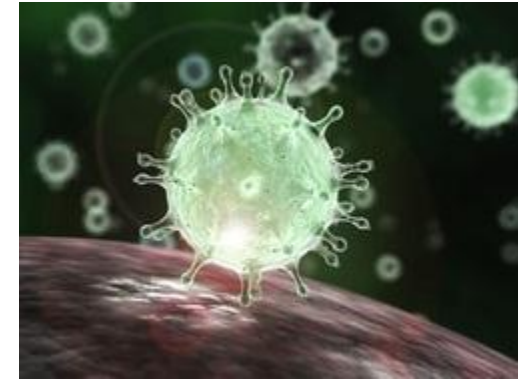


کروناویروس «جدید» چیست؟



کرونا ویروس جدید (CoV) نوعی جدید از ویروس است.

بیماری ایجاد شده با ویروس کرونا که به آن بیماری کرونا ۲۰۱۹ (COVID-19) می‌گویند، اولین بار در ووهان چین شناسایی شد. CO مخفف کرونا، VI مخفف ویروس و D به معنی بیماری (در انگلیسی). قبلاً به این بیماری «کروناویروس جدید ۲۰۱۹» یا «nCoV-2019» می‌گفتند.

ویروس COVID-19 ویروس جدیدی بوده و به خانواده ویروس‌هایی همچون سارس (سندروم تنفسی حاد) و سایر سرماخوردگی‌های معمولی مرتبط است.

ویروس COVID-19 چگونه منتشر می‌شود؟

ویروس از طریق تماس مستقیم با قطره‌های تنفسی فرد آلوده (از طریق سرفه و عطسه) و تماس با سطوح آلوده به ویروس منتقل می‌شود. ویروس COVID-19 می‌تواند ساعت‌ها روی سطوح زنده بماند، ولی یک ضدعفونی ساده می‌تواند آن را از بین ببرد.

علائم کروناویروس چیست؟

علائم شامل تب، سرفه و تنگی نفس است. در موارد حادتر عفونت می‌تواند منجر به سینه پهلو (پنومونی) یا همان عفونت ریه) یا مشکلات تنفسی گردد. در موارد نادر این بیماری کشنده خواهد بود.

علائم بیماری شبیه آنفولانزا یا سرماخوردگی معمولی است، که بسیار شایع تر از COVID-19 هستند. به همین دلیل برای تایید این که کسی COVID-19 گرفته باشد، بایستی آزمایش شود. نکته حائز اهمیت این است که اقدامات کلیدی پیشگیرانه را به خاطر بسپاریم که عبارتند از شستشوی دست‌ها و رعایت موارد بهداشتی تنفسی (پوشاندن دهان به هنگام عطسه یا سرفه با دستمال یا آرنج خم شده، سپس انداختن دستمال داخل سطح آشغال در بسته). همچنین واکسن آنفولانزا نیز راه پیشگیری مناسبی

است، بنابراین به یاد داشته باشید که واکسیناسیون خود و فرزندان‌تان را به موقع انجام دهید.

چگونه می‌توان خطر عفونت را کاهش داد؟

با رعایت چهار مورد احتیاطی زیر می‌توانید جلوی خطر عفونت برای خود و خانواده‌تان را بگیرید:

۱. دستهای‌تان را مرتب با آب و صابون یا ژل ضدعفونی الکل‌دار بشویید.

۲. به هنگام عطسه یا سرفه جلوی دهان خود را با دستمال یا آرنج خم شده‌تان بگیرید، و دستمال را داخل سطح در بسته بیاندازید.

۳. از تماس نزدیک با کسانی که سرما خورده‌اند یا علائمی شبیه آنفولانزا دارند اجتناب کنید.

۴. اگر خودتان یا کودکان تب دارید، سرفه می‌کنید یا احساس می‌کنید مشکل تنفس دارید حتماً به دکتر مراجعه کنید.



آیا COVID-19 روی کودکان تأثیر می‌گذارد؟

این ویروس جدید است و ما هنوز نمی‌دانیم که چه تأثیری بر کودکان یا زنان باردار خواهد گذاشت. می‌دانیم که امکان دارد افراد در هر سنی به این ویروس آلوده شوند، اما تاکنون موارد نسبتاً کمی از COVID-19 در بین کودکان گزارش شده است. ویروس در موارد نادر کشنده است، و تاکنون بیشتر موارد منجر به مرگ در میان افراد پیرتر با بیماری‌های زمینه‌ای دیده شده است.

اگر فرزندم علائم COVID-19 داشت چه کار کنیم؟

حتماً درمان پزشکی را شروع کنید، ولی به خاطر داشته باشید که اکنون در نیمکره شمالی فصل آنفولانزا است و علائم COVID-19 از قبیل سرفه یا تب می‌تواند مشابه علائم آنفولانزا یا سرماخوردگی که بسیار هم شایع هستند، باشد.

رعایت نکات بهداشتی دست‌ها (شستشوی مرتب دست‌ها) و بهداشت تنفسی را ادامه دهید و واکسیناسیون کودکان خود را به موقع انجام دهید تا کودکان در مقابل سایر ویروس‌ها و باکتری‌های بیماری‌زا در امان باشد.

در مورد سایر عفونت‌های دستگاه تنفسی از قبیل آنفولانزا، اگر خودتان یا کودکان شما دارید، از همان ابتدا کمک پزشکی بگیرید و سعی کنید که از حضور در اماکن عمومی (محل کار، مدارس و سایر نقلیه عمومی) خودداری کنید، تا از سرایت به دیگران جلوگیری شود.

اگر یکی از افراد خانواده علائم بیماری را داشته باشد چه کار باید کرد؟

اگر شما یا کودکان تب، سرفه یا تنگی نفس دارید، باید از همان ابتدای بروز علائم از پزشک کمک بخواهید. اگر به مناطقی که COVID-19 در آنجا گزارش شده سفر کرده‌اید، یا اگر در تماس با فردی بوده‌اید که به‌تازگی به یکی از چنین مناطقی سفر کرده و علائم تنفسی دارد، با پزشک خود یا با کارمندان بهداشت تماس بگیرید و موضوع را با آنها در میان گذاشته و مشورت کنید.

بهترین راه شستن کامل دست‌ها چگونه است؟

۱. شیر آب را باز کنید و دست‌ها را زیر آن بگیرید

۲. تمام دست‌تان را به صابون آغشته کنید

۳. تمام سطوح دست‌ها را به مدت حداقل ۲۰ ثانیه با صابون بمالید، از جمله پشت دست‌ها، میان انگشتان و زیر ناخن‌ها

۴. دست‌ها را کاملاً با آب بشویید

۵. دست‌ها را با دستمال تمیز یا حوله یک‌بار مصرف خشک کنید

۶. دست‌ها را مرتب بشویید، به خصوص قبل از خوردن، بعد از فین کردن، سرفه یا عطسه و دستشویی.

۷. اگر آب و صابون در دسترس ندارید، از ژل شستشوی دست الکلی با حداقل ۶۰ الکل استفاده کنید. اگر دست‌تان به صورت مشهود کثیف هستند، حتماً با آب و صابون بشویید.

گردآورنده و تایید کننده: عزت نامور مربی بهداشت دبستان پسرانه امام حسین(ع) واحد ۲