

توجيهات بشأن أنشطة برنامج إعادة التأهيل البدني أثناء جائحة كوفيد-19

جدول المحتويات

1- مقدمة	2
2- مراكز إعادة التأهيل التابعة للجنة الدولية وغير التابعة لها	2
أ) نوعا الدعم الأول والثاني (مراكز إعادة التأهيل البدني التي تديرها اللجنة الدولية ومراكز إعادة التأهيل البدني التي تحظى بدعم كبير من اللجنة الدولية)	2
مناطق الأعمال الإدارية	4
غرف فحص المرضى	4
إجراءات التنظيف البيئي في مراكز إعادة التأهيل البدني	5
ب) نوعا الدعم الثالث والرابع (الاستبدال الجزئي والدعم الخفيف)	5
ج) إحالة المستفيدين من الخدمة إلى مراكز إعادة التأهيل البدني	5
د) مرافق الإقامة	6
الغسيل	7
التنظيف البيئي	7
3- توصيات لمشاريع الإدماج الاجتماعي	7
4- توصيات بشأن البرامج التعليمية	8
أ) توصيات للطلاب بشأن منح اللجنة الدولية الدراسية	8
ب) توصيات للمنشآت التعليمية داخل البلاد التي يدعمها مشروعكم	8
5- توصيات أخرى بشأن أنشطة برامج إعادة التأهيل البدني أثناء الجائحة	8
6- مرحلة التعافي	9
7- المراجع	10
الملحق 1: توصيات اللجنة الدولية بشأن معدات الحماية الشخصية أثناء جائحة كوفيد-19	11
الملحق 2: استبيان برنامج إعادة التأهيل البدني بشأن كوفيد-19 (برنامج إعادة التأهيل البدني بلبنان)	15

1- مقدمة

أعلنت منظمة الصحة العالمية، في آذار/مارس 2020 أن مرض كوفيد-19 الذي يسببه فيروس كورونا المستجد جائحة. بيد أن جائحة كوفيد-19 قد يكون لها تأثير أكبر على قطاعات معينة من السكان - مثل ذوي الإعاقة - عن غيرهم (منظمة الصحة العالمية (2020) (أ)). يتعرض ذوو الإعاقة لخطر الإصابة بجائحة كوفيد-19 بدرجة أكبر لأسباب عدة: إذ يصعب عليهم الحفاظ على النظافة الصحية الشخصية وتطبيق تدابير التباعد الجسدي؛ فهم بحاجة إلى لمس الأشياء لتوجيه أنفسهم جسديًا وعقليًا؛ كما لا تتاح لهم الرعاية الصحية والمعلومات المتعلقة بالصحة العامة في كثير من الأحيان. والبعض منهم أكثر عرضة للإصابة بمرض كوفيد-19 بسبب مشكلات صحية أساسية (منظمة الصحة العالمية (2020) (أ)). وقد لا يستفيدون من المساعدات الإنسانية والاستجابة العاجلة المقدمة للآخرين لأسباب مختلفة. وتشكل الجائحة عبئًا إضافيًا كبيرًا يتحمل كاهل المتضررين بالفعل من النزاع المسلح أو حالات العنف الأخرى ويؤدي إلى تفاقم أوضاع الضعف التي تعترهم (اللجنة الدولية (2020) (ج)).

نشرت اللجنة الدولية للصليب الأحمر (اللجنة الدولية) في نيسان/أبريل 2020 وثيقة تصف نهجها الميداني تجاه جائحة كوفيد-19. ورأى القائمون على برنامج إعادة التأهيل البدني ضرورة إعطاء زملائنا في الميدان توصيات مفصلة لتنفيذ أنشطة إعادة التأهيل البدني في هذه الظروف المتغيرة؛ أي أثناء جائحة كوفيد-19. وتتمثل الفكرة في المحافظة على استجابتنا وتكييفها مع احترام واجب العناية الذي توليه اللجنة الدولية تجاه قوتها العاملة ومبدأ "عدم إلحاق الضرر".

ستجدون، في ما يلي أدناه، توصيات لتنفيذ أنشطة برنامج إعادة التأهيل البدني أثناء الجائحة، وهي مناسبة لنوع الدعم الذي يقدمه مشروعكم لخدمات إعادة التأهيل البدني والمجموعات أو الهيئات مثل منظمات رعاية الأشخاص ذوي الإعاقة.

2- مراكز إعادة التأهيل التابعة للجنة الدولية وغير التابعة لها

قد تؤدي زيارة أحد مراكز إعادة التأهيل البدني، في البلدان التي بها حالات إصابة مؤكدة بجائحة كوفيد-19، إلى زيادة خطر العدوى لذوي الإعاقة ولموظفي المركز وموظفي اللجنة الدولية. ومع ذلك، يجب ضمان توفير خدمات إعادة التأهيل، عند الاقتضاء، ولا بد من عدم إيقاف هذه الخدمات لأنها تمكن ذوي الإعاقة من ممارسة حقوقهم (مفوضية حقوق الإنسان (2020))؛ اليونيسف (2020) وهي جزء من الخدمات الصحية الأساسية. من المرجح أن يؤثر أي تقليص لأهمية خدمات إعادة التأهيل، التي هي عنصر أساسي للرعاية الصحية، سلبًا على انتشار الإعاقة ومداها.

وقد تتطلب السلطات المحلية أو الوطنية في بعض الحالات إغلاق مراكز إعادة التأهيل البدني؛ ولكن عندما لا يكون الحال على هذا المنوال، يجب وضع تدابير لمنع انتشار كوفيد-19.

(أ) نوعا الدعم الأول والثاني (مراكز إعادة التأهيل البدني التي تديرها اللجنة الدولية ومراكز إعادة التأهيل البدني التي تحظى بدعم كبير من اللجنة الدولية)

موظفو اللجنة الدولية وموظفو مراكز إعادة التأهيل البدني

يجب أن يتماشى حضور موظفو اللجنة الدولية في مراكز إعادة التأهيل البدني مع التوصيات الصادرة من وحدة الشؤون الصحية والإدارة بمكان عملهم، ومن وحدة الشؤون الصحية للموظفين بالمقر الرئيسي. ويمكن إنشاء نظام لتأويب الموظفين لضمان توفير الخدمات الأساسية وللمنع احتمال وجود عدد كبير جدًا من الموظفين في أحد مراكز إعادة التأهيل البدني في نفس الوقت.

علاوة على ذلك، ينبغي اتخاذ تدابير لمراقبة صحة الموظفين وتقديم الدعم اللازم لهم، على سبيل المثال:

• الطلب من الموظفين الإبلاغ عما إذا كانوا يعانون من الحمى أو أي أمراض تنفسية، والبقاء في المنزل إذا ظهرت عليهم أية أعراض؛ ولا بد من إجراء المتابعة مع الموظفين الذين تغيبوا عن العمل.

• يجب على الفور إبعاد أي موظف تبدو عليه أعراض المرض في العمل وإحالاته إلى مقدم الرعاية الصحية.

• إذا أظهرت فحوص الكشف عن الإصابة بكوفيد-19 لأحد الموظفين نتائج إيجابية، يرجى المساعدة في تتبع المخالطين واتباع لوائح الصحة العامة المعمول بها (التي قد تستلزم تعليق الخدمات مؤقتًا).

• مراقبة سلامة الموظفين، بشكل منتظم وداعم، والعمل على تهيئة بيئة مواتية للتواصل في الوقت المناسب بين الموظفين والإدارة.

• إخبار المستفيدين من الخدمة والموظفين بضرورة ألا يلامس بعضهم بعضًا (منع المصافحة باليد والمعانقة والتقبيل، وما إلى ذلك).

المستفيدون من الخدمة في مراكز إعادة التأهيل البدني

لا يُسمح للمستفيدين من خدمات مراكز إعادة التأهيل البدني بالدخول إليها إلا إذا توافرت لموظفي مركز إعادة التأهيل البدني واللجنة الدولية إمكانية الحصول على معدات الحماية الشخصية - أقنعة طبية و/أو واقٍ للوجه وقفازات - وارتدائها، وكانت هناك تدابير صارمة لمكافحة العدوى والوقاية منها.

لا بد من فحص المستفيدين من الخدمة وترتيبهم حسب أولوية حالتهم (من أولوية "مرتفعة" إلى "متوسطة" إلى "منخفضة"). تشمل حالات المستفيدين من الخدمة التي تحظى بأولوية مرتفعة ما يلي: الأشخاص الذين يحتاجون إلى أجهزة مساعدة أو الذين يتعين إصلاح أجهزتهم؛ والأشخاص الذين يحتاجون إلى العلاج الطبيعي والذين سترداد حالتهم سوءًا إذا اضطروا إلى الاستغناء عنه؛ والأشخاص الذين سيكونون أكثر عرضة للخطر بسبب أي انقطاع للخدمات.

ينبغي عدم السماح بوصول المرضى من ذوي الحالات المتوسطة والأقل أولوية لمراكز إعادة التأهيل البدني إلا إذا كان من الممكن تنفيذ المبادئ التوجيهية التي قدمتها الجمعية الدولية للأطراف الاصطناعية والتقويم (ISPO) وشريطة توقيعهم استمارة "موافقة مستنيرة".

يجب اتخاذ التدابير الإضافية التالية لتقليل مخاطر إصابة المرضى أو الموظفين بكوفيد-19 إلى أدنى حد أثناء تقديم الخدمات:

- ينبغي أن تعين إدارة مركز إعادة التأهيل البدني موظفًا مسؤولًا عن تدابير مكافحة العدوى والوقاية منها؛ وسيتولى تدريب الموظفين على سبل النظافة الصحية للأيدي واستخدام معدات الحماية الشخصية.
- يجب ارتداء معدات الحماية الشخصية وخلعها بعناية - وفقًا للإجراءات الموصى بها - لتجنب التلوث؛ ويجب على الموظفين غسل أيديهم قبل ارتداء معدات الحماية الشخصية وبعد خلعها؛ ويجب توفير حاويات نفايات خاصة للتخلص من معدات الحماية الشخصية المستخدمة (لمنع إعادة استخدامها وإعادة تدويرها).
- ينبغي تركيب نقطة لغسل الأيدي عند مدخل مركز إعادة التأهيل البدني مع وضع لافتات تبيّن بوضوح بأنه يجب على كل فرد غسل يديه قبل الدخول.
- ينبغي إجراء فحص لجميع المستفيدين من الخدمة والموظفين للكشف عن أعراض أمراض الجهاز التنفسي أو الحمى قبل دخولهم إلى مركز إعادة التأهيل البدني. ينبغي ألا يُسمح بدخول المستفيدين من الخدمة الذين أثبتت فحوص الكشف عن تلك الأعراض نتائج إيجابية إلى مركز إعادة التأهيل البدني، ويجب إحالتهم إلى مستشفى أو مركز لعلاج كوفيد-19.
- التأكد من وجود أنظمة لإحالة المستفيدين من الخدمة الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد-19 إلى المستشفى المعني أو مركز علاج كوفيد-19.
- تقديم التدريب على مكافحة العدوى لجميع الموظفين ومسؤولي الرعاية. يجب أن يشمل التدريب على إعطاء نظرة عامة على كوفيد-19، والنظافة الصحية للأيدي، وغيرها من التدابير الوقائية المعيارية الأخرى، وتدابير الوقاية من العدوى الخاصة بكوفيد-19. يمكن الاطلاع على دورة تدريبية عبر الإنترنت على [الموقع الإلكتروني لمنظمة الصحة العالمية](#).

يرجى التأكد مما يلي، وإسداء المشورة للمستفيدين من الخدمة وفقاً لذلك:

- ينبغي تطهير الأجهزة المساعدة المستخدمة بشكل متكرر. تشمل هذه الأجهزة الكراسي المتحركة، وعصي المشي، والمشايات وألواح نقل المرضى، أو أي شيء آخر يتم التعامل به ويستخدم بشكل متكرر في الأماكن العامة (منظمة الصحة العالمية (2020) (أ)).
- عندما يوصى بالتباعد الجسدي، سيكون الأشخاص المعزولون بالفعل من الفئات الأكثر تضرراً أكثر من غيرهم. يرجى التأكد من سهولة وصول ذوي الإعاقة إلى آليات دعم الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي - عندما تكون متاحة (اليونيسف (2020)).
- التأكد من توفر تدابير حماية إضافية للأشخاص الذين يعانون من صعوبات كبيرة في التنقل، حيثما أمكن، بما في ذلك وسائل الرعاية الذاتية. قد يكون هؤلاء الأشخاص - بسبب اعتمادهم على القرب البدني من الآخرين - أكثر عرضة للإصابة بالفيروس، كما أنهم يعانون على الأرجح من مشكلات صحية أساسية (اليونيسف (2020)).
- يرجى تسهيل الدعم الكافي لذوي الإعاقة الذين لديهم احتياجات أكثر تعقيداً من الآخرين، ولا سيما عند إيداعهم في الحجر الصحي أو عزلهم؛ وتحقيقاً لهذه الغاية، يرجى تنسيق الرعاية المقدمة لهم من قبل الخدمات الصحية والاجتماعية والعائلات ومسؤولي الرعاية.
- التأكد من توفر إمكانية حصول مسؤولي الرعاية ومقدمي الخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة على معدات الحماية الشخصية في المنزل (لرعاية المنزلية)، بما في ذلك الأقنعة الطبية وواقى الوجه والقفازات ومعقمات اليد، والنظر في زيادة طلبات الحصول على هذه المنتجات.

مناطق الأعمال الإدارية

- يجب على المستفيدين من الخدمة غسل أيديهم وتطهير أجهزتهم قبل دخول مراكز إعادة التأهيل البدني؛ ويجب أن يكونوا قادرين على القيام بكل هذا في مساحة مخصصة لهذا الغرض، قبل دخول منطقة الاستقبال. يجب على الأشخاص الذين يرتدون قفازات خلعها قبل دخول مركز إعادة التأهيل البدني ويجب عدم ارتدائها من جديد أثناء وجودهم في الداخل.
- يجب إعطاء أقنعة للمستفيدين من الخدمة، مع تعليمات واضحة حول استخدامها والتعامل معها أثناء الزيارات.
- يجب ألا تحتوي غرفة الانتظار على أكثر من مستفيد من الخدمة ومسؤول رعاية في كل مرة؛ يجب دائماً أن تكون هناك فترة فاصلة تبلغ ساعة كاملة بين المواعيد المحددة للمستفيدين من الخدمة، للسماح بوقت كافٍ لتطهير المحيط.
- يجب عدم السماح للمستفيدين من الخدمة بالتعامل مع سجلاتهم أو ملفاتهم الشخصية؛ لا يُسمح سوى للأشخاص في مكتب الاستقبال أو في مكتب موظف الاستقبال والطاقم السريري بذلك.
- إذا أمكن، يرجى تثبيت حاجز زجاجي وقائي من الـ "بلكسي جلاس" عند مكتب الاستقبال.

غرف فحص المرضى

يجب اتخاذ جميع التدابير الاحترازية اللازمة أثناء أي فحص بدني للمستفيدين من الخدمة، باستخدام المعدات الموصى بها في الملحق 1.

- لا بد أن يتوفر في غرفة فحص المرضى ما يلي:

- جل لغسل الأيدي ومطهر، وحاويات نفايات مزودة بأغطية
- أن تكون الغرفة رحبة (10 متر مربع)
- أن يكون بها نظام تهوية جيد مع نافذة (نوافذ) مفتوحة.

- يجب أن يجري الاستشارات متعددة التخصصات ما لا يزيد عن اثنين من الموظفين (أخصائي للأطراف الاصطناعية/أخصائي تقويم عظام وموظف ميداني من برنامج إعادة التأهيل البدني، وتنفيذ تدابير التباعد (مترين بين كل شخص والآخر) عندما لا يكون الفحص البدني ضرورياً.

- يجب تطهير جميع الأدوات المستخدمة أثناء الفحص؛ الطاولة والأقلام والكراسي والجونوميتر (المستخدم لقياس مدى حركة المفاصل ومقدار التقدم في العلاج الطبيعي)، وما إلى ذلك - بعد مغادرة المستفيد من الخدمة للغرفة.

إجراءات التنظيف البيئي في مراكز إعادة التأهيل البدني

- يُنصح باستخدام عوامل التنظيف والتطهير المستخدمة للمستشفيات لجميع الأسطح الأفقية والأسطح التي تلمس بشكل متكرر (مفاتيح الإضاءة، ومقابض الأبواب، وقضبان الأسرة، والطاولات المجاورة للأسرة، والهواتف، وما إلى ذلك)، ولدورات المياه، التي يجب تنظيفها عند اتساخها وعلى الأقل مرتين يوميًا.
- يجب تنظيف الأسطح الظاهر اتساخها بأحد المنظفات من النوع التجاري أو بالصابون والماء أولاً؛ وبعد ذلك، يجب استخدام مطهر من النوع المستخدم للمستشفيات، باتباع توصيات الشركة المصنعة المتعلقة بكمية المطهر المستخدمة ومدة تركه على الأسطح؛ وبعد مرور الفترة الموصى بها، يمكن شطفه بالماء النظيف.
- في حالة عدم توفر مطهرات من النوع المستخدم للمستشفيات، قد تستخدم مرافق الرعاية على المدى الطويل تركيزًا مخفّفًا من مواد التبييض لتطهير البيئة. يجب أن يكون الحد الأدنى لتركيز الكلور 5000 جزء في المليون أو 0.5 %، وهو معادل لتخفيف 1:9 بنسبة 5 % من المبيّض السائل المركز (منظمة الصحة العالمية (2020) (ب)).
- يجب تنظيف كل الأشياء المستخدمة في غرفة العلاج الطبيعي قبل كل جلسة مع أحد المستفيدين من الخدمة وبعدها؛ ويجب عدم مشاركة العكازات والمشايات وما إلى ذلك بين المستفيدين من الخدمة.
- يجب تنظيف الأدوات التي يستخدمها العديد من الأشخاص في ورش العمل وتطهيرها قدر الإمكان.

ب) نوعا الدعم الثالث والرابع (الاستبدال الجزئي والدعم الخفيف)

عندما نقدم الدعم من النوعين الثالث أو الرابع، تكون مشاركتنا أقل أهمية ويكون تأثيرنا محدودًا. ولذلك ينبغي إبقاء حضور موظفي اللجنة الدولية المشاركين في المتابعة التقنية عند الحد الأدنى؛ وعند وجودهم في مراكز إعادة التأهيل البدني يجب اتباع التوصيات الصادرة من وحدة الشؤون الصحية والإدارة في أماكن عملهم، ووحدة الشؤون الصحية للموظفين بالمقر الرئيسي، ويجب أن يكون حضورهم مشروطاً بتوفر معدات الحماية الشخصية. يمكن لموظفي اللجنة الدولية دعم العاملين في مراكز إعادة التأهيل البدني المدعومة من اللجنة الدولية - التي لا تزال تعمل في أثناء الجائحة - في تنفيذ المبادئ التوجيهية للجمعية الدولية للأطراف الاصطناعية والتقويم، والتوصيات الصادرة عن السلطات المحلية، والتوصيات المذكورة أعلاه للدعم من النوعين الأول والثاني. ويجب على الحكومة أو مركز إعادة التأهيل البدني الذي يتعاون مع اللجنة الدولية توفير معدات الحماية الشخصية لموظفي مراكز إعادة التأهيل البدني؛ وإذا لم يقدم مثل هذا الدعم، ينبغي للجنة الدولية، كلما أمكن، التبرع بمعدات الحماية الشخصية المطلوبة.

ج) إحالة المستفيدين من الخدمة إلى مراكز إعادة التأهيل البدني

لحد من خطر انتشار المرض على نطاق أوسع، نوصي بعدم إحالة مرضى إلى مراكز إعادة التأهيل البدني التي تدعمها اللجنة الدولية وتلك التي تديرها الموجودة في أماكن غير تلك التي يوجد بها المرضى؛ وينبغي عدم إحالة المرضى من أماكن أخرى إلى مراكز إعادة التأهيل البدني هذه إلا في الظروف الأكثر إلحاحًا. لذلك، ينبغي تعليق خدمات تحديد حالات ذوي الإعاقة وإحالتهم إلى مراكز إعادة التأهيل البدني من خلال البرامج التي تدعمها اللجنة الدولية والتي تنفذها الجمعيات الوطنية للصليب الأحمر والهلال الأحمر أو المنظمات المعنية بذوي الإعاقة أو أي من الجهات المعنية المحلية الأخرى مؤقتًا. ولا تُستأنف هذه الأنشطة إلا بعد إجراء تقييم شامل مع الشركاء للمخاطر التي يتعرض لها المستفيدون من الخدمة ومجتمعاتهم المحلية، ولا يكون ذلك إلا عندما يتوافق استئناف هذه الأنشطة تمامًا مع التوجيهات الصادرة عن السلطات الصحية في البلاد.

يمكن تقديم بدائل للمستفيدين من الخدمة عن زيارة مراكز إعادة التأهيل البدني، مثل:

- الاستشارات الهاتفية والرسائل النصية والمحادثات عن بعد بواسطة الفيديو إن أمكن

- التشخيص عن بُعد وإصلاحات الأجهزة من خلال الاستشارات عبر الهاتف للحالات الملحة
- إيصال المعدات التي أُعدت بالفعل للاستخدام
- صيانة الأجهزة أو إجراء إصلاحات طفيفة لها - إذا كان بمقدور مسؤول الرعاية إحضار الجهاز المعني إلى المركز (لتجنب تعريض الأشخاص ذوي الإعاقة لخطر الإصابة)
- توفير الموارد والمعدات لتلبية الاحتياجات العاجلة (العكازات، والمشايات، والكراسي المتحركة، إلخ).

عند تعذر تعليق إحالة المستفيدين من الخدمة، يرجى التأكد من الموازنة بين الفوائد والمخاطر. وينبغي اتخاذ التدابير التالية:

- إعداد قائمة بالمستفيدين من الخدمة لقبولهم تدريجياً؛ وترتيبهم حسب الأولوية وتحديث حالتهم بانتظام.
- يجب أن يُطرح على المريض أسئلة مختلفة تتعلق بكوفيد-19 (إجراء استبيان فرز مسبق) أثناء المكالمات الهاتفية التي يجريها لتحديد موعد (يتوفر استبيان يستند إلى موارد مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها التابعة للولايات المتحدة (CDC) في الملحق 2 من هذه الوثيقة).
- لن تعطى مواعيد للمستفيدين من الخدمة الذين تظهر عليهم أعراض الاشتباه التي عدتها منظمة الصحة العالمية، ويجب عليهم الانتظار لمدة 14 يوماً قبل طلب موعد.
- ينبغي عدم إحالة المستفيدين من الخدمة الذين تأكدت إصابتهم بكوفيد-19 إلى أحد مراكز إعادة التأهيل البدني إلا بعد تعافيتهم، وبعد أن يمضوا 14 يوماً في الحجر الصحي.
- يجب عدم إعطاء موعد للمستفيدين من الخدمة الذين يعانون من حالات مرضية أو أمراض مصاحبة مثل أمراض القلب والأوعية الدموية أو مرض السكري، أو من هم أكثر عرضة للإصابة بكوفيد-19 والوفاة، لحين إشعار آخر.
- يرجى تحديد شركات سيارات الأجرة التي تتبع ممارسات آمنة عندما يكون ذلك ممكناً، وتشجيع المستفيدين من الخدمة أو تقدم لهم مساعدة مالية لاستقلال وسائل مواصلات خاصة (السيارات والدراجات النارية وما إلى ذلك).

د) مرافق الإقامة

- نظراً لعدم التوصية بإحالة الحالات، يجب أن تظل مرافق الإقامة مغلقة. وإذا لم يكن ذلك ممكناً، يجب اتخاذ تدابير النظافة التالية:
- تكليف شخص بمسؤولية تنفيذ تدابير مكافحة العدوى والوقاية منها وفقاً لإرشادات منظمة الصحة العالمية (منظمة الصحة العالمية (2020) (ب))؛ وتدريب المستفيدين من الخدمة والموظفين على متابعة تنفيذ تدابير مكافحة العدوى والوقاية منها، ووضع ملصقات للتوعية في المنشأة، إلخ.
 - المحافظة على نسبة إشغال الأسرة بما لا يزيد عن ثلث قدرتها الاستيعابية المعتادة، من أجل تطبيق التباعد الجسدي بصرامة.
 - التأكد من وجود مسافة تفصل بين المستفيدين من الخدمة لا تقل عن مترين بأي حال من الأحوال؛ ووضع قاعدة بشأن ذلك لتطبيق.
 - يلزم تجنب التلامس بين المستفيدين من الخدمة والموظفين (مثل المصافحة باليد أو العناق أو التقبيل).
 - يجب تقديم الوجبات في المطعم بالتناوب، بحيث لا يوجد أبداً أكثر من عدد معين من الأشخاص في نفس المكان في نفس الوقت. وفي حال تعذر ذلك، يجب تقديم الوجبات في غرف المرضى.
 - منع الزائرين من دخول أماكن الإقامة.

إذا اشتبه في إصابة أحد المستفيدين من الخدمة بكوفيد-19، فيجب اتخاذ الخطوات التالية:

- تغطية وجه المستفيد من الخدمة بقناع طبي وعزله.
- نقل المريض المشتبه في إصابته بكوفيد-19، إن أمكن، إلى غرفة فردية؛ أما إذا لم يكن ذلك ممكناً، يُعطى وجه المستفيد من الخدمة ومن يقيم معه في تلك الغرفة بأقنعة طبية.

- إبلاغ السلطات المحلية بأي حالة مشتبه في إصابتها بكوفيد-19، وإيداع النزلاء في الحجر الصحي عندما تبدأ الأعراض المتعلقة بالجهاز التنفسي تظهر على المستفيد من الخدمة المعني.
- التأكد من إجراء اختبار كوفيد-19 على المستفيد من الخدمة وإحالته إلى المستشفى المعني.
- إبلاغ المستفيد من الخدمة والموظفين على الفور إذا كانت نتيجة اختبار كوفيد-19 إيجابية.

الغسيل

- يجب وضع أغطية الأسرة المتسخة في أكياس أو حاويات مانعة للتسرب مع وضع علامات واضحة عليها، بعد إزالة أي فضلات صلبة بعناية ووضعها في دلو مغطى قبل التخلص منها في دورة المياه أو المراحيض.
- يوصى عند الغسل في غسالة استخدام مسحوق غسيل وماء دافئ عند 60-90 درجة مئوية (194-140 درجة فهرنهايت). يمكن بعد ذلك تجفيف الملابس وفقاً للإجراءات الروتينية.
- إذا تعذر استخدام الغسالة، يمكن نقع أغطية الأسرة في ماء ساخن وصابون داخل وعاء كبير؛ وتستخدم عصا لتحريك الماء مع الحذر من تطاير السائل. يجب بعد ذلك تفريغ الوعاء، ونقع أغطية الأسرة في كلور بتركيز 0.05% (500 جزء في المليون) لمدة 30 دقيقة تقريباً. وأخيراً، يجب شطف أغطية الأسرة بالماء النظيف وتركها تجف تماماً في الشمس.
- لمزيد من المعلومات، يرجى الرجوع إلى: [the WHO's infection prevention and control guidance for long-term care facilities in the context of COVID-19](#).

التنظيف البيئي

- يرجى الاطلاع على توصيات مراكز إعادة التأهيل البدني؛ فهي تنطبق هنا أيضًا.
- يجب أن يرتدي عمال النظافة والأشخاص الذين يتعاملون مع مغارث الأسرة المتسخة والغسيل وما إلى ذلك معدات الحماية الشخصية، بما في ذلك أقنعة الوجه والقفازات والثياب الواقية طويلة الأكمام والنظارات الواقية أو واقيات الوجه والأحذية طويلة الرقبة أو الأحذية المغلقة. ويجب عليهم اتخاذ إجراءات النظافة الصحية المناسبة للأيدي قبل ارتداء معدات الحماية الشخصية الخاصة بهم وبعد خلعها.

3- توصيات لمشاريع الإدماج الاجتماعي

- يجري تجميع روابط لمقاطع فيديو للتدريب الرياضي في المنزل لرياضيين من ذوي الإعاقات الجسدية، بما في ذلك العديد من التمارين التي يمكن ممارستها بدون معدات رياضية، نظرًا لأن عددًا قليلاً جدًا من اللاعبين الذين تدعمهم برامج إعادة التأهيل البدني يمكنهم الحصول على الكراسي المتحركة المخصصة لممارسة الرياضة وكرة السلة وكرة القدم وما إلى ذلك في المنزل. وتُجمع هذه المقاطع من مدربين خبراء في جميع أنحاء العالم وسيتم توزيعها قريبًا على مديري برامج إعادة التأهيل البدني. يرجى، إن أمكن، توزيع مقاطع الفيديو هذه على الرياضيين الذين يدعمهم مشروعكم لإعادة التأهيل البدني، من خلال موظفي اللجنة الدولية أو الشركاء المحليين المهتمين بالإدماج. ستساعد هذه المقاطع الرياضيين على الحفاظ على لياقتهم البدنية، ومهاراتهم الرياضية، ودوافعهم وسلامتهم النفسية التي لا تقل أهمية.
- يرجى التأكد من أن الطلاب ذوي الإعاقة المستفيدين من رعاية برامج إعادة التأهيل البدني لديهم إمكانية الحصول على المناهج التعليمية لمؤسساتهم التعليمية - وإذا أمكن - على الأدوات اللازمة للدراسة عن بُعد (إذا طلبت مؤسساتهم ذلك).
- يرجى مناقشة حالات الأشخاص الذين أحالتهم برامج إعادة التأهيل البدني للحصول على الدعم في إطار مبادرات الاقتصاد الجزئي مع منسق الأمن الاقتصادي؛ والاستفادة من التوجيهات المتعلقة بالأمن الاقتصادي ([EcoSec guidelines](#)).

4- توصيات بشأن البرامج التعليمية

أ) توصيات للطلاب بشأن منح اللجنة الدولية الدراسية

- يرجى دراسة ما إذا كان ضروريًا على الإطلاق تقديم منح دراسية للدراسة بالخارج قبل حلول نهاية عام 2020؛ وما إذا كان من الممكن تأجيلها إلى العام 2021، لتجنب المخاطر المتعلقة بالجائحة. يجب أن يأخذ أي تقييم من هذا القبيل في الاعتبار حقيقة أن معظم المنشآت التعليمية التي يلتحق بها طلاب المنح الدراسية تقع في بلدان ذات دخل منخفض ومتوسط، وقد لا تكون قادرة على التعامل مع موجات إضافية من كوفيد-19.
- بالنسبة للطلاب المسجلين في برامج التدريب بالخارج الذين اضطروا إلى العودة إلى بلدانهم بسبب تدابير تقييد الحركة المتعلقة بكوفيد-19، يجب التأكد - إلى أقصى حد ممكن - من متابعتهم أنشطة التدريب عبر الإنترنت التي وضعتها المنشآت التعليمية التي هم ملتحقون بها. ويجب الإبقاء على اتصال وثيق بهذه المنشآت للحصول على تحديثات بشأن التدابير اللازمة لمواصلة التدريب وحول احتمالات استئناف الأنشطة العادية. وإذا طلبت المنشآت التعليمية من الطلاب العودة، ينبغي التواصل مع هذه المؤسسات - قبل اتخاذ قرار بشأن عودة الطلاب - للتأكد من أنها قد وضعت تدابير للوقاية من انتشار كوفيد-19؛ وإذا كان سيتم إيداع الطلاب في حجر صحي بعد وصولهم إلى البلاد، فيتعين الحصول على معلومات تفصيلية حول أوضاع الحجر الصحي. ويرجى ترتيب إجراءات إكلينيكية في مراكز إعادة التأهيل البدني التي يدعمها مشروعكم لإعادة التأهيل البدني، إذا كان ذلك ممكنًا بالنسبة للطلاب الذين عادوا إلى بلادهم، شريطة اتخاذ التدابير الوقائية اللازمة. وأخيرًا، نوصي بمواصلة تلقي الطلاب بدلات المعيشة الشهرية طوال فترة الإغلاق.

ب) توصيات للمنشآت التعليمية داخل البلاد التي يدعمها مشروعكم

- تقديم أكبر قدر ممكن من الدعم لتنفيذ تدابير الحماية المذكورة في الفصول السابقة حسب الحاجة.
- تُطبق تدابير الحماية المبينة في الفصول السابقة على موظفي اللجنة الدولية الذين يعملون في المنشآت التعليمية التي تظل مفتوحة أثناء فترة الجائحة أو يزورونها.

5- توصيات أخرى بشأن أنشطة برامج إعادة التأهيل البدني أثناء الجائحة

من المهم التأكد من أن ذوي الإعاقة ومسؤولي الرعاية والعاملين في مجال الرعاية الصحية على دراية بجميع تدابير كوفيد-19 المتعلقة بالإعاقة:

- التأكد، بالتعاون مع الجهة المعنية بالمساءلة أمام المتضررين - إن توفر مندوب معني بالمساءلة أمام المتضررين - من أن استجابة اللجنة الدولية شاملة ومن عدم استبعاد ذوي الإعاقة من برامج الأمن الاقتصادي أو المياه والإسكان أو الحماية. بالإضافة إلى التأكد من سهولة وصول ذوي الإعاقة لمرافق الرعاية الصحية التي تعالج مرضى كوفيد-19.
- تحديد الأشخاص ذوي الإعاقة الذين يقعون في السجون والمرافق الإصلاحية الأخرى، والعمل مع السلطات المعنية لتنفيذ تدابير مكافحة العدوى؛ وتحديد حالات الطوارئ المحتملة بالعمل جنبًا إلى جنب مع فرق الحماية.
- تقديم معلومات بشأن التدابير الوقائية والنظافة الصحية بطريقة شاملة يسهل فهمها. وعدم الاعتماد فقط على وسائل الاتصال الشفوية أو المكتوبة؛ واستخدام أساليب مناسبة للأشخاص الذين يعانون من إعاقات ذهنية وإدراكية ونفسية اجتماعية، كما لزم الأمر، (انظر المثال بشأن الأشخاص ذوي الإعاقة على منصة [PRP Wiki](#)).
- تحضير مواد إعلامية وتوزيعها على العاملين في مجال الرعاية الصحية بشأن العواقب المحتملة لكوفيد-19 - المتعلقة بالصحة والعواقب الاجتماعية - على ذوي الإعاقة، لضمان عدم التمييز ضد هؤلاء عند طلب الرعاية.
- إجراء دورات تدريبية إضافية - وإن أمكن، إعداد وحدات تدريبية عبر الإنترنت - للموظفين الجدد ولأولئك الذين سيتولون أدوارًا موسعة (منظمة الصحة العالمية (2020) (ب))؛ أحد الأمثلة هو دورة [Physiopedia](#) التدريبية الإلكترونية - [Role of physiotherapy during COVID-19](#) - للمتخصصين في إعادة التأهيل البدني أثناء جائحة كوفيد-19.

6- مرحلة التعافي

عند تخفيف الإجراءات التي تفرضها السلطات المحلية - مثل الإغلاق - قد يُستأنف تقديم الخدمات وإحالة الحالات، ولكن يجب أن يكون ذلك تدريجياً، حيثما لا تزال العدوى ممكنة. يجب أن تظل معدات الحماية الشخصية متاحة وأن يبقى عدد المستفيدين من الخدمة في أي مركز من مراكز إعادة التأهيل البدني عند الحد الأدنى، لضمان التباعد الجسدي. وتشير بعض الدراسات (Talan 2020)) إلى أن كوفيد-19 يمكن أن يكون له آثار على الجهاز العصبي، مثل السكتات الدماغية. ونتيجة لذلك، قد يحتاج المزيد من المستفيدين من الخدمة إلى إعادة تأهيل. ويجب وضع آليات إحالة واضحة مع المستشفيات لتوفير إعادة التأهيل المبكر وتجنب المزيد من المضاعفات لهؤلاء المستفيدين من الخدمة.

كما ورد في توجيهات اللجنة الدولية التشغيلية بشأن جائحة كوفيد-19، يجب علينا أن نتبنى منظوراً بعيد المدى وأن ندمج آثار الجائحة في قدرة ذوي الإعاقة على الصمود. فقد تكون جائحة كوفيد-19 أضافت إلى احتياجاتهم أو عدلتها، وقد يكون من الضروري إجراء عمليات رصد منتظمة بعد الجائحة.

توصية أخيرة: يرجى زيارة منصة [PRP Wiki](https://www.prrp.wiki) بانتظام، لمعرفة أحدث التطورات بشأن الاستجابة لجائحة كوفيد-19.

Talan, J. (2020), " COVID-19: Neurologists in Italy to colleagues in US: Look for poorly-defined neurologic conditions in patients with the coronavirus":

<https://journals.lww.com/neurotodayonline/blog/breakingnews/pages/post.aspx?PostID=920>

Handicap International (2020), "Brief guidance note: A disability inclusive COVID19 response, Syria"

ICRC (2020) (a), "Recommended PPE during the COVID-19 pandemic":

https://collab.ext.icrc.org/sites/TS_ASSIST/activities/HEALTH/Epidemics_and_Pandemics/COVID_19_Guidelines/ICRC_PPE_use_Covid_19.pdf

ICRC (2020) (b), "Introductory Video to ICRC's Guidance Document on COVID 19: Inclusive Programming" online available from <https://communities.ext.icrc.org/videos/2581>

ICRC (April 2020) (c), *The ICRC'S Operational Approach to the COVID-19 Pandemic*:

https://collab.ext.icrc.org/sites/TS_OP_DIR/OurDepartment/Communication/Important%20messages%20to%20Delegations/COVID19/ICRC_COVID19_Operational%20Approach_16.04.2020_final.pdf

International Disability Alliance (2020), "Toward a disability-inclusive COVID19 Response: 10 recommendations from the International Disability Alliance":

http://www.internationaldisabilityalliance.org/sites/default/files/ida_recommendations_for_disability-inclusive_covid19_response_final.pdf

ISPO (2020), "Suggestions for Prosthetic Orthotic Clinics that Must Remain Open During the COVID-19 Pandemic":

https://collab.ext.icrc.org/sites/TS_ASSIST/activities/PRP/PRP_Covid_Response/ISPO_P_and_O_Clinics_Covid.pdf

مفوضية حقوق الإنسان (2020)، "بيان مشترك: الأشخاص ذوو الإعاقة وكوفيد-19، لرئيس لجنة الأمم المتحدة المعنية بحقوق الأشخاص ذوي الإعاقة، باسم اللجنة والمبعوث الخاص لأمين عام الأمم المتحدة المعني بالإعاقة وإمكانية الوصول":

<https://www.ohchr.org/AR/NewsEvents/Pages/DisplayNews.aspx?NewsID=25765&LangID=A>

UNICEF (2020), "COVID-19 response: Considerations for children and adults with disabilities":

https://www.unicef.org/disabilities/files/COVID-19_response_considerations_for_people_with_disabilities_190320.pdf

WHO (2020) (a), "Disability considerations during the COVID-19 outbreak":

<https://www.who.int/who-documents-detail/disability-considerations-during-the-covid-19-outbreak>

منظمة الصحة العالمية (2020) (ب)، "إرشادات بشأن الوقاية من العدوى ومكافحتها في مرافق الرعاية الطويلة الأمد في سياق مرض

كوفيد-19": https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331508/WHO-2019-nCoV-IPC_long_term_care-2020.1-ara.pdf?sequence=14&isAllowed=y

World Confederation for Physical Therapy (2020), "Physiotherapy management for COVID-19 in the acute hospital setting: Recommendations to guide clinical practice":

https://www.wcpt.org/sites/wcpt.org/files/files/wcptnews/images/Physiotherapy_Guideline_COVID-19_FINAL.pdf

الملحق 1: توصيات اللجنة الدولية بشأن معدات الحماية الشخصية أثناء جائحة كوفيد-19

مرافق الرعاية الصحية: مرافق العيادات الخارجية			
غرفة فحص المرضى	العاملون في مجال الرعاية الصحية	فحص بدني للمرضى الذين تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	قناع طبي ثوب واقٍ قفازات واقٍ للعينين
	العاملون في مجال الرعاية الصحية	فحص بدني للمرضى الذين لا تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	قناع طبي قفازات
	المرضى الذين تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	أي إجراء	قناع طبي، إذا كان ذلك ممكناً
	المرضى الذين لا تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	أي إجراء	لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية
	عمال النظافة	بعد كل فحص للمرضى الذين تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية وبين كل فحص وآخر	قناع طبي ثوب واقٍ قفازات متينة واقٍ للعينين (إذا كان هناك خطر تناثر قطيرات) أحذية طويلة الرقبة أو أحذية مغلقة
غرفة الانتظار	المرضى الذين تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	أي إجراء	قناع طبي، إذا كان ذلك ممكناً. انقل المريض على الفور إلى غرفة عزل أو منطقة أخرى بعيداً عن الآخرين؛ إذا لم يكن ذلك ممكناً، تأكد من وجود مسافة متر واحد على الأقل بين هذا المريض والآخرين.
	المرضى الذين لا تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	أي إجراء	لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية
مناطق الأعمال الإدارية	جميع الموظفين ومن بينهم العاملون في مجال الرعاية الصحية	مهام إدارية	لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية
الفرز الطبي	العاملون في مجال الرعاية الصحية	فحص أولي لا يتضمن اتصالاً مباشراً	الحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية
	المرضى الذين تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	أي إجراء	الحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل قناع طبي، إذا كان ذلك ممكناً
	المرضى الذين لا تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	أي إجراء	لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية
المرافق الصحية في أماكن الاحتجاز			
الفرز الطبي	العاملون في مجال الرعاية الصحية	فحص أولي (إذا لم يتم ذلك في مرحلة مبكرة، أي عندما يتمكن المحتجزون من الوصول مباشرة إلى المرافق الصحية في السجن)، لا يشمل اتصالاً مباشراً	الحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية

لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية	أي إجراء	المحتجزون الذين لم تظهر عليهم أعراض إصابة بالحمى أو أمراض تنفسية	
لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية	أي إجراء	المرضى الذين لا تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	
الحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل قناع طبي، إذا كان ذلك ممكناً	أي إجراء	المرضى الذين تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	
قناع طبي ثوب واقٍ قفازات واقٍ للعينين	فحص بدني للمرضى الذين تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض بالجهاز التنفسي، من المحبذ أن يكون في غرفة مخصصة	العاملون في مجال الرعاية الصحية	منطقة فحص المرضى، تتضمن الفحص الطبي المنهجي عند الوصول
معدات الحماية الشخصية وفقاً للاحتياجات المعيارية وتقييم المخاطر	فحص بدني للمرضى الذين لا تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	العاملون في مجال الرعاية الصحية	
قناع طبي، إذا كان ذلك ممكناً	أي إجراء	المرضى الذين تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	
لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية	أي إجراء	المرضى الذين لا تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية	
قناع طبي ثوب واقٍ قفازات متينة واقٍ للعينين (إذا كان هناك خطر تناثر قطرات) أحذية طويلة الرقبة أو أحذية مغلقة	بعد كل فحص للمرضى الذين تظهر عليهم أعراض إصابة بأمراض تنفسية وبين كل فحص وآخر	عمال النظافة	
يرجى الاطلاع على: "مرافق الرعاية الصحية: مرافق العيادات الخارجية"			غرفة الانتظار
يرجى الاطلاع على: "مرافق الرعاية الصحية: مرافق المرضى الداخليين"			المختبر
قناع طبي ثوب واقٍ قفازات واقٍ للعينين	دخول منطقة العزل ولكن دون تقديم مساعدة مباشرة	جميع الموظفين	منطقة عزل المرضى وغرف المرضى
قناع طبي ثوب واقٍ قفازات واقٍ للعينين	المساعدة في نقل المحتجزين إلى منطقة العزل أو نقلهم إلى منشأة صحية يُحال إليها المرضى	جميع الموظفين	
قناع طبي ثوب واقٍ قفازات واقٍ للعينين (نظارات واقية أو واقٍ للوجه)	توفير الرعاية المباشرة لمرضى كوفيد-19	العاملون في مجال الرعاية الصحية	
قناع تنفس N95 أو قناع تنفس بمرشح FFP2 وثوب واقٍ قفازات	إجراءات تنفذ على مرضى كوفيد-19 ينتج عنها خروج رذاذ	العاملون في مجال الرعاية الصحية، فقط في ظروف استثنائية (يجب أن يودع	

واقٍ للعينين مريّلة		المرضى الذين يحتاجون إلى مثل هذه الإجراءات في المستشفى)	
قناع طبي ثوب واقٍ مريّلة قفازات متينة واقٍ للعينين (إذا كان هناك خطر تناثر قطيرات) أحذية طويلة الرقبة أو أحذية مغلقة	تنظيف منطقة العزل	عمال النظافة	
الحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية	أي إجراء	جميع الموظفين	منطقة الحجر الصحي
الحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية	أي إجراء	المحتجزون الذين لا تظهر عليهم أعراض إصابة بكوفيد-19	
قناع طبي انقلهم فوراً إلى منطقة عزل المرضى	أي إجراء	المحتجزون الذين تظهر عليهم أعراض إصابة بكوفيد-19	
لا يلزم ارتداء معدات الحماية الشخصية (ما لم يُكشف عن حالة لديها أعراض كوفيد- 19: يرجى الاطلاع على "منطقة عزل المرضى وغرف المرضى")	تنظيف منطقة الحجر الصحي	عمال النظافة	

الملحق 2: استبيان برنامج إعادة التأهيل البدني بشأن كوفيد-19 (برنامج إعادة التأهيل البدني بلبنان)

استبيان برنامج إعادة التأهيل البدني بشأن كوفيد-19

متابعة الاستبيان

سجل المخالطة

هل كان لديك أي اتصال في الأيام الـ 14 الماضية مع أي شخص يشتبه في إصابته أو تأكدت إصابته بكوفيد-19؟

- في حفل زفاف
- في جنازة
- في تجمع
- في العائلة
- في المجتمع المحلي
- في السفر

لا نعم

انتقل إلى
الاستشارة أو
الفحص المسبق

الزم المنزل لمدة 14 يومًا. إذا ظهرت أي أعراض، اتصل بالخط الساخن

الحمى

هل تعاني من الحمى الآن؟

نعم

ابق في المنزل

هل الحمى مصحوبة بأي من هذه الأعراض:

- سعال جاف
- ضيق تنفس
- التهاب الحلق
- أوجاع في الجسم/تعب

إذا كانت الإجابة نعم

ابق في المنزل

اتصل بالخط الساخن الخاص بكوفيد-19

ملاحظة: إذا كان المستفيد يعاني من الحمى مع واحد أو أكثر من الأعراض المذكورة أعلاه، فيجب عليه البقاء في المنزل والاتصال بالخط الساخن.

ملاحظة: إذا كان المستفيد يعاني من حمى وسبق له أن خالط حالات لأشخاص ثبتت إصابتهم بكوفيد-19، أو يشتبه في إصابتهم بكوفيد-19، فيجب عليه البقاء في المنزل والاتصال بالخط الساخن.