

# رسالة للآباء ومقدمي الرعاية للأطفال الذين يحتاجون لرعاية طبية

## A MESSAGE TO PARENTS AND CAREGIVERS OF CHILDREN SEEKING MEDICAL CARE

لقد حان موسم البرد والأنفلونزا وقد تتوارد إلى خاطرهم أسئلة عندما يمرض طفلكم أو يصيبكم القلق عما هو الوقت الملائم لزيارة الطبيب أو الممرضة أو المستشفى. وربما يحتاج الأطفال إلى الرعاية الطبية لأسباب عديدة لا ترتبط بأدوار البرد أو الأنفلونزا.

أثناء موسم أمراض الجهاز التنفسي، يجب على الأطفال وأسرهم أن يستمروا في ممارسة تدابير الوقاية الشخصية: أي يجب تنظيف الأيدي بشكل متكرر، مراقبة أي أعراض للمرض، والمكوث بالمنزل عند المرض وممارسة بروتوكول أمراض الجهاز التنفسي مثل ارتداء كمامة في الأماكن المغلقة إذا كان لديك أعراض. التشجيع على أخذ اللقاحات الروتينية للأطفال، والأنفلونزا الموسمية ولقاح كوفيد-19 لمن هم مؤهلين له، فتلك هي أفضل وسيلة فعالة لمساعدة الأفراد على البقاء بصحة جيدة، ومنع المرض وحتى النجاة من الموت.

إذا كنت غير متأكد من أن طفلك يحتاج لرعاية طبية، استخدم الدليل ذو الألوان **الأحمر، والأصفر والأخضر** أدناه ليساعدك على اتخاذ القرار الصحيح. أنت أفضل من يعرف طفلك. إذا كنت قلقًا حيال صحته الجسدية أو الذهنية، اتصل بـ 1-8-1 أو مقدم رعايتك الصحية.



### الرعاية الطبية الطارئة EMERGENCY medical care

توجه إلى أقرب قسم طوارئ أو اتصل برقم 9-1-1 إذا كان طفلك يعاني مما يلي:

صعوبة في التنفس أو يتنفس بصورة سريعة أو غير منتظمة أو يحدث أصوات حشرجة  
لديه شفاء أو بشرة زرقاء أو إذا كان شاحبًا جدًا  
يفقد الوعي أو يصبح غير مستجيب أو إذا كان لا يستجيب مثلما يفعل في العادة  
إذا كان طفلك رضيعًا ولا يرضع أو إذا كان يتقيأ و/أو يعاني من الإسهال ولا يذرف الدمع وفمه جاف أو لا يتبول  
عمره أقل من 3 أشهر ويعاني من حمى تصل إلى 38 درجة مئوية أو أعلى.  
يعاني من نوبة تشنج  
يعاني من حرق شديد  
لديه نزيف لا يتوقف  
لديه خصيتان مؤلمتان أو متورمتان، ولا سيما عند الفتیان في سن المراهقة  
قد يكون مسمومًا

إذا كان طفلك يفكر في أو يحاول إنهاء حياته، احصل على المساعدة الطارئة. اتصل برقم 9-1-1 أو 1-800-SUICIDE (1-800-784-2433).



### الرعاية الطبية في نفس اليوم SAME DAY medical care

اتصل بطبيب طفلك أو ممارس التمريض أو ممرضة الصحة العامة أو المجتمعية أو المركز الصحي المجتمعي للأمم الأولى، أو عيادة الرعاية الأولية أو مركز الرعاية الأولية العاجلة. أو زر عيادة يمكن زيارتها بدون موعد مسبق. للحصول على المساعدة على مدار 24 ساعة يوميًا، اتصل بـ 1-8-1 أو زر موقع [HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca). زر مقدم الرعاية الصحية اليوم إذا كان طفلك:

عمره أكثر من 3 أشهر ويعاني من حمى تصل إلى 38 درجة مئوية أو أعلى أو يبدو عليه النعاس ولا تساعده  
أدوية أسيتامينوفين (acetaminophen) (تايلانول) أو إيبوبروفين (ibuprofen) (آدفل).  
لديه حمى وعلامات أخرى على المرض مثل الطفح أو السعال أو التقيؤ أو الإسهال.  
لا يأكل أو يشرب جيدًا، ويعاني من الكسل الشديد (طاقة منخفضة)، أو إذا كان صعب الإرضاء أو متأففًا  
تقيأ كثيرًا، ولا سيما إذا رأيت دما في القيء  
يعاني من إسهال أو التقيؤ ولا يذرف الدمع ولا يقوم بالتبول مثلما يفعل في العادة. الأطفال الرضع  
عادة يتبولون كل 3 ساعات في حين أن الأطفال الصغار يتبولون كل 4-6 ساعات.  
لديه ذراع أو ساق مصابة وتبدو متورمة أو ملتهبة أو مؤلمة  
لديه إصابة في الرأس ويفقد الوعي أو يتقيأ أو لا يستجيب مثلما يفعل في العادة  
لديه دم في برازه أو بوله  
كان مريضًا والأمراض يزداد سوءًا وأنت تشعر بالقلق

إذا كنت أنت أو طفلك معرضين للخطر أو تشعران بالقلق حيال سلامتكما، احصلا على رعاية طبية في نفس اليوم.



### رعاية طبية روتينية ورعاية متواصلة ROUTINE & ONGOING CARE medical care

قد يوفر مقدم رعايتك الصحية الرعاية بصورة شخصية، أو عبر الهاتف أو شبكة الإنترنت، وذلك يتوقف على احتياج طفلك.

اتصل بطبيب طفلك أو ممارس التمريض أو ممرضة الصحة العامة أو المجتمعية أو المركز الصحي المجتمعي للأمم الأولى، أو عيادة الرعاية الأولية أو مركز الرعاية الأولية العاجلة. أو زر عيادة يمكن زيارتها بدون موعد مسبق. تأكد من حصول طفلك على:

فحوصات الطفل الرضيع السليم، وفي الغالب تبدأ هذه الفحوصات حين يكون عمر طفلك بين 3 إلى 5 أيام.  
التطعيمات الاعتيادية عندما يبلغ طفلك شهرين و4 أشهر و6 أشهر و12 شهرًا و18 شهرًا، وحين يكون في سن الروضة وفي الصفين 6 و9.  
إذا كان طفلك يعاني من حالة طبية مزمنة و/أو معقدة، اسأل مقدم رعايتك الصحية متى يريد رؤية طفلك مرة أخرى.  
أية أدوية يصفها مقدم رعايته الصحية.  
دعم الصحة العقلية. يمكنك الحصول على المساعدة من:

- كيلي للصحة العقلية (keltymentalhealth.ca) (Kelty Mental Health)
- فاوندرى (foundrybc.ca) (Foundry)
- مكتب الصحة العقلية للأطفال والشباب في منطقتك

