



المراكز الأفريقية لمكافحة الأمراض والوقاية منها (Africa CDC)  
للصحة العقلية والدعم النفسي  
والاجتماعي بالنسبة لمرضى فيروس  
كورونا المستجد [COVID-19]



## نطاق

توفر هذه الوثيقة إرشادات للدول الأعضاء في الاتحاد الأفريقي بشأن الاعتبارات الرئيسية للصحة العقلية والدعم النفسي الاجتماعي (MHPSS) فيما يتعلق بجائحة مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19]. يحتوي على إرشادات مفيدة حول الصحة العقلية والدعم النفسي الاجتماعي (MHPSS) بالنسبة للمجتمع، والعاملين في مجال الرعاية الصحية، ومقدمي الرعاية للسكان المستضعفين والأشخاص في مراكز الحجر الصحي، أو المعزل، أو العلاج. (١) (٢) يهدف هذا الدليل إلى تقديم خطوات عملية للحد من التوتر، والقلق، والوصمة، والاضطرابات النفسية المرتبطة بمرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19]، وتحسين الصحة العقلية الشاملة والرعاية. يمكن استخدام هذا الدليل لأغراض التخطيط من قبل صناعات السياسات ووزارات الصحة والمؤسسات التي تنسق الاستجابة الطارئة للاستجابة إلى مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19] من قبل الدول الأعضاء. كما يمكن نشره على أصحاب المصلحة.



## خلفية

يمكن أن تؤدي الفاشيات الجديدة سريعة الانتشار إلى ارتفاع معدلات الاعتلال و / أو الوفيات إلى انتشار الخوف، والذعر، والوصم، والاستبعاد الاجتماعي للأشخاص الذين يتم علاجهم من المرض أو يتعافون منه (٣). على وجه التحديد بالنسبة لمرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19]، يخشى المجتمع من خطر الإصابة بالعدوى وإصابة الآخرين. علاوة على ذلك، ستعاني نسبة كبيرة من السكان في إفريقيا من أمراض معدية أخرى ذات أعراض (مثل الحمى) مشابهة لمرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19]. هذا يمكن أن يؤدي إلى الارتباك والخوف عما إذا كان الشخص قد أصيب بالعدوى أم لا. قد يشعر مقدمو الرعاية بالقلق المتزايد لأن أطفالهم في المنزل وحدهم بسبب إغلاق المدارس أو وضعهم في الحجر الصحي دون رعاية ودعم مناسبين. في إفريقيا، يعيش الكثير من الناس على أقل من ١,٩ دولار أمريكي في اليوم، ولا يمكنهم سوى توفير الغذاء والإمدادات الحيوية الأخرى على أساس يومي. إذن ، فسوف يشاهدون مخاوفاً وقلقاً هائلين من الأنشطة المخففة مثل الإغلاق الوطني أو الوطني الفرعي. ما ورد أعلاه عوامل خطيرة موثقة بشكل جيد للتوتر النفسي والاضطرابات النفسية (٤). يجب تسخير العوامل التي تم توثيقها لمنح الصمود الإيجابي للوقاية من الاضطرابات النفسية في المجتمعات الإفريقية (مثل الروابط الأسرية والمجتمعية القوية) في التخفيف من عواقب الآثار النفسية الخاصة بمرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19].

# رسائل خاصة بالعاملين في مجال الرعاية الصحية



- (١) **الشعور بالضغط أمرٌ طبيعيٌّ** وتجربة محتملة بالنسبة لك ولعديد من زملائك. اعترف بمشاعرك، واعلم أنه من الطبيعي أن تشعر بهذه الطريقة في الموضع الحالي. هذا لا يعني أنه لا يمكنك القيام بعملك أو أنك ضعيف.
- (٢) **التركيز على الإجراءات التي تقع تحت سيطرتك.** الفلق بشأن نقص الموارد وعدم وجود لقاح فعال والشعور بالذنب بشأن عدد الأشخاص الذين يموتون من حولك أمرٌ طبيعيٌّ، ولكنه سيكون خارج نطاق سيطرتك. وبدلاً من ذلك، على سبيل المثال، يمكنك التركيز على حماية نفسك - والآخرين - عن طريق وضع معدات الوقاية الشخصية الخاصة بك واتباع بروتوكول مكافحة العدوى .
- (٣) **اعتن بصحتك البدنية والعقلية في هذا الوقت.** حاول الحصول على قسط كافٍ من الراحة والاستراحة أثناء العمل أو بين فترات الاستراحة، وتناول وجبات متوازنة منتظمة، والمشاركة في النشاط البدني بالمستوى والقوة الموصى بها بالنسبة لعمرك ، نم جيداً، وابق على اتصال مع العائلة والأصدقاء. تجنّب استخدام التبغ، أو الكحول، أو المخدرات الأخرى للتعامل مع الوضع. على المدى الطويل ، يمكن أن يؤدي ذلك إلى تفاقم صحتك العقلية والبدنية (٥). يمكنك استخدام الاستراتيجيات التي نجحت معك في الماضي لإدارة الضغط. أنت من المرجح أن تعرف كيف يمكنك الحد من التوتر ؛ تذكر أن الاستجابة لمرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19] سوف تستمر لفترة طويلة.
- (٤) **حافظ على مصدر الدعم الاجتماعي.** قد يعاني بعضكم للأسف من تجنب الأصدقاء أو العائلة أو حتى المجتمع بسبب الوصمة أو الخوف. قد يبتعد البعض أيضاً عن العائلة والأصدقاء بسبب الخوف من نقل العدوى إليهم. إن أمكن، ابق على اتصال بأحبائك عبر الهاتف أو الإنترنت. سيوفر ذلك مصدراً مهماً للدعم العاطفي. في هذه الأثناء ، يمكنك اللجوء إلى الزملاء، أو مديرك، أو الأشخاص الموثوق بهم للحصول على الدعم الاجتماعي - لا تنس أن زملائك قد يواجهون تجارب مشابهة لك.

٥) **إعرف كيفية تقديم الدعم للأشخاص المتضررين من مرض فيروس كورونا** المستجد [COVID-١٩] وأعرف كيفية ربطهم بالموارد المتاحة. هذا مهمٌ بشكلٍ خاصٍّ لأولئك الذين يحتاجون إلى الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي. قد تسبب وصمة العار المرتبطة بمشكلات الصحة العقلية في الإحجام عن طلب الدعم لكلٍّ من مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-١٩] و أوضاع الصحة العقلية. يتضمن دليل التدخل الإنساني لـ [mhGAP] (٦) إرشادات سريرية لمعالجة أوضاع الصحة العقلية ذات الأولوية، وهو مصمم للاستخدام من قبل العاملين في مجال الرعاية الصحية العامة. يمكن للمدراء الاتصال بالمستشفيات مع المتخصصين في الصحة العقلية لتوفير التدريب والإشراف عن بعد.

٦) **كن حذراً** بمكان وكيفية الوصول إلى خدمات الصحة العقلية والدعم النفسي الاجتماعي (MHPSS). إذا لم يكن متوفراً في مرفقك بشكلٍ جاهز، فناقش الحاجة مع مشرفك. من المهم أن تكون الخدمات الخاصة بالصحة العقلية والدعم النفسي الاجتماعي (MHPSS) في مكانها لكل من العمال والمشرفين.

٧) **ضع خطة عمل للمرضى** في المراكز المخصصة لعلاج مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-١٩] لمعالجة الصحة العقلية العاجلة والشكاوى العصبية (مثل: الهذيان، والذهان، والقلق الشديد أو الاكتئاب). احصل على القائمة بالعاملين في مجال الرعاية الصحية العقلية المدربين تدريباً مناسباً والمعنيين لنشرهم في هذه المواقع في وقت الحاجة. ينبغي زيادة قدرة مديري الحالات في مراكز العلاج على توفير الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي (انظر دليل التدخل الإنساني لـ mhGAP).

# رسائل خاصة بالأشخاص الذين في الحجر الصحي والمعزل



(١) توقع لاحتياجاتك، وقم بعمل مخصصات كافية لنفسك، ولعائلتك، وغيرهم من المعالين قبل الخوض في المعزل للحد من القلق الناتج عن المخاوف بشأن تلبية الاحتياجات الأساسية أثناء غيابك أو في المنزل.

(٢) ابق على اتصال وحافظ على الشبكة الاجتماعية الخاصة بك أثناء الحجر الصحي أو في المعزل. إذا أوصت السلطات الصحية بالحد من الاتصال الجسدي / الاجتماعي لاحتواء تفشي العدوى، يمكنك البقاء على اتصال عبر الهاتف أو البريد الإلكتروني أو وسائل التواصل الاجتماعي أو مؤتمر الفيديو. إذا كنت لديك احتياجات أساسية غير ملبأة مثل الطعام أو الماء ، فتأكد من أن تسأل الناس عن هذا الدعم.

(٣) أثناء هذا الوقت للتوتر، انتبه لاحتياجاتك ومشاعرك. بقدر الإمكان، شارك في أنشطة صحية مثل ممارسة الرياضة، وروتين النوم المنتظم وتناول طعاماً مغذياً صحياً.

(٤) تجنّب التحميل الزائد للمعلومات. في حين أن محاولة الحفاظ على ارتباط بالعالم الخارجي أمر مهم، فإن الاستماع المستمر إلى التقارير الإخبارية حول مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19] يمكن أن يجعل أي شخص يشعر بالقلق أو الحزن. وبدلاً من ذلك، اطلب تحديثات المعلومات والإرشاد فقط في أوقات محددة خلال اليوم من المتخصصين الصحيين المحليين، والمؤسسات الوطنية التي تنسق الفاشية، والمراكز الأفريقية لمكافحة الأمراض والوقاية منها (Africa CDC) (٧)، وموقع الشبكة لمنظمة الصحة العالمية (٨). تجنّب الاستماع إلى أو متابعة الشائعات التي يمكن أن تساهم في زيادة الضغط ، والمساعدة في تصحيح المعلومات الخاطئة عندما تكون في وضع يسمح لك بذلك.

(٥) استمر بتشجيع نفسك بالمعلومات الإيجابية الموجودة من مصادر موثوقة. إن معدل وفيات مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19] منخفض ، وإذا اتبعت المبادئ التوجيهية العاملين في الرعاية الصحية ، فسوف تعيد الاتصال بأسرتك وأصدقائك قريباً .

# رسائل خاصة بالناس في المجتمع (بها في ذلك وسائل الإعلام)



(١) عند الإشارة إلى الأشخاص الذين يعانون من مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19]، لا تربط المرض بأي عرق أو جنسية معينة. الأشخاص الذين تأثروا بمرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19] لم يرتكبوا أي خطأ، وهم يستحقون دعمنا، وتعاطفنا، ولطفنا.

(٢) لا تقم بالإشارة إلى الأشخاص المصابين بالمرض على أنهم عبارة عن "حالات فيروس كورونا المستجد [COVID-19]"، أو "الضحايا"، أو "أسر مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19]"، أو "المرحوم عليهم". هم "الأشخاص المصابين بمرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19]"، "الأشخاص الذين يتم علاجهم من مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19]"، أو "الأشخاص الذين يشقون من مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19]"، وبعد الشفاء من مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19]، فإن حياتهم سوف تستمر في وظائفهم، والأسر، والأحباء. من المهم فصل الشخص عن وجود هوية محددة بواسطة مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19] للحد من وصمة العار.

(٣) قلل من مشاهدة أو قراءة أو الاستماع إلى الأخبار حول مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19] التي تجعلك تشعر بالقلق أو غير مرتاح الحال؛ إبحث عن معلومات فقط من مصادر موثوق بها مثل: السلطات المحلية للصحية، والمؤسسات الوطنية التي تنسق التفشي، والمراكز الأفريقية لمكافحة الأمراض، والوقاية منها (Africa CDC) (٧)، وموقع الشبكة لمنظمة الصحة العالمية (٨)، وبشكل أساسي حتى تتمكن من اتخاذ خطوات عملية لإعداد خططك، وحماية نفسك وأحبائك. اطلب تحديثات المعلومات في أوقات محددة خلال اليوم، مرة أو مرتين فقط. احصل على الحقائق، وليس الشائعات أو المعلومات المضللة وذلك باستخدام المصادر الموثوق بها أعلاه. يمكن أن تساعد المعلومات الدقيقة من مصادر موثوق بها على الحد من المخاوف.

٤) احم نفسك وكن داعماً للآخرين. يمكن أن تساعد مساعدة الآخرين في وقت حاجتهم كلاً من الشخص الذي يتلقى الدعم والمساعد. على سبيل المثال ، تحقق عبر الهاتف من الجيران أو الأشخاص في مجتمعك الذين قد يحتاجون إلى بعض المساعدة الإضافية.

٥) ناقش القصص المليئة بالأمل والصور الإيجابية للسكان الأهالي الذين عانوا من مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19]، فعلى سبيل المثال ، قصص الأشخاص الذين حظوا بالشفاء أو الذين قدّموا الدعم لأحد أحبائهم وهم على استعداد لمشاركة تجربتهم.

٦) قدّر الأشخاص الذين يقدّمون الرعاية ، والعاملين في مجال الرعاية الصحية الذين يقدّمون الدّعم للأشخاص المصابين بمرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19] في مجتمعك. اعترف بالدور الذي يقومون به من إنقاذ الأرواح، وحافظ على أحبائك في أمان ، وقدّم إليهم الدعم وعائلاتهم.

## رسائل خاصة بالسكان المسضعفين ومقدمي الرعاية لهم



١) إفهم مخاطر المتقدّمين في السنّ. قد يصبح مخاطر المتقدّمين في السنّ، وخاصة في اللذين في المعزل، واللذين يعانون من التدهور المعرفي / الخلل العقلي ، أكثر قلقاً، وغضباً، وضغطاً، وتهيجاً، وسحباً أثناء تفشي المرض أو أثناء الوجود في الحجر الصحي. وسوف يساعدك فهم هذا الأمر وتوقعه في رعاية هؤلاء السكان بشكلٍ أكثر فعالية

٢) وقرّ الدعم العملي للاحتياجات الأساسية، مثل المساعدة في الحصول على الغذاء والإمدادات، للأشخاص ذوي الإعاقات النفسية والاجتماعية الذين قد لا يتمكنون من مغادرة منازلهم بسبب الحجر الصحي أو أولئك الذين يواجهون صعوبة في مغادرة منازلهم خلال هذه الفترة من المخاوف المتزايدة بشأن التلوث.



٣) تقاسم الحقائق البسيطة حول ما يحدث وأعط معلومات واضحة حول كيفية الحد من خطر الإصابة بالعدوى في الكلمات التي يمكن أن يفهمها المتقدمين في السن الذين يعانون من ضعف إدراكي. يجب توصيل التعليمات بطريقة واضحة وموجزة ومحترمة وصابرة. قد يكون من المفيد أيضاً عرض المعلومات عن طريق الكتابة أو الصور. قم بإشراك أفراد الأسرة وشبكات الدعم الأخرى في توفير المعلومات ومساعدة الأشخاص على ممارسة تدابير الوقاية (مثل غسل اليدين ، وما إلى ذلك).

٤) إذا كان لديك حالة صحية كامنة ، تأكد من أنك لديك ما يصل إلى أسبوعين من جميع الأدوية العادية التي قد تحتاج إليها. تواصل مع العاملين في مجال الرعاية الصحية أو الصيدلية المحلية إذا كنت بحاجة إلى المساعدة في ذلك.

٥) قلل من الضغط عن طريق الالتزام بالروتين والجداول المنتظمة قدر الإمكان أو المساعدة في إنشاء أخرى جديدة في بيئة جديدة بما في ذلك ممارسة الرياضة بانتظام لمدة (٣٠ دقيقة في اليوم للكبار وساعة واحدة في اليوم بالنسبة للأطفال)، والاستحمام، والتنظيف، والطهي، الأعمال اليومية، والغناء / الاستماع إلى الموسيقى، والحرفة، والأنشطة الأخرى.

٦) ناقش مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-19] مع أطفالك بطريقة صادقة ومناسبة للعمر. خلال أوقات التوتر والأزمة، من الشائع أن يسعى الأطفال إلى المزيد من التعلق وأن يكونوا أكثر تطلباً من أولياء الأمور. إذا كان لأطفالك مخاوف، فإن معالجتها معاً قد تخفف من قلقهم. حاول أن تكون نموذجاً للمرونة وكيف تريد أن يتصرف أطفالك خلال هذا الوقت. سيلاحظ الأطفال سلوكيات البالغين وعواطفهم للإشارة إلى كيفية إدارة عواطفهم خلال الأوقات الصعبة.

٧) ساعد الأطفال على إيجاد طرق إيجابية للتعبير عن مشاعرهم مثل الخوف والحزن. لكل طفل طريقته الخاصة في التعبير عن العواطف. في بعض الأحيان ، إن الانخراط في نشاط إبداعي ، مثل اللعب أو الرسم ، يمكن أن يسهل هذه العملية. قدم للأطفال معلومات واضحة وبسيطة عما يحدث لأنهم سوف يشعرون بتحسن إذا كانوا لديهم معلومات بدلاً من إبقائهم على اطلاع ضعيف. إذا كان ذلك ممكناً ، قم بتزويدهم بالموارد المحددة للأطفال (٩)

٨) **احفظِ الأطفال على مقربة من والديهم وعائلتهم**، إذا اعتُبروا آمنين ، وتجنّب فصل الأطفال ومقدمي الرعاية قدر الإمكان. إذا احتاج الطفل إلى الانفصال عن مقدم الرعاية الأساسي الخاص به / بها، فتأكّد من توفير الرعاية البديلة المناسبة مثل: أفراد الأسرة المقربين. تأكّد من أنه إذا كانت لديهم مخاوف بشأن تعرّضهم لسوء المعاملة، فيجب أن يكون لديهم شخص يمكنهم التحدث معه بشأنه. إذا كان ذلك ممكناً ، فيجب مراقبة الأطفال المعروف أنهم في حالات ضعيفة وذلك من خلال تقديم الخدمات الاجتماعية أو خدمات الأطفال. علاوة على ذلك، تأكّد من الحفاظ على الاتصال المنتظم مع الوالدين ومقدمي الرعاية أثناء فترات الانفصال، مثل: المكالمات الهاتفية المجدولة مرّتين يومياً أو غير ذلك من الاتصالات المناسبة للعمر (مثل: وسائل التواصل الاجتماعي).

٩) أثناء الأوبئة، قد يكون الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات الصحة العقلية أكثر عرضة للإصابة بالعدوى (١٠) لعدة أسباب مثل ضعف الإدراك، وسوء الحكم، وقلة الوعي بالمخاطر، وتناقص الجهود فيما يتعلق بالحماية الشخصية، والحواجز الأخرى في الوصول إلى الخدمات الصحية في الوقت المناسب هما في ذلك التمييز المرتبط بالمرضى العقليين في أماكن الرعاية الصحية. بالإضافة إلى ذلك، يحضر العديد من الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات الصحة العقلية زيارات منتظمة للمرضى الخارجيين للتقييمات وإعادة تعبئة الوصفات الطبية. ومع ذلك ، فإن اللوائح المتعلقة بالسفر والحجر الصحي ستؤدي إلى عدم إمكانية تحقيق هذه الزيارات المنتظمة، مما قد يزيد من الإضرار بالصحة العقلية. عليه، فمن المهم إيلاء الاهتمام الكافي والضروري للأشخاص الذين يعانون من اضطرابات الصحة العقلية في وباء مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-١٩].

١٠) **قم بتحديد وحماية السكان المعرضين للخطر**. فالأشخاص اللذين في مؤسساتٍ مثل: دور الأطفال / دور الأيتام، والمدارس الخاصة، ومؤسسات الطب النفسي، ودور لرعاية المتقدمين في السن فإنهم معرّضون للخطر بشدة أثناء حالات الطوارئ. خلال مرض فيروس كورونا المستجد [COVID-١٩] ، يكون هؤلاء السكان أكثر عرضة للإصابة بالعدوى (وقد يكونون في صحة هشّة)، وبالتالي يجب أخذ رعاية خاصة لضمان تلبية متطلباتهم اليومية الأساسية وكذلك رعيتهم العقلية.

١١) انتبه إلى **عنف الشريك العنيف أو العنف المنزلي**. قد ازداد **عنف الشريك الحميم (IPV)** والاعتداء الجنسي خلال هذا الوباء. بالنسبة للأفراد الذين يعانون من **عنف الشريك الحميم (IPV)** أو الاعتداء الجنسي، اطلب المساعدة من نظام الدعم الشخصي، أو السلطات المحلية، أو المنظمات المناسبة..

## المراجع

- ١) منظمة الصحة العالمية. الصحة النفسية والاعتبارات النفسية الاجتماعية أثناء تفشي مرض فيروس كورونا المستجد [19-COVID]. [الإنترنت]. [تم الاستشهاد به في ٣ مايو ٢٠٢٠م]. متوفر من : <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>
- ٢) اعتبارات زيادة المخاطر (شبكة عموم إفريقيا للأشخاص ذوي الإعاقات النفسية والاجتماعية) [الإنترنت]. متوفر من : <https://www.mhinnovation.net/persons-disabilities>
- ٣) محمد أ، شيخ تي إل ، Poggensee G «يوغينسي جي»، Nguku P «انغوكو بي»، Olayinka A «أولايينكا أ»، Oluabunwo C «أوهووابونو ج»، وآخرون. الصحة النفسية في الاستجابة للطوارئ: دروس من إييولا. الطب النفسي Lancet «لانسييت». ٢٠١٥؛ ٣٠١: ٢ (١١).
- ٤) محمد أ، شيخ تي إل ، Gidado S «جيدادو س»، Poggensee G «يوغينسي جي»، Nguku P «انغوكو بي»، Olayinka A «أولايينكا أ»، وآخرون. تقييم الضائقة النفسية والدعم الاجتماعي للناجين والمخالطين بعدوى مرض فيروس الإيبولا وأقاربهم في لاغوس، نيجيريا: دراسة مقطعية - ٢٠١٤م. بي إم ج الصحة العامة [الإنترنت]. ٢٠١٥م؛ ١٥ (١): ٨٢٤. متوفر من: <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/15/824>
- ٥) Degenhardt L «ديجينهاردت ل» وآخرون. العبء العالمي للمرض الذي يعزى إلى تعاطي الكحول والمخدرات في ١٩٥ دولة وإقليم، ١٩٩٠م - ٢٠١٦م: تحليل منهجي لدراسة العبء العالمي للأمراض لعام ٢٠١٦م. الطب النفسي لانسييت [الإنترنت]. ٢٠١٨م؛ ٥ (١٢): ٩٨٧. - متوفر من: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7201394/>
- ٦) منظمة الصحة العالمية، مكتب مفوضية الأمم المتحدة لشؤون اللاجئين. دليل (mhGAP-HIG) للتدخل الإنساني: الإدارة السريرية للحالات العقلية والعصبية وتعاطي المخدرات في حالات الطوارئ الإنسانية [الإنترنت]. ٢٠١٥م [تم الاستشهاد به في ٢٠١٦م أكتوبر ١٨]. ص ٦١. متوفر من: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/162960/1/9789241548922\\_eng.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/162960/1/9789241548922_eng.pdf?ua=1)
- ٧) المراكز الأفريقية لمكافحة الأمراض والوقاية منها [Africa CDC]. وباء فيروس كورونا المستجد [19-COVID]. [تم الاستشهاد به في ٢٠٢٠م مايو ٣]. متوفر من: <https://africacdc.org/covid-19/>
- ٨) منظمة الصحة العالمية. مرض فيروس كورونا المستجد [19-COVID]. [الإنترنت]. [استشهد ٢٠٢٠م مايو ٣]. متوفر من: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- ٩) منظمة الصحة العالمية. بطلي هو أنت ، كتاب القصص للأطفال بشأن فيروس كورونا المستجد [19-COVID]. [الإنترنت]. ٢٠٢٠م. متوفر من: <https://interagencystandingcommittee.org/iasc-reference-group-mental-health-and-psychosocial-support-emergency-settings/my-hero-you>
- ١٠) Hao Yao «هاو ياو» وآخرون. المرضى الذين يعانون من اضطرابات الصحة العقلية في وباء مرض فيروس كورونا المستجد [19-COVID]. المجلد ٧، (العدد ٤). متوفر من: [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(20\)30090-0/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(20)30090-0/fulltext)



**Africa Centres for Disease Control and Prevention (Africa CDC),  
African Union Commission**

Roosevelt Street W21 K19, Addis Ababa, Ethiopia