

## بیماری ویروسی کرونا :

کرونا ویروس ها (CoviD-19)، ویروسهای عفونی هستند که گلو، سینوسها و دستگاه تنفسی را درگیر می کنند. این ویروسها طیف وسیعی از ویروسها از سادهترین (سرماخوردگی معمولی) و پیچیدهترین (درحال حاضر بیماری کرونا) را شامل می شود. اولین شهردرگیر بیماری کرونای جدید شهر **ووهان چین** می باشد. شکل سادهتر این ویروس در گذشته نیز در بیماریهایی مانند سارس و نوعی آنفولانزا، مشاهده شده بود اما عامل بیماری مرگباری که این روزها دنیا را به حالت اضطراب درآورده است، جدیدترین نوع ویروس کرونا است. تمام کرونا ویروسهای گذشته، منشاء حیوانی داشتهاند. به طور مثال منشاء بیماری مرس، شتر و بیماری سارس نیز از خفاش به گربه و از گربه به انسان رسیده است. ویروس جدید کرونا از بازاری دریایی شهر ووهان چین منتقل شده که ممکن است محصولات دریایی این بازار مانند نهنگ سفید یا حیوانات زنده ای مثل مرغ، خفاش، خرگوش و مار که در این بازار به فروش می رسد، منشاء این بیماری باشند.

## علائم و نشانههای بیماری کرونا:

آبریزش بینی، گلو درد شدید، تب برای مدتی طولانی، سردرد و تنگی نفس از مهمترین علائم بیماری کرونا است. کودکان و افرادی که دارای مشکلات تنفسی، بیماری قلبی، ضعف سیستم ایمنی به دلیل انواع

1

سرطانها و بیماریهای نقص ایمنی هستند، بیشتر در معرض ابتلا به کرونا ویروس قرار دارند.



در موارد خفیف، علائم این بیماری، شبیه به سرماخوردگی است و گاهی به اشتباه، آنفولانزا تشخیص داده می شود؛ اما شدت بیماری پس از چند روز بیشتر شده و سرفه های شدید، تب بالا و درد و ضعف بدن به آن اضافه می شود. در موارد حاد این ویروس کلیه ها و دستگاه تنفسی فرد را درگیر نموده و باعث بروز مشکلات جدی برای بیمار می شود.

## راههای انتقال بیماری:

کرونا ویروس جدید یک ویروس تنفسی است که در درجه اول از طریق تماس با شخص آلوده از طریق قطرات تنفسی (سرفه یا عطسه) منتقل می شود. هنوز منشاء حیوانی برای این ویروس شناسایی نشده

2

است با این حال، همیشه ایده خوبی است که از تماس با حیوانات خانگی اجتناب شود.

## گروههای در معرض خطر:

- ۱- زنان باردار
- ۲- افراد سالمند
- ۳- افراد مبتلا به سرطان و ضعف سیستم ایمنی
- ۴- مبتلایان به دیابت، بیماریهای قلبی عروقی و تنفسی مزمن



## چگونه به بیماری کرونا مبتلا نشویم!

در حال حاضر هیچ واکسنی برای جلوگیری از این بیماری وجود ندارد.

در این بیماری، مهمترین مسئله پیشگیری از ابتلا به ویروس بوده و در پیشگیری، اولین خط دفاع در برابر ویروس کرونا شست و شوی صحیح دستها می باشد.

3



دانشگاه علوم پزشکی بقیة الله

دانشگاه بهداشت

۱۳۹۸



## آشنایی با بیماری کرونا و راههای پیشگیری آن

پارچه را درون یک سطل در بسته انداخته و دستان خود را با آب و صابون تمیز بشوید.

۳- در تجمعات انبوه حتماً از ماسک استفاده کنید و از روبوسی و دست دادن با دیگران بپرهیزید.



۴- سطوح و اشیایی را که در معرض تماس مکرر با دستها هستند (دستگیره ها) را با استفاده از اسپری یا پارچه های آغشته به مواد ضدعفونی کننده (برای سطوح مقاوم وایتکس و برای سطوح حساس الکل ۷۰ درصد) بصورت مکرر تمیز و ضدعفونی کنید.

۵- در وسایل حمل و نقل عمومی از لمس وسایل و سطوح عمومی بپرهیزید و دستان خود را بشوید.

۶- حداقل فاصله ۱ متر بین خود و سایر افراد بخصوص افرادی که عطسه و یا سرفه می کنند و یا تب دارند را حفظ کنید.

۸- از مصرف مواد غذایی خام که امکان شستشو ندارد اجتناب شود. در بین آماده سازی غذای خام و پخته دستان خود را بشوید.

۱- اولین قدم در جلوگیری از ابتلا به کرونا، شست و شوی مرتب و اصولی دست و صورت و پرهیز از لمس صورت با دستهای آلوده است. قبل و بعد از خوردن غذا، قبل و بعد از حضور در اماکن عمومی، در محیط کار و تحصیل، لازم است مکرر دستهای خود را با آب و صابون به مدت ۲۰ ثانیه بشوید؛ اگر آب و صابون به راحتی در دسترس نیست، از ضد عفونی کننده های حاوی الکل استفاده کنید.



۲- هنگام عطسه و یا سرفه آرنج خود را بصورت خمیده و یا یک بافت پارچه را جلوی دهان خود بگیرید و سپس