دانستنی هایی عمومی و شایعترین پرسشها درباره بیماری کورونا ویروس

کورونا ویروس ها خانواده ای از ویروس ها هستند که می توانند طیف وسیعی از بیماری ها را ازیک سرماخوردگی معمولی تا بیماری کشنده سارس(SARS) ایجاد نمایند .

کوروناویروس برای اولین بار در فروردین ماه سال۱۳۹۱ شناخته شد و هرچند در بسیاری از افراد باعث علائم شبیه بیماری آنفلوانزا (تب، سرفه، درد عضلانی و گاهی اسهال) میگردد اما در گروهی از بیماران نیز (مانند سالمندان) ممکن است باعث بیماری شدیدتر تنفسی و بستری در بیمارستان شود.

در موارد زیر خطر ابتلا به بیماری بیشتر می باشد:

- افرادیکه در فاصله کمتر از یک متر با بیماران قرار دارند(بیش از ۱۵ دقیقه)
- افرادی که در مقابل عطسه و یا سرفه بیماران قرار داشته باشند
- افرادی که دستشان با سطوح آلوده به قطرات تنفسی بیماران برخورد داشته و سپس چشم، بینی ویا دهان خود را با همان دست آلوده لمس کرده باشند
- پزشکان و سایر پرسنل بهداشتی درمانی که بدون رعایت نکات حفاظت فردی و اصول پیشگیری درارائه خدمات به بیماران نقش دارند، بیشتر در معرض آلودگی با این ویروس قرار دارند.

درچه کسانی بیماری شدیدتر میشود؟

درکسانی که سابقه بیماری مزمن (مانند بیماری تنفسی، قلبی، کبدی یا کلیوی) داشته اند یا به هر دلیلی سیستم دفاعی بدنشان ضعیف شده است (مانند دیابت، یا درمان های دارویی ضعیف کننده ایمنی بدن) ممکن است بیماری کوروناویروس شدیدتر شده و منجر به بستری و گاهی فوت بیمار گردد . افراد جوان که تغذیه سالم داشته و از سلامت کافی جسمی بهتری برخوردار هستند ؛ معمولا درصورت عفونت به این ویروس، بیماری خفیف تری را تجربه می نمایند.

علائم بیماری:

تب	**درجه حرارت بالای ۳۸ درجه سانتی گراد**
سرفه	**سرفه،گلودرد و سایرعلائم تنفسی در اغلب بیماران دیده**
اسهال	**برخی بیماران دچار اسهال نیز میشوند.**
تنگی نفس	**درصورت احساس تنگی نفس باید هرچه زودتر به پزشک مراجعه شود.**

درحال حاضر کوروناویروس جدید واکسن و درمان قطعی ندارد و درموارد شدید بیماری، درمان حمایتی در بیمارستان انجام میگردد.

راه انتقال بیماری کورونا ویروس چیست؟

راه اصلی انتقال ویروس عامل بیماری؛ تماس مستقیم با فرد بیمار یا حیوان یا محیط آلوده از راه قطرات تنفسی و ترشحات بدن می باشد.

راه های پیشگیری:

- رعایت اصول بهداشت فردی شامل شستن صحیح دستها با آب و صابون به دفعات (مخصوصا قبل از تماس دست با چشم و قبل از غذا خوردن) رعایت فاصله (حداقل یک متر) با فرد بیماری که سرفه می نماید، در پیشگیری از ابتلا به این بیماری موثر هستند.
- سرایت از فرد به فرد در بیماری کورونا ویروس به مراتب از بیماری آنفلوانزا و سرماخوردگی کمتر است اما در تماس های نزدیک خانگی و بیمارستانی ممکن است به افراد دیگر منتقل شود از این رو رعایت بهداشت فردی توصیه میشود . پرسنل بیمارستان باید علاوه بر دقت در شستن دست ها از ماسک و دستکش نیز به‌طور صحیح استفاده نمایند.
- از تماس دست آلوده به چشم، دهان و بینی خودداری شود.
- باید در موقع سرفه از دستمال استفاده شده و در صورتی که دستمال هنگام سرفه نمودن در دسترس نیست از آستین لباس در ناحیه آرنج میتوان استفاده نمود.
- دستها بطور مکرربا آب و صابون یا با محلول های الکلی پاک کننده دست شستشو شود

توصیه بهداشتی به زائران حج تمتع/ عمره و مسافران کشورهای عربی سواحل خلیج فارس:

۱ - بهداشت فردی مانند شستشوی صحیح دست با آب و صابون و رعایت بهداشت تنفسی را جدی بگیرند.

۲ - درصورتیکه درعرض ۲ هفته بعد از بازگشت زائر (مسافر) احساس کسالت، تب، علائم تنفسی، علائم گوارشی مانند اسهال نمایان شود حتما به پزشک مراجعه شود و او را در جریان سفر اخیر خود قرار دهد.

۳ - درصورت ابتلا به بیماری تنفسی از ماسک استفاده نمایند و تا جائیکه امکان دارد تماس چهره به چهره خود با دیگران را کاهش دهند.

۴ - در صورتی که فرد بعد از بازگشت از عربستان یا کشورهای عربی سواحل خلیج فارس به ایران دچار تب و علائم تنفسی یا اسهال گردید به او توصیه نمائید تا ضم ن رعایت بهداشت فردی و استفاده از ماسک حتما به پزشک مراجعه نماید و به نزدیکترین مرکز بهداشتی درمانی اطلاع داده شود.

۵ - افرادی که با زائر بیمار مبتلا به بیماری تنفسی قابل توجه و دارای تب و سرفه تماس نزدیک (روبوسی، دست دادن، صحبت در فاصله کمتر از ۱ متر) داشته اند و به بیماری تنفسی علامتدار مبتلا شده اند باید به نزدیکترین مرکز بهداشتی درمانی اطلاع دهندتا از نظر کوروناویروس جدید بررسی گردند.