



بیمارستان روان پزشکی سینا



بیمار گرامی:

بمفاتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در خصوص
بیماری فعلی شما و چگونگی روند درمان و مراقبت آن می باشد.

کرونا ویروس

تهیه و تنظیم: واحد آموزش به بیمار

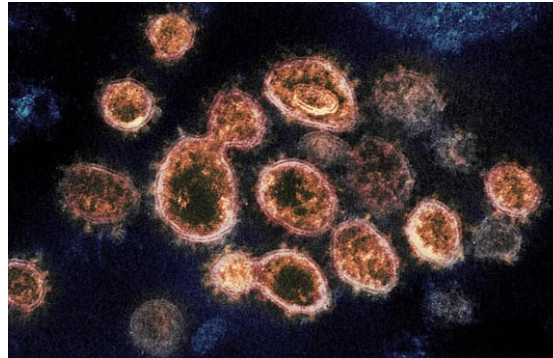
با همکاری: واحد آموزش

تاریخ بازنگری: 1399/04/01

کد پمفلت: SE-002

اما با پوشاندن صورت و بینی با استفاده از آرنج یا دستمال کاغذی، ویروس روی سطح لباس پاشیده می شود و سطح اعضای بدن را آلوده نمی کند. در نتیجه به شدت پیشنهاد می شود به آداب سرفه کردن توجه شود در عین حال تا قبل از شستن دست، نباید سایر اعضای بدن خود به ویژه دهان، چشم، بینی و دیگر اعضای دارای مخاط را لمس کنید.

در صورتی که از دستمال کاغذی به هنگام سرفه یا عطسه استفاده کرده اید، توصیه می شود دستمال را فوری در سطل زباله درب دار بیندازید؛ همچنین بعد از سرفه و عطسه دست های خود را با آب و صابون بشویید تا احتمال انتشار آلودگی بر روی دست ها از بین برود.



منابع: سازمان بهداشت جهانی

با آرزوی بهبودی و سلامتی روزافزون

تلفن: 33261602 بیمارستان روان پزشکی سینا

علائم کووید-۱۹ و دوره نهفتگی

علائم در موارد گزارش شده کووید-۱۹ تا به حال از علائم خفیف تا بیماری شدید و مرگ متفاوت بوده است.

این سه علامت به طور خاص با بیماری کووید-۱۹ مربوط شده اند:

احساس تنگ نفس

سرفه ای که با مرور زمان شدتش بیشتری می شود.

تب خفیفی که به تدریج شدتش بیشتر می شود

آداب صحیح سرفه کردن چگونه است؟

به دلیل انتشار قطرات بزاق آلوده به هنگام سرفه یا عطسه، به همین منظور با آرنج یا دستمال جلوی بینی و دهان خود را بپوشانید و هرگز با دست جلوی دهان و بینی خود را نگیرید.

همچنین عطسه می تواند ویروس های زیادی را آزاد کند در صورتی که سریعاً دست ها شسته نشود باعث آلودگی مکان هایی مانند دستگیره درها، دکمه های آسانسور، زرده، صندلی ها و اشیاء دیگر خواهد شد.

در این زمان اگر کسی این قسمت های آلوده را لمس کرده و دستان خود نشوید با تماس دست آلوده با دهان، چشم ها و بینی ویروس از طریق دست ها پخش خواهد شد.

به همین دلیل در صورتی که آداب سرفه کردن توسط افراد رعایت نشود چرخه انتشار و انتقال ویروس کرونا به شدت افزایش پیدا خواهد کرد.

پیشگیری

در حال حاضر هیچ واکسنی برای پیشگیری از عفونت با ویروس جدید کرونا عامل کووید-۱۹ وجود ندارد. بهترین راه برای پیشگیری از بیماری پرهیز از فرارگیری در معرض ویروس است. این اقدامات پیشگیرانه مشابه اقدامات درباره هر ویروس تنفسی است:

- از تماس نزدیک با افرادی که بیمار هستند، خودداری کنید.
- از دست زدن به چشم‌ها، بینی و دهانتان خودداری کنید.
- هنگامی که بیمار هستید، در خانه بمانید.

- هنگام عطسه یا سرفه کردن جلوی دهان و بینی‌تان را با دستمال‌کاغذی بپوشانید و بعد دستمال‌کاغذی را درون ظرف زباله دردار بیندازید. اگر دستمال‌کاغذی ندارید، درون آرنج خم‌شده‌تان عطسه یا سرفه کنید.

- اشیایی و سطوحی را که به‌طور مکرر لمس می‌کنید، به‌طور منظم با اسپری‌های پاک‌کننده معمول خانگی پاک کنید.

- دست‌هایتان را برای دست‌کم ۲۰ ثانیه به‌طور مکرر در طول روز بشویید. شستن دست به‌خصوص پس از رفتن به دستشویی، پیش از غذا خوردن و پس از فین کردن بینی، سرفه کردن اهمیت دارد.

- اگر آب و صابون در دسترس‌تان نیست، از محلول‌های ضد عفونی‌کننده دست‌الکل‌پایه استفاده کنید که دست‌کم ۶۰ درصد الکل داشته باشند. اگر کثیفی واضح روی دستتان وجود دارد، دست‌هایتان را با آب و صابون بشویید.

منشأ ویروس جدید کرونا

این ویروس برای نخستین بار در شهر ووهان در استان هوبی در مرکز چین پدیدار شد و چین در ۳۰ دسامبر ۲۰۱۹ برای نخستین بار آن گزارش کرد.

تصور می‌شود مخزن این ویروس جدید خفاش‌ها باشند که احتمالاً از طریق یک حیوان واسط «پولک‌پوست» یا پانگولین یا مورچه‌خوار پولک‌دار به انسان‌ها منتقل شده باشد. این حیوان در چین مصرف دارویی و خوراکی دارد. اکنون ویروس توانایی انتقال انسان به انسان را پیدا کرده است.

ویروس چطور منتقل می‌شود

انتقال انسان به انسان ویروس جدید احتمالاً از همان راه‌های انجام می‌شود که سایر ویروس‌های کرونا منتقل می‌شوند:

- تماس شخص به شخص: تصور می‌شود این راه اصلی انتقال بیماری باشد. قطرک‌های تنفسی تولیدشده در هنگام عطسه و سرفه فرد بیمار می‌تواند افرادی را که در نزدیکی او (تا حدود ۱.۸ متری) قرار دارند، آلوده کند. این قطرک‌ها یا مستقیماً روی دهان، بینی یا چشم افراد نزدیک او قرار دارند، فرود می‌آیند یا احتمالاً مستقیماً به درون ریه‌های افراد مجاور استنشاق می‌شوند.

- انتشار از طریق تماس با سطوح یا اشیای آلوده: لمس کردن سطوح یا اشیای آلوده‌شده که قبلاً قطرک‌های تنفسی بیمار آن روی آن‌ها ریخته است و بعد زدن دست آلوده به بینی، دهان یا احتمالاً چشم‌ها می‌تواند باعث انتقال ویروس شود.

آشنایی با ویروس جدید کرونا عامل بیماری کووید-۱۹

ویروس جدید کرونا که عامل بیماری کووید-۱۹ (بیماری ویروس کرونا-۲۰۱۹) است، یکی از هفت ویروسی از خانواده کروناویروس‌ها است که از انسان به انسان سرایت می‌کند.

کلمه «کرونا» (به معنای تاج) در نام این خانواده ویروس‌ها به خاطر ظاهر ذرات ویروس در زیر میکروسکوپ الکترونی است. مولکول‌های پروتئینی گل‌میخ‌مانندی که از سطح ذرات ویروسی قرار دارند ظاهر شبیه به تاج به آن می‌دهند.

هفت ویروس از خانواده ویروس‌های کرونا یا کروناویروس‌ها انسان‌ها را مبتلا می‌کنند که چهار نوعشان باعث ایجاد سرماخوردگی معمولی می‌شوند. سه نوع دیگر که بیماری شدیدتر تنفسی و ذات‌الریه ایجاد می‌کنند، شامل این موارد می‌شود:

- ویروس کرونای عامل ایجاد بیماری سارس (نشانگان شدید حاد تنفسی) که در سال‌های ۲۰۰۳-۲۰۰۲ در چین ظهور کرد و به کشورهای دیگر هم رسید. میزان کشندگی این ویروس حدود ۱۰ درصد بود.

- ویروس کرونای عامل ایجاد بیماری مرس (نشانگان تنفسی خاورمیانه) که برای نخستین بار در سال ۲۰۱۲ در عربستان سعودی ظاهر شد و میزان کشندگی آن حدود ۵۰ درصد بود.

- ویروس جدید کرونا که اواخر سال میلادی ۲۰۱۹ در چین شناسایی شد، در ابتدا «ویروس جدید کرونا-۲۰۱۹» نام داشت و اکنون نام رسمی آن SARS-CoV-2 (ویروس سارس-کوو-۲) است، و بیماری که ایجاد می‌کند، «کووید-۱۹» (بیماری ویروس کرونا-۲۰۱۹) نامیده می‌شود.