



در مورد بیماری ویروس کرونا (کووید-19)

چیست

کووید-19 بیماری ناشی از ویروس کروناست. ویروس‌های کرونای انسانی شایع بوده و معمولاً با بیماری ملایم مانند سرماخوردگی همراه هستند.

علائم

علائم می‌تواند ملایم یا بسیار شدید باشد. پس از قرار گرفتن در معرض ویروس، ظاهر شدن علائم ممکن است تا 14 روز طول بکشد.

تب
سرفه
مشکل در تنفس

نحوه گسترش

شایع‌ترین روش گسترش ویروس کرونا، انتقال آن از فرد بیمار به این روش‌هاست:

- قطرات ریز در هنگام سرفه یا عطسه
- تماس نزدیک مانند لمس کردن یا دست دادن
- لمس کردن سطوحی که ویروس روی آن قرار دارد، سپس لمس چشم‌ها، بینی یا دهان پیش از شستشوی دست‌ها

این ویروس‌ها از طریق سیستم‌های تهویه یا از طریق آب پخش نمی‌شوند.





اگر علائم بیماری دارید

اگر علائم کووید-19 دارید یعنی اگر تب دارید، سرفه می‌کنید و یا دچار مشکل تنفسی هستید:

برای پیشگیری از انتقال بیماری به دیگران در خانه بمانید و اگر با افراد دیگری زندگی می‌کنید، در اتاق مجزا بمانید یا از آن‌ها 2 متر فاصله بگیرید.

پیش از مراجعه به متخصص مراقبت‌های بهداشتی با آن‌ها تماس بگیرید یا علائم خود را از طریق تماس تلفنی با مراجع بهداشت همگانی محلی در میان بگذارید و دستورالعمل‌های آن‌ها را رعایت کنید

اگر نیاز به رسیدگی پزشکی فوری دارید، با 911 تماس بگیرید و علائم خود را به آن‌ها اطلاع دهید.

پیشگیری

بهترین روش‌های پیشگیری از انتشار این عفونت‌ها:



شستشوی مرتب دست‌ها با آب و صابون به مدت حداقل 20 ثانیه

خودداری از لمس چشم‌ها، بینی یا دهان، به‌ویژه وقتی که دست‌ها را نشسته‌اید

خودداری از تماس نزدیک با افراد بیمار

برای کاهش انتشار عفونت، جلوی دهان و بینی خود را هنگام سرفه یا عطسه با آرنج یا دستمال بگیرید.

دستمال استفاده‌شده را بلافاصله و در سریع‌ترین زمان ممکن در سطل زباله بیندازید، سپس دست‌هایتان را بشویید.

سطوحی را که مرتباً لمس می‌شوند تمیز و ضدعفونی کنید، از جمله اسباب‌بازی‌ها، لوازم الکترونیکی و دستگیره‌های در. ماندن در خانه هنگام بیماری تا از گسترش بیماری به دیگران جلوگیری شود

جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد ویروس کرونا: