

## کرونا ویروس جدید ۲۰۱۹ چیست؟

کرونا ویروس جدید ۲۰۱۹ به عنوان عامل شیوع بیماری تنفسی است که ابتدا در ووهان چین تشخیص داده شده و قابل سرایت از انسان به انسان است. راه انتقال این ویروس مانند کروناویروسهای (MERS و SARS)، مشابه آنفلوانزا و سایر ویروسهایی که موجب بروز بیماری تنفسی می شوند بوده و اغلب از طریق ترشحات تنفسی بیمار، در هنگام عطسه یا سرفه صورت می گیرد. به علاوه ممکن است با تماس فرد با سطح یا اشیاء آلوده به ویروس و سپس تماس دست با دهان، بینی یا احتمالاً چشم هم این ویروس منتقل شود. اطلاعات در مورد این ویروس در حال تکمیل است و تحقیقات همچنان ادامه دارد. **بنا بر گزارشات، بیماران مبتلا به این ویروس، بیماری تنفسی خفیف تا شدید، با علائم تب، سرفه و کوتاهی تنفس را بروز می دهند و اغلب بیماران دچار ذات الریه در هر دو ریه می شوند.**

## چگونه از خود در مقابل این ویروس محافظت کنیم؟

هیچ واکسنی برای حفاظت در مقابل این ویروس وجود ندارد و بهترین راه پیشگیری از عفونت، جلوگیری از قرار گرفتن در معرض ویروس است. راهکارهای ساده زیر برای کمک به پیشگیری از گسترش ویروسهای تنفسی وجود دارد که شامل موارد زیر می شود:

- ۱- از تماس نزدیک با افراد بیمار بپرهیزید .
  - ۲- از تماس دستان شسته نشده با چشم، بینی و دهان خودداری کند.
  - ۳- دستان خود را مکرر با آب و صابون، به مدت ۲۰ ثانیه بشوئید و در صورت نبود آب و صابون، از پاک کننده ها با پایه الکلی استفاده کنید.
  - ۴- گوشت و تخم مرغ را پیش از مصرف، کامل بپزید.
  - ۵- اگر بیمار هستید، برای جلوگیری از گسترش بیماری تنفسی به دیگران می بایست:
    - \* در طول بیماری در منزل بمانید.
    - \* در هنگام عطسه و سرفه، دهان و بینی خود را بپوشانید .
    - \* سطوحی را که لمس نموده اید، به طور مکرر تمیز و ضدعفونی کنید.
    - \*\* در صورتیکه دچار علائم تب، سرفه و مشکل تنفسی شدید، حتماً با پزشک تماس گرفته و در مورد علائم خود صحبت کنید.
- (طبق نظریه مرکز کنترل بیماریهای آمریکا، زمان بروز علائم بین ۲ تا ۱۴ روز پس از قرارگیری در معرض ویروس است.)** پزشک آموزش لازم برای مراقبت، بدون انتقال بیماری به سایر افراد را به شما می دهد. در طول بیماری حتی از تماس با سایر افراد خانواده هم بپرهیزید و از ظروف و وسایل مخصوص خود استفاده نموده و آنها را به خوبی بشوئید. در صورت تشدید علائم خصوصاً مشکل تنفسی، سریع به مرکز درمانی مراجعه کنید.

تهیه و تنظیم : دکتر نسرین پرهیزکاری

Ref:

<http://www.cdc.gov/nCoV>

<http://www.who.int>