**تأثيرات طويلة الأمد من COVID-19**

27 يونيو 2022

سيعاني معظم الأشخاص الذين يصابون بـ COVID-19 من أعراض لفترة قصيرة ثم يتحسنون في غضون أسابيع قليلة. يختلف الوقت الذي يستغرقه التعافي من COVID-19 من شخص لآخر. هذا يعتمد على مدى حدة مرضك من .COVID-19 يمكن أن يعتمد أيضاً على ما إذا كنت تعاني من أي حالات صحية أخرى حالية.

هناك بعض الأشخاص الذين يعانون من مشاكل صحية طويلة الأمد بعد الإصابة بـ .COVID-19 في بعض الأحيان، يتسبب مرض COVID-19 في شعور الشخص بالتوعك لعدة أشهر بعد المرض الأولي. وهذا ما يسمى بCOVID**’’** الطويل". يمكن أن يستمر COVID الطويل لعدة أسابيع وشهور، حتى لو لم يَعُد الشخص مصاباً بالفيروس.

أن COVID طويل الأمد يكون أكثر احتمالًا لدى الأشخاص الذين أصيبوا بـ COVID-19 الحاد. ومع ذلك، حتى الذين أصيبوا بعدوى بسيطة بـ COVID-19 ولم يحتاجوا إلى الذهاب إلى المستشفى يمكن أن يمتد COVID لفترة طويلة.

**أعراض مرض COVID الطويل**

يمكن أن يتسبب مرض COVID طويل الأمد بمجموعة واسعة من الأعراض التي قد لا تؤثر على الجميع بنفس الطريقة. يمكن أن تستمر الأعراض بعد إصابة الأشخاص بالعدوى لأول مرة ، أو يمكن للأعراض العودة بعد تعافي الشخص من .COVID-19

تشمل الأعراض والحالات الأكثر شيوعاً التي تم الإبلاغ عنها ما يلي:

* التعب
* صعوبة في التنفس
* سعال مستمر
* ألم في الصدر
* الم في المفاصل
* عدم وجود طاقة كافية لممارسة الرياضة
* حمى
* صداع
* مشاكل في الذاكرة وصعوبة التفكير بوضوح ("ضبابية الدماغ")
* الاكتئاب أو القلق.

**منع انتشار COVID الطويل الأمد**

أفضل طريقة لمنعCOVID الطويل الأمد هو حماية نفسك من الإصابة بفيروس .COVID-19

التطعيم هو أفضل طريقة لتقليل مخاطر .COVID-19

تشير الأبحاث إلى أن الأشخاص الذين تم تطعيمهم ضد COVID-19 هم أقل عرضة للإبلاغ عن أعراض COVID الطويلة الأمد من الأشخاص الذين لم يتلقوا التطعيم.

**للمزيد من المعلومات**

إذا كانت نتيجة فحصك إيجابية لـ COVID-19 منذ أكثر من بضعة أسابيع، وما زلت تشعر بتوعك، فتحدث إلى طبيبك.

للمزيد من المعلومات، قم بزيارة [health.gov.au/covid19-vaccines-languages](http://www.health.gov.au/covid19-vaccines-languages) ، أو اتصل بخط National Coronavirus Helpline على 080 020 1800. اختر الخيار 8 لخدمات الترجمة الشفوية المجانية.