



ما هو فيروس غرب النيل؟

فيروس غرب النيل (WNV) هو عدوى تنتشر عن طريق البعوض والتي في عدد قليل من الحالات يمكن أن تسبب مرضًا خطيرًا.

يصاب البعوض ، وخاصة من جنس Culex ، بالعدوى بعد عض طائر مصاب. فيروس غرب النيل هو في الأصل فيروس يصيب الطيور ، وفي حين أن الأنواع الأكثر تضررًا هي الغرابيات مثل الغرب والبطائر الأزرق ، فإن بعض أنواع الطيور الشائعة مثل العصفور ، والطيحور الشائع ، وروبين أمريكا الشمالية مهمة أيضًا في تضخيم انتشار فيروس غرب النيل في البعوض الذي يتغذى على الطيور.

ينقل الفيروس إلى البشر بعد أن تقوم بعوضة مصابة بالفيروس بلدغه كما أن الخيول أيضًا معرضة للإصابة به بعد تعرضها للدغ من قبل بعوضة مصابة.

الأعراض

لن تظهر أي أعراض على معظم الأشخاص إذا أصيبوا بفيروس غرب النيل ، لكن قد يعاني البعض من أعراض تشبه أعراض الإنفلونزا. يزداد خطر الإصابة بأمراض أكثر خطورة من جراء الفيروس مع تقدم العمر ، حيث يكون الكهول أكبر سناً وكبار السن وكذلك الأشخاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة أكثر عرضة للخطر. قد تشمل الأعراض:

- أعراض تشبه أعراض الإنفلونزا ، بما في ذلك ، على سبيل المثال لا الحصر ، الحمى والصداع في الجبهة وآلام المفاصل وأحيانًا الطفح الجلدي.
- أعراض إضافية مثل تصلب الرقبة وضعف العضلات والذهول والتوهان والغيبوبة.
- قد يستغرق الأمر من 3 إلى 14 يومًا قبل ظهور الأعراض بعد لدغة بعوضة مصابة بالعدوى.

كيف تحمي نفسك من لدغات البعوض

قلص من إمكانية الإصابة عن طريق لدغة البعوض باتخاذ الإجراءات التالية:

- **ضع طارد البعوض المعتمد** الذي يحتوي على مادة "DEET" أو "icaridin" على الجلد المكشوف والملابس.
- ارتد ملابس فاتحة اللون ومنسوجة بإحكام ولكنها فضفاضة كالسروال الطويل والقميص طويل الأكمام والجوارب والأحذية ؛ ينجذب البعوض إلى الألوان الداكنة ويمكنه أن يلدغ من خلال الملابس الرقيقة الملتصقة بالجسم.
- تجنب الأنشطة في الهواء الطلق خلال الساعات بين الغسق والفجر وهي الفترات التي يكون فيها البعوض أكثر نشاطًا وفي أي وقت عندما تكون في المناطق المشجرة والمظلمة.
- تأكد من أن جميع النوافذ والأبواب في منزلك مزودة بمناخل مناسبة وفي حالة جيدة.

Arabic - 08/2021



تقليل أعداد البعوض:

قم بتصريف المياه الراكدة على الأقل مرة واحدة في الأسبوع للتخلص من مواقع تكاثر البعوض:

- انظر حول أو خارج منزلك بحثًا عن الحاويات والأواني وأي أشياء أخرى قد تتراكم فيها المياه. تأكد من إفراغها مرة واحدة على الأقل في الأسبوع ، أو اقلبها أو أحدث فيها ثقبًا عند الاقتضاء ، أو تخلص منها طبقا لذلك. فمثلا:

- برك التَّخْوِيز البلاستيكية

- عربات اليد

- أغطية برك السباحة

- أحواض لاستحمام الطيور

- الإطارات

- الأوية و الصحنون تحت أصيص النباتات

- تنظيف مزاريب السقف المسدودة. إزالة الأوراق والمخلفات التي قد تمنع تصريف المياه.
- تأكد من تغطية جميع الفتحات المؤدية إلى براميل المطر بشبكة منخل في كل الأوقات.
- قم بتغيير الماء في أحواض لاستحمام الطيور مرة واحدة على الأقل في الأسبوع ، أو قم بتهوية أحواض الزينة الخاصة أو عالجه بمبيد يرقات البعوض المعتمد إذا لم يكن لديهم تدفق إلى المياه الطبيعية.
- حافظ على برك السباحة نظيفة ومعالجة بالكور بشكل مناسب
- أثقب قاع حاويات إعادة التدوير التي تُترك بالخارج حتى يمكن تصريف المياه.
- استخدم خدمات تنسيق الحدائق للتخلص من المياه الراكدة التي تتجمع على أرضك.
- إذا كان لديك مصرف أو مجاري لمياه الأمطار في الفناء الخلفي ، يرجى الاتصال بمكتب الصحة العامة في أوتاوا (Ottawa Public Health) لمناقشة خيارات العلاج.

لمزيد من المعلومات حول فيروس غرب النيل والأعراض ووقت الاتصال بمقدم الرعاية الصحية ، اتصل بمكتب الصحة العامة في أوتاوا على **613-580-6744** أو قم بزيارة:

OttawaPublicHealth.ca/WestNileVirus