توجيهات ونصائح بخصوص رمضان و فيروس كورونا

Richtlijnen en adviezen omtrent Ramadan en het Coronavirus

يتم في كل مكان في العالم اتخاذ إجراءات للحد من فيروس كورونا. يرغب فريق مستشاري الرعاية متعددة الثقافات لأطباء العائلة دريختستيدين Drechtsteden بمنحك نصائح مخصصة لشهر رمضان بالتشاور مع أطباء العائلة. لدى أطباء العائلة قلق لأن المؤمنين الذين يصومون الشهر يتعرضون لخطورة إضافية. إن النصائح المتعلقة بكورونا الخاصة بالمعهد الوطني لصحة الشعب والبيئة RIVM هي ما يحدد ذلك. كما ستقوم منظمة الصحة العالمية (WHO) كذلك بمنح نصائح. يتمنى مستشارو الرعاية وأطباء العائلة لجميع المسلمين شهر رمضان مبارك ولكنه آمن.

- لا يسمح لغاية 1 يوليو بعقد الاجتماعات للمجموعات في هولندا ولا حتى في المساجد. يقدم الإسلام صحة الناس على الصلاة جماعة في المسجد. كما أن المساجد مغلقة في الدول الإسلامية أيضا.

- إن إجراءات الحجر مذكورة كذلك في الدين الإسلامي. كما أن الرسول محمد فرض أثناء الوباء في المدينة المنورة إجراءات لإيقاف الانتشار وأمر الناس بالصلاة في خيمهم وبيوتهم وبعدم السفر.

- كلما التزمنا بصرامة أكثر بالقواعد، كلما كانت نسبة العدوى أقل. التزم من فضلك بالإجراءات الاحترازية وابق في المنزل ولا تخرج إلا لشراء الأغراض. كما يجب على صغار السن الالتزام بالقواعد كذلك لغرض تقليل خطر إصابة والديهم أو جديهم بالعدوى.

- ابق في المنزل وصل أثناء شهر رمضان في داخل حلقتك المنزلية. تقدم الكثير من المساجد إمكانية متابعة شعائر الصلاة عبر بث حي.

- لا تدعُ أشخاصا لوجبة الإفطار. ابق في المنزل في المساء وكل مع أسرتك! كما لا يمكن الاحتفال بانتهاء شهر رمضان، عيد الفطر مع مجموعة بسبب الإجراءات.

- يوصف الصيام للأشخاص الأصحاء. يتعرض الأشخاص المصابين بمرض السكري وأمراض مزمنة أخرى مثل مرضى القلب والرئتين إلى خطورة إضافية لمشاكل في التنفس عند الإصابة بفيروس كورونا. لا يُسمح لمجموعات الخطر بالصيام لأن الصيام يقلل مناعة الجسم ويجعله أكثر ضعفا لفيروس كورونا.

- يتم إدخال الكثير من الأشخاص إلى المستشفيات بشكل إضافي كل سنة أثناء شهر رمضان وتتم زيارة عيادة طبيب العائلة المناوب من قبل مرضى السكري الذين يصومون ويصابون بشكاوى خطيرة على الحياة بسبب المستوى المنخفض للسكر في الدم.

تحمل المسؤولية و لا تصم إن كنت مصابا بمرض السكري أو مرض مزمن آخر.

- يتعرض مرضى القلب والأشخاص المصابون بالسمنة والسكري ومرض في الرئتين وضغط الدم المرتفع إلى خطورة إضافية للإصابة بمشاكل في التنفس في حالة الإصابة بفيروس كورونا. لا يُسمح لجميع الأشخاص الذين ينتمون لمجموعة خطر بالصيام.

- لا يسمح لمرضى السكري الذين يحقنون الإنسولين بالصيام لأن لديهم نسبة كبيرة لانخفاض نسبة السكر في الدم ويمكن عندئذ أن يصبحوا مرضى بشدة وحتى أن يدخلوا في غيبوبة.

- يمكن أن يصاب الأشخاص الأصحاء الذين يصومون بشكاوى في المعدة وانخفاض مستوى السكر في الدم في البداية مما يسبب احتمال زيادة طلب الرعاية غير الضرورية من طبيب العائلة أو المستشفى. فكر في طاقم الرعاية الذي يعمل بجد ولا تحمل نظام الرعاية طلب رعاية غير ضروري.

- نحن نلاحظ أن المرضى الذين يحتاجون إلى نصيحة لا يأتون بسبب الخوف من العدوى بفيروس كورونا ويتعرضون بسبب ذلك إلى خطورة أكبر لحدوث مضاعفات.

- هل لديك شكاوى زكام خفيفة؟ ابق في المنزل لغرض التعافي ولا تقم بنفسك بشراء الأغراض ولا تستقبل زوارا.

- هل لديك شكاوى زكام مع حمى بدرجة أعلى من 38 وهل تشعر بضيق نفس؟ ابق في المنزل واتصل هاتفيا بطبيب العائلة الخاص بك أو بطبيب العائلة المناوب في حالات الطوارئ.

- هل لديك شركاء في المسكن، لا يسمح لهم عندئذ بالخروج إلى الخارج أيضا.

يمكن لاجتماعات المجموعات أثناء شهر رمضان أن تلعب دورا سلبيا في نشر فيروس كورونا. يمكنك ان تصبح أضعف وأكثر عرضة للإصابة بفيروس كورونا بسبب الصيام.
الله محب للسلام وهو يسامحنا إن لم نستطع الصيام لأسباب صحية! يجب على الجميع الالتزام بتعليمات المعهد الحكومي لصحة الشعب والبيئة RIVM حتى أثناء شهر رمضان.

2020-04-23 مستشارو الرعاية متعددة الاختصاصات دريختستيدين

Drechtsteden www.azcdordrecht.nl