأكد من منع تكرار الممارسات الغير صحية مثل وضع أجسام ملوثة في الفم.

◀ الانتباه لتدريب الأشخاص ذوي متلازمة داون على لبس الكمادات بالطريقة السليمة عند الخروج من المنزل بسبب نقص مناعتهم، وصعوبة إغلاق الفم نتيجة لحجم اللسان لديهم، مما يعرضهم لجفاف حاد بالحلق، ويسهل دخول الفيروسات لمجراهم التنفسي.

د – وقاية الأشخاص ذوي اضطراب طيف التوحد

بجانب إتباع النصائح العامة، يجب:

- ◀ التدريب العملي بالتقليد ولعب الأدوار على إتباعهم لكل إجراءات الوقاية الشخصية مثل لبس الكمادات والقفازات، وعدم السلام بالأيدي.
- ◀ مساعدتهم على تقبل تغير روتين حياتهم اليومي، ووضع روتين يومي جديد يتضمن إجراءات السلامة مثل غسل الأيدي.
- ◀ السيطرة على الأخبار التي يتابعونها فهم عرضة لتصديق كل ما يقال وعرضة للقلق والاكتئاب.

ذ – وقاية الأشخاص ذوي الاعاقات الجسدية

بجانب إتباع النصائح العامة، يجب:

- ◀ مسح الأدوات المعينة مثل هيكل الكرسي بالكامل أو الطرف الصناعي أو العكاز يومياً بمحلول معقم.
- ◀ إعطاء أهمية لمسح عجلات الدفع للكرسي المتحرك بمحلول معقم وارتداء قفاز عند الدفع.

داخل أماكن الحجز الصحي ومستشفيات الحجز الصحي

حتى نضمن تطبيق أمثل للحجز الصحي والحجز الصحي على الأشخاص ذوي الإعاقة، لابد من مراعاة خصوصية الإعاقات المختلفة.

أ- الأشخاص ذوي الإعاقات السمعية

- ◀ تزويد الفريق الطبي المعالج بأرقام هواتف مترجمي لغة الإشارة للاستعانة بهم في التواصل مع الأشخاص ذوي الإعاقات السمعية عند الحاجة.
- ◀ استخدام عدد من اللوحات الإرشادية داخل المكان بلغة الإشارة.

ب- الأشخاص ذوي الإعاقات البصرية

- ◀ عند وصوله، لابد من إبلاغه شفاهي بالإجراءات التي سوف تتم.
- ◀ استخدام الكلام للتعريف بالخطوات بالتفصيل.
- ◀ تعريف الشخص بالفريق الطبي والتمريض المتعامل معه.
- ◀ عند الدخول على المريض، يجب التعريف بنفسك أولاً وشرح ما سوف يتم عمله من حقن وأدوية.
- ◀ وصف غرفة الحجز أو الحجز بالتفصيل ومكان الحمام.
- ◀ إعطاء فرصة للشخص ذو الإعاقة من لمس الأماكن بقفاز للتعرف عليها.

ج - الأشخاص ذوي الإعاقات الذهنية

- ◀ استشارة ولي الأمر فيما إذا كان يرغب في مصاحبة ابنه داخل الحجر الصحي للتواصل معه ومساعدته على الالتزام بتلقي العلاج.
- ◀ الانتباه لبعض المشاكل الصحية المصاحبة لبعض الإعاقات الذهنية مثل من لديهم قسرة في الرأس، أو من لديهم مشكلة في التمثيل الغذائي.

في حال وجود الشخص ذوي الإعاقة الذهنية داخل الحجر بمفرده:

- ◀ مراعاة درجة احتياجه للمساعدات، ومعاملته بما يلاءم عمره العقلي.
- ◀ استخدام اللغة المبسطة في شرح ما يدور حوله، خطوة بخطوة.
- ◀ الاستعانة بالصور والرسوم التي توضح المطلوب من المريض وشرح الإجراءات التي ستتم مسبقاً.
- ◀ التواصل مع ولي الأمر من خلال الهاتف المحمول والتواصل المرئي عن بعد كلما أمكن، لبث الطمأنينة، ولشرح الاحتياجات الحسية للابن لو أحتاج الأمر.

د - الأشخاص ذوي التوحد

- ◀ الانتباه لبعض المشاكل الصحية المصاحبة للبعض من الأشخاص ذوي التوحد مثل الصرع، والانتباه لأي تداخل لأدويته مع العلاج الذي سيقدم، وكذلك مراعاة من يتبعون حمية غذائية خالية من بروتين الكازين والجلوتين، ومن يتلقى علاج لانخفاض مستوى المعادن والفيتامينات في الدم.

◀ الانتباه أن الأغلبية منهم لديهم تحسس للمدخلات الحسية من أضواء وأصوات وملامس، فيجب مراعاة ذلك على قدر الإمكان، وشرح مصدر الصوت، أو شرح أن هناك تلامس سيحدث لوخز بإبرة، إلخ.

في حال وجود الشخص ذوي التوحد داخل الحجر بمفرده يجب:

◀ شرح ما يدور حوله خطوة بخطوة وبدون استخدام مجازات لغوية.
◀ الاستعانة بالصور والرسوم التي توضح المطلوب من المريض وشرح الإجراءات التي ستتم مسبقاً.

في حالة أن الإصابة بالتوحد يصاحبها إعاقة ذهنية يجب:

◀ مراعاة درجة احتياجه للمساعدات، ومعاملته بما يلائم عمره العقلي واتباع ما ذكر بالنسبة للإعاقة الذهنية.

ذ - الأشخاص ذوي الإعاقات الجسدية

◀ التأكد عند اختيار أماكن الحجر الصحي ومستشفيات الحجر الصحي من وجود إتاحة مكانية وتيسيرات لسهولة الحركة والوصول بمدخلها وبمرافقها.
◀ في حال عدم وجود إتاحة مكانية، يتم تنفيذها بأبسط الإمكانيات ولكن طبقاً للقواعد والأسس بما يضمن سلامة مستخدميها.
◀ تخصيص الدور الأرضي للأشخاص ذوي الإعاقات الجسدية.

ارشادات عامة لدعم الصحة النفسية

أشارت منظمة الصحة العالمية لأهمية الصحة النفسية والدعم النفسي أثناء جائحة كوفيد-19 وذلك لوجود حالة عامة من القلق الدولي بارتفاع الخطر والانتقال السريع للوباء في مراحل مختلفة وهذه الحالة قد تسبب الضغط النفسي الشديد للأفراد بصفة عامة وللنساء ذوات الإعاقة والأمهات للأشخاص من ذوي الإعاقة بصفة خاصة.

ونوه لأهم الارشادات التي أشارت منظمة الصحة العالمية والاتحاد العالمي للصحة النفسية لها ومنها:

- ◀ اللجوء للمصادر الموثوق بها للحصول على أحدث المعلومات عن جائحة كوفيد-19 وإتباع أساليب الحماية والوقاية من الوباء.
- ◀ توفير الأدوية والاحتياجات الأساسية على جميع مستويات الرعاية الصحية وبرامج الدعم النفسي المختلفة تبعاً لنوع الإعاقة.
- ◀ التدخل الطبي واللجوء للمشورة من متخصصين الصحة النفسية في حالات القلق والتوتر الشديد لخفض حدة هذه الحالات والمتابعة الدقيقة مع الأطباء المتخصصين.
- ◀ تجنب المتابعة المبالغ فيها لأعداد المصابين والوفيات والتي قد تسبب حالات من الذعر والقلق الشديد والتوتر لبعض الأفراد، خاصة مع ظروف الإعاقة وصعوبة الحركة والاستسلام للهواجس والمعلومات غير الموثوقة.

- ◀ التأكد من الحصول على المعلومات من مصدر موثوق به، وتجنب تصديق الإشاعات والمعلومات الغير صحيحة المتداولة من خلال مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة.
- ◀ ممارسة الرياضة أو الأنشطة المختلفة (أعمال يدوية - خياطة - تطريز - رسم - موسيقي - غناء - مهارات الطبخ وغيرها) ومشاركة أفراد الأسرة والخروج للحدائق والهواء النقي..

وسائل التواصل والخدمات أثناء الجائحة

نظراً لما تمر به البلاد من ظروف استثنائية أدى إلى تغيير مفاجئ في نمط الحياة بسبب جائحة كورونا COVID 19 وتأثير ذلك على النساء والفتيات ذوات الإعاقة وذويهم وأمهات الأشخاص ذوي الإعاقة لأنهم الأكثر تضرراً في حالة عدم الوصول للدعم ووضعهم أمام تحديات تجعلهم في حاجة إلى التوجيه، لذا نوضح في هذا الجزء طرق مختلفة للوصول إلى الجهات المتخصصة لتلقي المساعدة والإرشادات الضرورية أثناء الجائحة، لذا في حال الاشتباه بالإصابة بالفيروس أو ثبوت الإصابة بالفعل، نقدم إليك طرق التواصل مع وزارة الصحة والسكان المصرية.

وسائل التواصل لتلقي استفسارات بشأن
فيروس كورونا المستجد والأمراض المعدية من خلال:
وزارة الصحة المصرية



رقم الواتساب 01553105105



الخط الساخن 105 - 15335



الموقع الرسمي على فيسبوك



<https://www.facebook.com/egypt.mohp>

الموقع الإلكتروني لوزارة الصحة المصرية



www.egcovac.mohp.gov.eg



المتاح على الهواتف تحميله من خلال:

نسخة ايفون <https://apple.co/3gURgYJ>

نسخة اندرويد <https://bit.ly/2MHG97L>



صحة مصر

تلقني لقاح فيروس كورونا :

التسجيل على الموقع الإلكتروني www.egcovac.mohp.gov.eg

جميع **مراكز تلقي اللقاح** تعمل طوال أيام الأسبوع من الـ ٩ صباحًا حتى الـ ٩ مساءً، بدون إجازات ماعدا مركز أرض المعارض بمدينة نصر إجازة يوم الجمعة.

للمتابعة

لمتابعة حالة الطلب ومزيد من المعلومات يمكنك الاتصال بالخط الساخن **15335**

لمتابعة حالة الطلب يمكنك إدخال رقم الطلب الذي حصلت عليه عند التسجيل من هنا:

<https://www.egcovac.mohp.gov.eg/#/track-request>

لتغيير موعد تلقي اللقاح يمكنك الاتصال بالخط الساخن **15335**

العزل المنزلي

التواصل مع غرفة وزارة الصحة والسكان *لمتابعة مرضى فيروس كورونا في العزل المنزلي* من

خلال خدمة الرسائل المجانية **1440**

فيديو يوضح الطريقة والخطوات

[/https://fb.watch/8Z6VtAv4j7](https://fb.watch/8Z6VtAv4j7)



مركز معلومات فيسبوك لفيروس كورونا

https://www.facebook.com/coronavirus_info?page_source=covid_vaccine_faxit&hoisted_module_type=covid_vaccine_development

facebook

نتمنى للجميع دوام الصحة الجيدة والوقاية من الإصابة بالفيروس، وتتقدم لجنة المرأة ذات الإعاقة بالمجلس القومي للمرأة بالشكر والتقدير للمؤسسات الأهلية التالية على تعاونها لخروج

بالدليل في أفضل شكل ممكن:

الجمعية المصرية لتقدم الأشخاص ذوي الإعاقة والتوحد،

مؤسسة بصيرة لرعاية ذوي الإعاقات البصرية