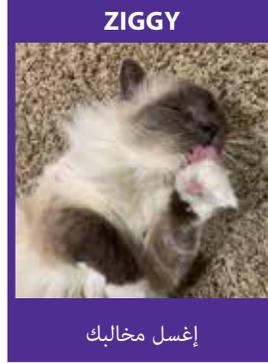
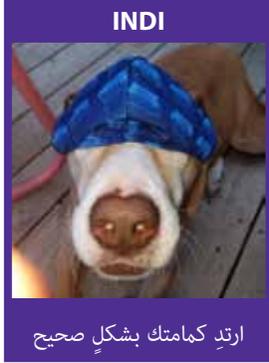


توفير المعلومات لمن هم  
في قلب الرعاية ذات الجودة

بنحب البني آدمين بتوعنا



كارلي كلاوسن، م. تمريض مرخصة

## أنجز مركز ويست ريج 100% من معدلات اللقاح

إن أخذ اللقاح بالنسبة لشخص يعمل في مجال الرعاية الصحية مسألة مهمة ومفيدة جداً كوسيلة للحماية. إذ خسرتنا حوالي 800,000 شخص بسبب فيروس كوفيد، ولكن احتمالية الإدخال للمستشفى أو الوفاة بسبب العدوى اقل بكثير لأولئك الذين أخذوا اللقاح. حين يكون من واجبك مساعدة الآخرين للإستشفاء من الأمراض، يكون منطقياً جداً ان تعتني بصحتك أولاً وبشكل جيد. إذا كنت تعمل في مجال الرعاية الصحية، فاحرص على نفسك والآخرين. خذ اللقاح.

(لاحظ المواصفات الكاملة في الصفحات 6-8)



توبين أكينولا، ممرضة مسجلة

## د. أكينولا يناقش مخاوف أخذ لقاح كوفيد-19 للملّونين

ليس لدي الكثير من الايمان والثقة في النظام... ماذا  
يمكنك ان تخبرني لإستعيد ثقتي وإيماني في نظام قد  
خذلنا في الماضي

(التتمة في صفحة 5)



## نتائج استبيان عاملي الرعاية الصحية فيما يخص

اللقاحات: قد تتفاجأ بالنتائج!

(التتمة على صفحة 3)

هل تدعم إلزامية أخذ اللقاح؟

هل من المرجح ان تغادر المجال بسبب إلزامية اللقاح؟

هل من المرجح ان تبقى في المجال بسبب إلزامية اللقاح؟

كانت المصادر والمعلومات مستجدة عند طباعة هذا المنشور، غير ان الظروف تتغير بشكل سريع فأقتضى التنبه

ابق على اطلاع! شارك الاخرين! توجد نسخة الكترونية على: [www.iowacaregivers.org/hub-newsletter](http://www.iowacaregivers.org/hub-newsletter)

شكر خاص الى كل الكُتاب المشاركين

تم إتاحة هذا المنشور بفضل دائرة الصحة العامة والمساواة وتحديد الأولوية للحصول على لقاحات كوفيد-19-  
للسكان الذين تأثروا بـ كوفيد-19 على نحو غير متكافئ في آيوا بحسب العقد رقم #58821MM010



دي فيندي  
المديرة التنفيذية

### منظور الحيوانات الأليفة في ما يخص الجائحة

في هذا العدد من "المحور"، أردنا ان نتفاعل مع مراسلين جُدد حازوا على ثقتنا وإضافة لمسة دُعابة من خلال تسليط الضوء على الجائحة من منظور اصدقائنا من ذوي الاربعة أرجل إذ انهم تأثروا ايضاً! استبعدت مئات الرسائل التي استلمها فيما يخص الارشادات الجديدة وآخر المستجدات. فقد تكون مُجهدة وتلقي بعبء ثقيل. يرجى "التوقف" لبرهة والتأمل بما قد يجول في خاطر حيواناتنا الأليفة عبر السنتين المنصرمتين وربما نلتفت لنصائحهم.

### ان قراراتنا ومخاوفنا متجذرة في تجاربنا الشخصية

ولدت امي خلال جائحة 1918 حين لم تكن اللقاحات مُتاحة، واتذكر القصة التي سردها اجدادي عن الخسارات البشرية وكيف انهم كانوا يخشون فقدان حياة اولادهم وحياتهم هم. في عام 1955، وبِعمر 7 سنوات، كنت من بين المجموعة الاولى من الاطفال التي حصلت على لقاح شلل الاطفال. بعد رؤية أقرابي من نفس فنتي العُمرية وقد اصابوا بالشلل، كنت انا وزملائي مسرورين ونحن نقف بطابور طويل بقدرالقاعة الرياضية لمدرستنا وبنظارة دورنا في أخذ حقنة اللقاح من الممرضة بنهاية الطابور بزيها الابيض وقبعاتها المكوية بالنشا.

حرصتُ على ان تأخذ إبنتي كل لقاحات الاطفال المطلوبة وفي أوائل السبعينات حين صحبتها الى طبيب الاطفال لأخذ لقاح الجُدري، وقال ان اللقاح لم يعد يعطى لان احتمالية التقاط عدوى الجدري باتت غير مقلقة. ما زلت اقلق بهذا الشأن ليومنا هذا.

فكرت بأحفادي وبناتهم وبفكرة عدم مسامحة نفسي في حال التقطوا العدوى مني، ومن ثم اصابوا بالمرض بشكل سيء. هذه هي التجارب والخواطر الشخصية التي اثرت على قراري ورغم ان لدي بعض المشاكل الصحية الكامنة أخترت ان احصل على لقاح كوفيد والجرعة التنشيطية ايضاً.

لكل منكم تجاربه الخاصة والتي ترشدكم بكيفية اتخاذ قراراتكم. قد يكون لدى الناس الملونين مخاوف مختلفة، ويمكن ان تكون لدى ذوي الإعاقات اسئلة محددة. وربما يكون من يسن الإنجاب أكثر تردداً. كما اننا ندرك أنك قد تلجأ لمن تثق به للنصيحة. للبعض قد يكون ذلك طبيب العائلة، او الصيدلي، او زميل العمل، او رب العمل، او المدرس، او أقرب الاصدقاء، او رمز ديني. وآخرون قد يكون مركز مكافحة الامراض والوقاية منها، او وكالة الصحة العامة المحلية الخاصة بك، او دائرة الصحة العامة في أيوا. نشجعك على التفكير برؤية فيما يخص الإيجابيات والسلبيات لمسألة التلقيح... والمخاطر والمنافع بالنسبة لك، ولمن تحب، والناس الذين تخدمهم، ومجتمعك بأكمله، والمدارس، والاقتصاد، ونعم، اصدقائنا ذوو الاربعة أرجل.

## مؤتمر 2022 (احفظ التاريخ) 10 و 11 أكتوبر تشرين الأول 2



پام بيكلين  
المديرة العامة لبرنامج أيوا  
كبر عيقر

### الموقع الجديد:

مركز أف.أف.أي للإثراء في انكيني، أيوا

في النية عقد حدث بالحضور الشخصي، ومع ذلك يمكن تعديل الخطة اذا تطلب الامر. اذا كنا قد تعلمنا اي شيء خلال السنوات القليلة المنصرمة، فإنه المرونة والمطاوعة. نتمنى ان نراكم هناك!



متحدثين رئيسيين بارزين

تم تصميم جدول الاعمال ليلائم مواضيع تخص الرعاية المباشرة وموفري الرعاية من

أفراد العائلة

كشك تصوير ممتع

معرض للكثير من الموارد

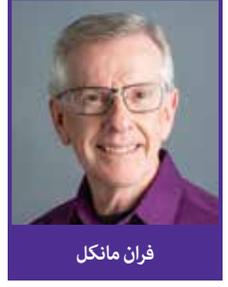
عُدد الوقاية من كوفيد

استقبال تقديري على شرفكم



## لماذا غادرتُ الرعاية المباشرة بعد 32 سنة؟

غادرتُ وظيفتي الخاصة بالرعاية المباشرة بعد 32 سنة. كان قراري مبني على الخوف على سلامتي والمقيمين الذين يتلقون الرعاية. دخل كوفيد-19 الى محل عملي وسبب المخاوف: مخاطر من الإصابة بالفيروس، او نقله الى العائلة والمقيمين، وشحة الكادر، وعنصر القلق الاكبر هو ان بعض زملاء العمل اختار ان لا يأخذ اللقاح. حين ظهرت نتيجة الفحص موجبة للبعض من الكادر، زادت اعباء العمل للمقيمين الذين اعنتني بهم، كنت اعمل نوبة عمل قدرها 12 ساعة وحتى الايام التي لا يفترض ان اعمل بها حسب الجدول، وتم الاسراع بالرعاية المقدمة للمقيمين. وعانيت من إعياء كوفيد، لم اكن انام بشكل جيد، والشعور بأني متعب نفسياً وجسماً.



فران مانكل

## “أخذت اللقاح. واطن ان الكل يجب ان يأخذه ... غير انني اتفهم تردد الناس“

انا شخصياً أخذتُ اللقاح والجرعة التنشيطية وكذلك زوجي وحفيدتي. مع ذلك أصبْتُ انا وزوجي بـ كوفيد بعد أخذ لقاحين. أوْمُن ان اللقاح وفر الحماية لزوجي من ان يمرض بشكل كبير نظراً للمشاكل الصحية التي يعاني منها. ولكن بالنسبة لي فقد مرضتُ بشكل كبير رغم انني لا اعاني من مشاكل صحية. كلما أجرينا الفحص كانت نتيجته سالبة لي وموجبة لزوجي. ولكن مرضي كان أشد!

أخيراً، الفحص الثالث ظهر موجياً بـ كوفيد. مضت ستة اسابيع طويلة قبل ان ارجع على طبيعتي، لذا أتفهم تردد الناس في اخذ اللقاح. رغم انني اتمنى ان يأخذ المزيد من الناس اللقاح، لا اظن ان يجب ان يكون إلزامياً. اشعر ان الكل يجب ان يكون له مطلق الحرية في اختيار الأفضل. أمل انه بمرور الوقت سيرى الناس منافع أخذ اللقاح وان يختاروا ان يأخذوه. وأظن انه يجب علينا الاستمرار في توعية الجميع فيما يخص هذا اللقاح ليتمكنوا من من اتخاذ القرار الصائب والأنسب لهم، ولعائلتهم، ولمجتمعهم.

حتى وانا نفسي موفّرة رعاية صحية مازلت اتعلم واود الاستمرار في التعلّم بشأن هذا اللقاح والفيروس لأنني اريد واحتاج ان اكون قادرة على حماية نفسي، وعائلتي، والناس الذي أهتم لأمرهم. انا شخصياً لا احبذ فرض معتقداتي او آرائي على الناس، ولكنني سأستمر في اعطاء المنشورات التي أصدرتها جهة عملي للمساعدة في تزويد الناس بالحقائق والمعلومات عن هذا الفيروس واللقاح على أمل ان يكونوا مطلّعين بشكل أفضل بينما يحاولون اتخاذ القرار في أخذ اللقاح مملئ ارادتهم.



كوني كوهران



## حقق مركز رعاية ويست ريج 100% من معدل اللقاحات للمقيمين والكادر كمؤسسة فقد خُضنا حرباً معاً... بكينا... وضحكنا، ولكن الآن نصل الى الضفة الاخرى ونحن أقوى



ريتشارد كيربي، إداري  
مركز رعاية ويست ريج



كريستيل آنيس، مديرة الموارد البشرية  
مركز رعاية ويست ريج



كينتي كانديل- مديرة عامة للمريض  
مركز رعاية ويست ريج

قامت الادارة والقيادة في مركز رعاية ويست ريج باتخاذ قراراً صعباً بتطبيق إلزامية لقاح كوفيد-19- وذلك قبل ان تفرض الحكومة الفدرالية ذلك على منتسبي الرعاية الصحية التابعين لها. وهذه المسألة نتج عنها بعض التحديات والعبر، ولكن بوجود خطة مُحكمة مع الارادة تم تحقيق 100% من معدل اللقاحات لكلا المقيمين والكادر.

اقرأ المقابلة المستفيضة هنا:

**سؤال:** نظراً للجدال الدائر حول إلزامية اخذ لقاح كوفيد-19، ما هي الإجراءات التي مررتم بها لاتخاذ القرار بالزامية للقاح؟

**ويست ريج:** اولاً، تفحصنا كيفية جعل اللقاح إلزامياً بشكل قانوني. ومن ثم منحنا وقتاً كافياً للكادر بإبلاغه بدءاً من 27 ديسمبر (كانون الاول)، 2020 بإضافة لقاح كوفيد-19- كمتطلب في الكتيّب الارشادي الخاص بنا. ومن ثم منحنا وقتاً للكادر لغاية مارس (آذار) للحصول على اللقاح بشكل متكامل. ومنذ مارس، 2021 (بعد سنة واحدة)، كان 100% من كادر ومقيمي ويست ريج ملحقين. قمنا بتثقيف كادرنا بخصوص أهمية اللقاح بعمل عدة اجتماعات واستضافة اطباء من عدة عرقيات ليثقفوا الكادر بصيغة أسئلة واجوبة.

**سؤال:** هل حصل تفشي كوفيد قبل تطبيق إلزامية اللقاح؟

**ويست ريج:** نعم في 20 نوفمبر (تشرين الثاني)، 2020.

**سؤال:** ماذا كان التحدي الاكثر صعوبة خلال جائحة كوفيد-19-؟

**ويست ريج:** الحفاظ على معنويات الكادروإبقاء معدلات التوتر منخفضة. ورؤية ما تكسبه الممرضات والمساعدين من اجور مسألة يصعب جدا منافستها. ومعرفة صعوبة الكلف المادية بالنسبة لعوائلنا قمنا بتسليم صناديق كوفيد الى منازل كادرنا للمساعدة في تغطية بعض الكلف. تضمنت بعض الصناديق الشوربة، شراب الغيتوريد، والسبرايت، والبساکت، ورقائق البطاطا، والفاهكة الطازجة والمعلبة، والوجبات الحارة لليوم، والخبز، وزبدة الفول السوداني.

**سؤال:** يبدو ان لديكم نموذج لخطة تخص كوفيد-19-. هل كان ذلك احد المتطلبات من قبل خدمات ميديكير او ميديكيد او الولاية لتبني هذه الخطة؟ ام كانت مجرد إدارة جيدة؟



Katie Tenney

”المسألة كلها متعلقة بمُقيميننا. قد نجلب لهم الفيروس. لذا اي شيء يمكننا فعله لحمايتهم يُعد بغاية الأهمية.“

— كيني تيني، مساعدة تمريض مرخصة

**ويست ريج:** بما اننا لسنا شركة لم تكن لدينا أية سياسات وجب علينا تسلّمها. احتجنا الى الاجتماع اسبوعياً بعد الإصغاء الى المكالمات وتأسيس سياسات خاصة بنا مصممة لمبنانا.

**سؤال:** إن تحقيق 100% من معدل اللقاحات للمقيمين والكادر تقدم رائع! ويجب مشاركة هذه التجربة. ما سر النجاح؟

**ويست ريج:** السر هو كادرنا. ان تفاني والتزام كادرنا وحبهم لمقيميننا يوقد فيهم روح الرغبة بإبقائهم في مأمن. حين بدأ الخوف يتملك كادرنا، قمنا بتنقيف كل مناوبة مع استخدام سياسة الباب المفتوح.

**سؤال:** بأي مرحلة من الجائحة قمتم بتطوير هذه الخطة؟ ما العناصر الاساسية للخطة التي قادت الى النجاح؟

**ويست ريج:** كانت الإدارة تعلم انه حالما يتوفر لقاح سنعمل على إلزامية أخذه. تم اتخاذ القرار بشكل مبكر ومنحنا الكادر الكثير من الوقت للتثقيف. تمكنا من ايجاد الامل في ذلك وتعاملنا مع كل عيادة لقاحات بطريقة احتفالية. إذا كنا نهنئ الكادر ومنحه وقتاً مدفوع الاجر إذا حصلت لديهم اعراض متعلقة باللقاح.

**سؤال:** هل فقدتم اي من الكادر بعد فرض إلزامية اخذ اللقاح؟ ويست ريج: من بين كادرنا المؤلف من 110 شخص، إثنان وجدوا مكاناً آخر للتوظيف. حتى مع ايجاد الاعفاءات لم يجد صاحب الطلب اي طبيب يُوَقِّع له على الاعفاء.

**سؤال:** هل غادر البعض قبل ذلك بسبب خوفهم من عدم وجود بيئة عمل آمنة؟

**ويست ريج:** قرر اثنان من اعضاء الكادر إيجاد عمل خارج مجال التمريض المنزلي في 2020 بسبب الخوف من جلب كوفيد الى عوائلهم. لدينا كادر مع آباء وامهات مقدمين في السن، وأطفال ذوي مناعة منقوصة، او كانوا قلقين بشأن تاريخهم الصحي.

**سؤال:** ماذا كانت اكبر المخاوف التي عبّر عنها كادركم ومقيمكم وأعضاء عوائلهم بخصوص اللقاح؟ وكيف أجبتم على هذه المخاوف؟

**ويست ريج:** العقم، وعدم فسخ مجال كافي لاختبار اللقاح، والاعراض الجانبية، قمنا بالإجابة عن كل المخاوف بتوفير جلستين من صنف اسئلة واجوبة من اثنان من اطباء.



“

” في الوقت الذي تم توفير لقاح لي، كنت حبلى بثلاثة أشهر. كان قرارا لا يستهان به بالنسبة لي. في النهاية قررت ان أخذ اللقاح لانني كنت اعلم انه الافضل في حماية منزلي، وعملي، وعائلي.“  
— جيل هاينز، ممرضة مسجلة، ومنسقة بيانات

”



Jill Hines

**سؤال:** كيف تفاعلتم مع كادركم في عملية تطوير خطة كوفيد-19؟

**ويست ريج:** اجتماعات اسناد اسبوعية تخص كوفيد، وسؤالهم عن المخاوف التي تدور في خلدكم، وما الذي يشغل بالهم، وماذا يحتاجون في منازلهم. كان بعض اعضاء الكادر بحاجة الى مساعدة في الرعاية النهارية للاطفال للسنة الاولى من الجائحة، لذا قمنا بمساعدة البعض في ايجاد رعاية نهارية وبالنسبة لآخرين قمنا بتعديل اوقات عملهم لتتعاون معنا. كمؤسسة فقد خُصنا حرباً معاً، بكينا، وضحكنا، ولكن الان نصل الى الضفة الاخرى ونحن اقوى.

**سؤال:** هل وفرتم حوافر لأخذ اللقاح؟ وإذا تم ذلك، ماذا كانت الحوافر؟

**ويست ريج:** لا- كانت المحبة للمقيمين هي العنصر المحفز.

**سؤال:** كيف وفرتم تثقيف حول كوفيد واللقاحات لكادركم، والمقيمين، واطفال العائلة؟

**ويست ريج:** مجاميع اسناد اسبوعية خاصة بـ كوفيد، ومؤسسة آيوا للرعاية الصحية، واتصالات معلوماتية اسبوعية خاصة بخدمات ميديكير وميديكيد. نحن نصنع الى مركز مكافحة الامراض والوقاية منها، ودائرة الصحة العامة في آيوا. كان هناك مكالمات شهرية بين قسم الصحة العامة لدى المقاطعة وبين المستشفى. قمنا بنقل المعلومات لكادركم بواسطة زووم، والمكالمات، والبريد الالكتروني، والاجتماعات، والنشرات.

**سؤال:** ما المصادر الأجدر بالثقة لكادركم برأيكم من ناحية المعلومات الخاصة بـ كوفيد؟

**ويست ريج:** جمعية آيوا للرعاية الصحية، وجمعية التجارة كانتا عوناً كبيراً للمعلومات المستجدة لأفضل الممارسات في ولايتنا وعبر البلاد. مازالت المكالمات/ جلسات زووم مستمرة بشكل شهري الان.

**سؤال:** هل تظنون ان ضغط الاقران من احدى جانبي القرار كان عنصراً رئيسياً في التعامل؟

**ويست ريج:** نشعر ان العلاقات كانت عنصراً في قرارات الكادر والمقيمين بأخذ اللقاح. ان علاقتنا المبنيّة في ويست ريج هي المحرك ثقافتنا. ربما ليس ضغط الاقران، ولكن الثقة الشاملة.

**سؤال:** ماذا كان المدى لأهمية بيئة العمل الآمنة بالنسبة لكادركم؟

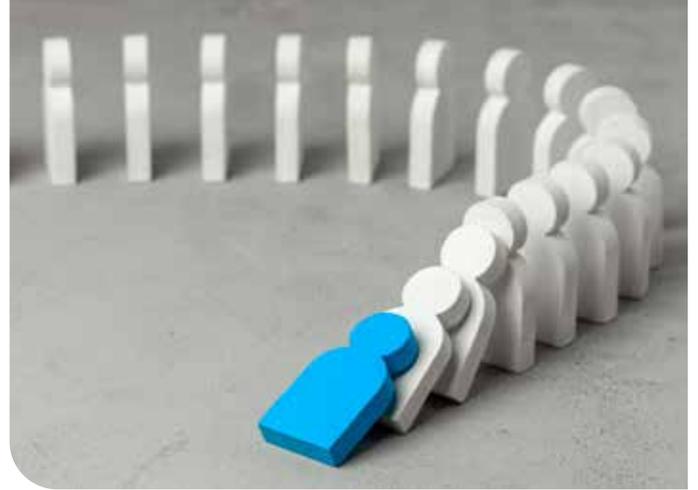
**ويست ريج:** السلامة هي العنصر رقم 1 بالنسبة للكادر والمقيمين على حدٍ سواء.

**سؤال:** هل كان هناك عاملين أكثر تردداً من آخرين (مثلاً مساعدي ترميز مقارنة بالمرضات، مقارنة مع مختصي التغذية، مقارنة مع الإداريين)؟

**ويست ريج:** كان اعضاء الكادر خائفين على أنفسهم وأحببتهم ولكن مع الاجراءات، تأكدنا من ان كل الكادر مرتاح في قرار أخذ اللقاح. نعم كان قسم التغذية الخاص بنا أكثر تردداً قليلاً. وربما كانت هذه مسألة متعلقة بأعمار منتسبي هذا القسم، كونهم أصغر سناً.

**سؤال:** ما اهم نصيحة يمكنكم تقديمها لموفري رعاية التمريض المنزلي الآخرين في آيوا فيما يخص إلزامية اللقاح و/ او كيفية حماية من يعتنون بهم والكادر؟

**ويست ريج:** التثقيف، والاطمئنان، والثقة بالعلم. تمكنا من خلق تأثير جماعي في الاستعداد لأخذ اللقاح. ببساطة تحلينا بالإيمان ونحن نعمل في هذا المجال ونجعل اولويتنا حماية المسنين.



**سؤال:** هل كنتم بحاجة الى تعديل خطتكم حين اعلنت مراكز خدمات الميديكير والميديكيد إلزامية اللقاح لكل المؤسسات الصحية وموفري الرعاية الصحية المرخصة/ المرخصين من قبلها؟

**ويست ريج:** قامت ارشادات مراكز خدمات الميديكير والميديكيد بتبسيط عملية الاستيعاب والبدء لانه نمطياً يفهم عاملي الرعاية الصحية الان انه إذا ما اختاروا البقاء بهذا المجال لابد ان يأخذوا اللقاح.

**سؤال:** كيف ستحافظون على معدل 100% من التلقيح؟

**ويست ريج:** سنستمر في مسعانا للحفاظ على مسيننا عبر نفس العملية التي قادت الى حملتنا الاولى. بحيث ان وضع ثقنتنا في العلم، والتثقيف، وأخذ الوقت في تعلم درجة التردد للجميع بينما نوفر الاسناد لهم بشكل فردي، والمواظبة على كل هذه العناصر ستكون آليتنا للمزيد من الوقت.

**سؤال:** هل كان القرار صائباً في نهاية المطاف؟

**ويست ريج:** نعم. منذ ان وصلنا الى 100% من اللقاح، برزت حالات كوفيد لدى الكادر والمقيمين. مع ذلك، لوحظ فرقا شاسعاً في موجة المرض بوجود أعراض وعلامات أخف بكثير، وفترة مرض أقصر، والاهم من ذلك عدم وجود اية حالة وفاة ولو واحدة، وهذا يعزز قرارنا بإلزامية لقاح كوفيد-19 لكادركم. الامر صدقاً أنقذ حياة الكثيرين وتلك هي اولويتنا.

ننا ممتنون لـ مركز رعاية ويست ريج لمشاركتهم قوتهم معنا ونهنتهم على هذا النجاح! ان مركز رعاية ويست ريج هو مؤسسة تحوي 58 سريراً في سيدر رايدز، آيوا. وتشمل الخدمات المقدمة من قبلهم، الرعاية طويلة الامد، ومؤسسات ترميز بمهارات عالية، وماوى لرعاية المحترفين، ورعاية الذاكرة، والرعاية قصيرة الأمد.

<https://westridgecarecenter.com>

## أخذ الوقت والاستعانة بخدمات المترجمين الشفويين في التواصل مع الأفراد غير الناطقين باللغة الانجليزية حول كوفيد19- واللقاحات



عملت بريتني كمرضة مساعدة لخمسة عشر سنة قبل ان تصبح ممرضة عملية مرخصة (أل.بي.أن) وهي مستمرة في دراستها لتصبح ممرضة مسجلة. في خبراتها السابقة والحالية في مجال العمل قد عملت مع العديد من المرضى او المقيمين غير الناطقين باللغة الانجليزية وتعلمت بعض العبر من خلال ذلك

بريتني ستيفنس، ممرضة عملية مرخصة

**سؤال:** كمرضة مساعدة سابقة والان ممرضة عملت مع الناس من ثقافات متعددة، هل كان هؤلاء الافراد مترددين في أخذ لقاح كوفيد 19-؟ واذ كان الامر كذلك، لماذا؟

**بريتني:** يجد الناس من ثقافات اخرى صعوبة في كيفية توزيع المعلومات الخاصة بلقاح كوفيد19-. أخذت الوقت الكافي للإجابة عن العديد من الاسئلة بمعونة مترجم لمساعدة المرضى على الفهم، والإجابة عن أية مخاوف قد تكون موجودة فيما يخص اللقاح. الكثير من الناس من ثقافات اخرى لا يعرفون المصادر او ربما الاخيرة غير متاحة في اللغة التي يفهمونها.

**سؤال:** ما النصيحة التي تودين مشاركتها مع الذين قد لا تكون لديهم خبرة في العمل مع الافراد غير الناطقين باللغة

الانجليزية في مخاطبة مخاوفهم حول لقاح كوفيد؟

**بريتني:** من الامور المهمة التي يجب تذكرها، رغم انها مسألة صعبة مع شحة الكادر، هو أخذ الوقت الكافي للإصغاء، واستخدام المترجم. بعض مرضانا قد لا يستخدمون المترجم بسبب الكلف المصاحبة للخدمة. كمرضة، احاول ان اشرح اهمية الاستعانة بالمترجم لكي يفهموا كل شيء يخص رعايتهم الصحية ولكي اتمكن انا من فهمهم. تخيل أنك كنت خائفاً من الاصابة بـ كوفيد19- او من اخذ اللقاح. وتخيل انك انت او من تحب تمرضون بشكل خطير بسبب كوفيد وانتم غير قادرين على فهم ما يقال او ما يتم فعله لكم في المستشفى، او العيادة، والرعاية طويلة الامد.

**سؤال:** ما الذي تودين قوله للأفراد غير الناطقين باللغة الانجليزية بخصوص لقاحات كوفيد19-؟

**بريتني:** خذ وقتك في طرح الاسئلة التي تحتاجها لفهم لقاح كوفيد19- ورعايتك بشكل أفضل. العديد منكم تغلب على الكثير من المحن قبل ان يأت لهذا البلد، لذا لا تجعلوا الرعاية الصحية عائقاً بالنسبة لكم. خذ اللقاح لأجلك، ولأجل عائلتك، واصدقائك.

## للناس غير الناطقين باللغة الانجليزية سيتم ترجمة المحور الى اللغات العربية، والبوسنية، والبورمية، والفرنسية، والاسبانية.

سيتم نشر الروابط الخاصة بهذه النشرات قريباً على موقعنا الالكتروني. [www.iowacaregivers.org](http://www.iowacaregivers.org) وتوزيعها إلكترونياً من قبل موفري رعاية آيوا Iowa CareGivers ، ودائرة حقوق الانسان في آيوا، وشركاء اخرين.



## التعامل مع المخاوف حول لقاح كوفيد بالنسبة للناس الملونين



انا دكتور اكينولا هو طبيب عائلة مجاز من المجلس وهو شريك أقدم مع مؤسسة ساوند فيزيشنز ومركز ميرسي الطبي، في سيدر رايبندز، أيوا حيث يمارس عمله كمختص مستشفيات منذ 2013. تضمن عمله حوالي 3000 لقاء في السنة مع المرضى، ونسبة ملموسة منهم كانوا مصابين بـ كوفيد خلال السنوات القليلة الماضية.

**سؤال:** انا إمراة سوداء تعمل كمساعدة صحية في مستشفى. قرأتُ قصص عام 1930 الخاصة بتجربة توسغي حين تم استخدام رجال سود في دراسة بحثية دون معرفتهم بذلك. لذا حتى بعد كل هذه السنوات، ليس لدي ثقة كبيرة في النظام او السياسيين. وودتُ لو اعرف بمن أثق لأنني اقلق بشأن امي المسنة التي تعيش معنا وهي في صحة غير جيدة. لا اود التسبب بالأذى لمن اعنتني بهم في عملي او لأمي. ماذا يمكن القول لاستعادة ثقتي وإيماني بنظام خذلنا في الماضي.

**د. اكينولا:** لا يمكن إنكار العبء الناتج عن بعض تاريخنا المؤلم كبلد، ولكن في نفس الوقت لا يمكننا إنكار حقيقة ان الجائحة هي أزمة صحية عالمية. مما يعني اننا كبشر على اختلاف مشاربنا ومذاهبنا نحتاج جميعا الى حل. من الجدير بالذكر ان العلماء الملونين كانوا جزءا من فرق البحوث والدراسات واسعة النطاق والخاصة بتطوير لقاحات كوفيد من قبل شركات متعددة حول العالم، وضمن أعلى المستويات. والأهم من ذلك، ان هذه اللقاحات أنقذت الملايين من الارواح من الإدخال الى المستشفى ومن الموت. قد لا تتمكن تحديداً من إعادة الثقة لشخص ما في النظام الصحي، لكن الامر صحيح تماماً أنه فيما يتعلق بـ كوفيد19- كونه مشكلة مُرهقة لكل انسان فإن اللقاحات كانت بمثابة حبل النجاة لدرجة كبيرة.

**سؤال:** انا محبب بسبب الامر برمته. في الاول حاولتُ مواكبة الارشادات والتوصيات المختلفة، لكنها تغيرت عدة مرات لدرجة اني بدأت اشك في معرفة الخبراء الفعلية بما يتحدثون عنه. كانت على قدر كبير من الاستعجال، وأخشى انه لو أخذتُ اللقاح قد يجدون اعراض جانبية خطيرة بعد أخذ الحقنة. هل هي آمنة مع الاخذ بنظر الاعتبار كيف تدبّروا الامر على عجل؟

**د. اكينولا:** ان سبب الاحباط لديك ليس أمراً فريداً بك. يرجى الفهم ان العلم يعمل من خلال المراقبة، والتجربة، والمصادقة على المكتشفات التي نجدها. ان التفاوت الذي لوحظ في ارشادات الصحة العامة تسبب عن ظهور اكتشافات بينما استمر هذا الفيروس المستعصي بالتحور عبر طفرات والانتشار بشكل واسع. اصف لذلك ملايين الوفيات حول العالم، مما جعل الطبيعة الطارئة للمعضلة اكبر بكثير. يقال ان نصف رغيف افضل من لا شيء، لا بد ان يكون اي شيء يمنع الموت افضل من الموت. بدلا من الشك في دوافع من يقف على الجبهات الامامية من اجل إيجاد حل لكي نعود الى الحياة الطبيعية، أقترح اننا يجب ان نستعين بما لدينا من معلومات لإبقاء انفسنا ومجتمعنا في مأمن.

**سؤال:** الملونين عُرضة أكثر لبعض الحالات الصحية الكامنة فيهم. هل يزيد ذلك من مخاطر أعراض جانبية أكثر حدة عند أخذ اللقاح مقارنة بالآخرين؟

**د. اكينولا:** شكرا لذكر نقطة مهمة في سؤالك. نعم، الملونين أكثر عُرضة من الاخوة والاخوات البيض في ان يحصل لدينا ضغط الدم، او السكري، او الفشل الكلوي.. الخ. ولكن ذلك الامر بالبطء يجعل من الأجدر لنا تقبل اللقاحات كحبل النجاة من كوفيد. رغم ان اللقاحات قد أظهرت القليل من الاعراض الجانبية الملحوظة في عدد قليل جدا من الناس، هناك مئات الالاف من الناس في قبورهم اليوم كان يمكن ان يكونوا على قيد الحياة لو سُئحت لهم الفرصة بأخذ اللقاح ضد الفيروس.

بالرجوع الى سؤالك، لست معرّضا بشكل أكبر لمخاطر أعراض جانبية من اللقاح، ولكنك عرضة للإدخال للمستشفى او احتمال الوفاة من تفاقم المرض ان اصبت بكوفيد ولم تأخذ اللقاح.



توليب

## ”أحياناً نشعر بالحزن ولكن المساعدة موجودة“

الخط الساخن للمخاوف في أيوا: 800.447.1985

الخط الدافئ في أيوا: 800.775.9276

خط اللغة الأسبانية: 531.800.3687

الاستغاثة في أيوا: [/http://www.covidrecoveryiowa.org](http://www.covidrecoveryiowa.org)

حياتك في أيوه: [/https://yourlifeiowa.org](https://yourlifeiowa.org)

**COVID**  
Recovery IOWA

YOUR  
LIFE  
IOWA

IOWA  
DEPARTMENT  
OF PUBLIC  
HEALTH



زيغي

إن غسل اليدين وصحتنا البدنية مهمة جداً ولكن الصحة النفسية كذلك. إذا كان البشر بحاجة إلى العناق فأنا هنا لأجلهم برمشة عين! لنكن جميعاً بعضنا لبعض!



فين

إفعل مثلما أفعل! أقضي وقتاً في شم الأزهار وأشياء أخرى أحب أن أشمها! أحياناً أدخل خلسةً أشياء أحب أن أشمها واخبئها. هذه الروائح تعد بمثابة وسيلة للإلهاء لأصدقائي البشر بعيداً عن الهموم إذ يمكنهم التركيز على أمور أخرى غير العمل والأخبار. من الممتع لي مراقبتهم وهو مفيد أيضاً لصحتي النفسية.

نحن كحيوانات اليفة تأثرنا أيضاً بالجائحة. نتمنى أن يأخذ كل البشر اللقاح لكي نعود إلى:



في ذكرى محبة لـ أوتم الذي توفي في فبراير (شباط) شكراً لأصدقائنا من ذوي الأرجل الأربعة ولأصحابنا لمساهماتهم في المحور

سكاوت



التجول في الطبيعة معاً وحك رأسي

بيلا



مشاهدة السناجب في الفناء الخلفي والأحضان

ميسي



رمي الكرة في الفناء الخلفي وحضن البطنية المفضلة لي

إندي



ملاحقة السناجب على الأشجار والحلوى المسائية

### المصادر:



مراكز مكافحة الأمراض

مراكز خدمات ميديكير وميديكيد



موارد لكوفيد-19



وزارة الصحة العامة لولاية أيوا

معلومات عن اللقاح

البلاغ عن حالات كوفيد-19



اللقاح لأيوا

# The Go To Place

FOR THOSE IN DIRECT CARE TO BE:

PREPARED | CONNECTED | INFORMED | EMPOWERED

## WHAT'S SO *special* ABOUT IOWA CAREGIVERS?

**IOWA CAREGIVERS (IC)** began in 1992 in the basement of a former nurse aide. IC is a nonprofit, nonpartisan organization devoted to sharing the independent voice of those in direct care. We strive to elevate the direct care workforce through programs and advocacy that will result in society placing a higher value on those who provide direct care; increase wages, and education and training that is consistent with a permanent record and credentials or certifications that follow you from one workplace setting or population served to another.



“WE’VE GOT YOUR BACKS  
AND YOUR BEST INTERESTS *at heart!*”

**Sign up NOW!** Complete the form on our website at [www.iowacaregivers.org](http://www.iowacaregivers.org).

You can also sign up by phone or request a form at 515.223.2805 or by email at [information@iowacaregivers.org](mailto:information@iowacaregivers.org).

Receive up-to-date information about educational programs, direct care news, networking and other opportunities!

## Iowa CareGivers

939 Office Park Road #332  
West Des Moines, Iowa 50265

IOWA CAREGIVERS  
**THE  
HUB**  
NEWSLETTER

NONPROFIT  
ORGANIZATION  
U.S. POSTAGE PAID  
DES MOINES, IA  
PERMIT NO. 5294

## بيان آيوا كير غيفرز الخاص بالتنوع، والمساواة، والإندماج

تسعى آيوا كير غيفرز جاهدةً لأن تكون أُمُودج للتنوع، والمساواة، والإندماج، في كافة مناحي عملنا.

تم تبني هذا البيان من قبل اعضاء مجلس الادارة نسعى لتمثيل ومناصرة العديد من موفري الرعاية الصحية ممن يعملون بفخر في ولايتنا، ونثمن وترتقي بالشمولية في كل مناحي عملنا.

توظف المؤسسة وترقي الافراد، وتوظف المتطوعين، وتتشارك مع برامج تدعم التنوع بشمولية في ولايتنا. ان آيوا كيرغيفرز مكرسة للتنوع في كل مستويات الكادر والادارة ضمن المؤسسة وتوفير فرص متساوية للناس، دون تمييز على اساس العرق، او الدين، او لون الجلد، او الجنس، او الاصل القومي، او السلالة، او الميول الجنسية، او الهوية الجنسية، او القدرات الجسدية او الذهنية، او المعلومات الجينية، او الحمل، او الإعاقة، او العمر، او العائلة، او الحالة الزوجية، او بوضع المحاربين القدامى، والحالة الاجتماعية-الاقتصادية، او اي صفات اخرى محمية من قبل القانون الواجب التطبيق.

نؤمن ان كل موفر رعاية، ومتبرع، ومتطوع، ومناصر، وموظف يجب ان يكون لديه امكانية وصول متساوية لمخاطبة قضايانا.

ندرك ان لدينا الدور، والمسؤولية، والفرصة للشراكة عبر المنظمات في انحاء الولاية لسد الفجوات المعنية بالمساواة.

تأكد من زيارتنا على [www.iowacaregivers.org](http://www.iowacaregivers.org) ومتابعتنا على فيسبوك وتويتر لبقاء لإعالتصم أدوبي مع. إنديزاين ثم شقائق التحضر التسليمكنا أكبر مستويات.

يرجى ان تتذكر بأن توافينا بأخر المستجدات في حال حصل تغيير في الاسم او معلومات التواصل لتتمكن من الاستمرار في استلام نشرة محور موفري رعاية آيوا واعلانت البرنامج. شكرا

ان آيوا كير غيفرز لا تميز في برامجها التعليمية وفعاليتها على اساس السلالة، او المذهب، او الاصل القومي، او النسب، او اللون، او الدين، او العمر، او الإعاقة، او الوضع بالنسبة للمحاربين القدامى، او الميول الجنسية، او اي تصنيف آخر محمي بحسب قوانين الولاية والقوانين الفدرالية ذات العلاقة.