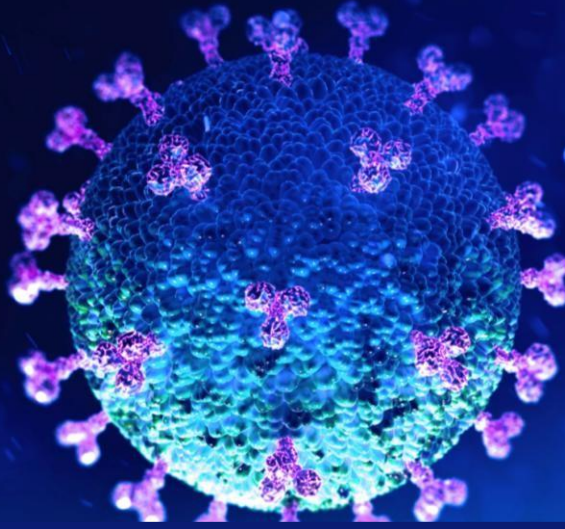


(COVID-19)



برگه مشخصات و اطلاعات

بیماری ویروس کرونا 2019 (COVID-19) چیست؟ چه کسانی در معرض خطر COVID-19 قرار دارند؟

این خطر مبتنی بر قرار گرفتن در معرض این ویروس و عوامل مختلف و احتمالاً متغیری، همچون جامعه ای که در آن زندگی می کنید، مکانهایی که بازدید کرده اید، تعاملاتی که با دیگران داشته اید و نوع کار شما می باشد.

هر کس ممکن است به بیماری COVID-19 مبتلا شود. شدت بیماری در افراد مختلف متفاوت است، از بدون علائم گرفته تا علائم خفیف و بیماری شدید و مرگ. گروه هایی که در صورت آلودگی بیشتر در معرض ابتلا به بیماری شدید COVID-19 هستند، عبارتند از:

- افراد 65 سال و بالاتر
- افرادی که در خانه سالمندان یا مراکز مراقبت طولانی مدت زندگی می کنند
- افرادی در هر سنی که شرایط خاص و جدی پزشکی داشته، بخصوص اگر وضعیت پزشکی آنها به خوبی کنترل نشده باشد.

بیماری COVID-19 چگونه پخش می شود؟

تصور می شود که بیماری COVID-19 عمدتاً از شخصی به شخص دیگر انتقال می یابد:

- بین افرادی که با یکدیگر در تماس نزدیک هستند (در فاصله 6 پا / 2 متر)؛

COVID-19 یک ویروس کرونا جدید است که قبلاً در انسان شناسایی نشده است. ویروس کرونا یک دسته از ویروس ها می باشند که به طور معمول در حیوانات یافت می شوند، اما برخی از آنها می توانند تکامل یافته و انسانها را مبتلا کنند. ویروس کرونا می توانند بینی، سینوس ها یا بخش فوقانی گلو را آلوده کند. این ویروس خاص کرونا برای اولین بار به عنوان علت شیوع بیماری تنفسی در وهان چین در دسامبر سال 2019 شناخته شد و در 11 فوریه 2020 توسط سازمان بهداشت جهانی (WHO) بطور رسمی COVID-19 نامگذاری گردید.

علائم COVID-19 چیست؟

برخی از افراد مبتلا به COVID-19 ممکن است هیچ یک از علائم بیماری را تجربه نکرده، تعدادی دیگر علائم خفیفی داشته و عده ای نیز شدیداً بیمار شوند. علائم COVID-19 ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- تب یا لرز
- سرفه
- مشکل تنفس
- خستگی
- از دست دادن حس چشایی یا بویایی جدید
- بدن درد
- آبریزش بینی
- کپ
- شدن بینی
- سر درد
- گلو درد

علائم بیماری ممکن است 2-14 روز پس از قرار گرفتن در معرض ویروس ظاهر شوند. برای لیست کاملی از علائم بیماری به وب سایت [CDC.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus) مراجعه کرده و در صورت بروز هر یک از این علائم با پزشک خود تماس بگیرید





- با ارائه دهنده خدمات درمانی خود تماس گرفته و توصیه های پزشکی وی را دنبال کنید.
- مراقب بروز علائم بیماری بوده، و در صورت ظاهر شده هر یک از علائم بیماری با ارائه دهنده خدمات درمانی خود تماس بگیرید.

چگونه می توانم از خودم محافظت کنم؟

- بهترین راه برای جلوگیری از ابتلا به بیماری، اجتناب از قرار گرفتن در معرض ویروس است. اقداماتی که می تواند به جلوگیری از شیوع COVID-19 کمک کند، عبارتند از:
 - شستن دست ها برای حداقل 20 ثانیه با آب و صابون؛ اگر صابون و آب در دسترس نیست، از مایع ضدعفونی کننده حاوی الکل که حداقل 60٪ الکل داشته باشد، استفاده کنید؛
 - از لمس کردن چشم ها، بینی و دهان خود با دست های نشسته خودداری کنید؛
 - اشیاء و سطوحی که بطور متوالی لمس می شوند را مکرراً تمیز و ضد عفونی کنید؛
 - اگر بیمار هستید در خانه بمانید و خود را از دیگران دور کنید؛
 - در زمان سرفه یا عطسه کردن جلوی دهان خود را با دستمال یا آرنج خود بپوشانید، و پس از آن دستمال را در سطل زباله بیندازید؛
 - حفظ فاصله اجتماعی را تمرین کنید (حفظ فاصله 6 پایی از دیگران)؛
 - هنگامی که در خارج از منزل هستید، از پوشش صورت استفاده کنید.

اگر در خصوص موارد مرتبط با بهداشت سلامت، سؤال یا نگرانی دارید، با ارائه دهنده خدمات بهداشتی خود تماس بگیرید. برای سؤالات عمومی مربوط به ویروس COVID-19 یا اطلاعات مربوط به منابع موجود در جامعه، لطفاً با شماره 1-1-2 تماس بگیرید.

در مورد ویروس COVID-19 مطلع باشید



- از طریق قطرات تنفسی که فرد آلوده از طریق عطسه، سرفه کردن یا صحبت کردن پخش می کند.
- این قطرات ممکن است توسط افراد اطراف استنشاق شوند یا روی دهان و بینی سایر افراد و یا سطح دیگر بنشینند.
- امکان دارد که یک فرد با لمس یک شیء یا سطح آلوده به ویروس و سپس لمس دهان، بینی یا چشم های خود قبل از شستن دست هایش به بیماری COVID-19 آلوده شود.
- یک فرد ممکن است بدون داشتن هیچ علائمی، بیماری COVID-19 داشته باشد ولی هنوز هم ناقل بیماری بوده و آن را به دیگران انتقال دهد.

COVID-19 چگونه درمان می شود؟

درمان COVID-19 در دست مطالعه است. بسته به شرایط فرد مبتلا به COVID-19، ممکن است استفاده از داروهای تحقیقاتی برای وی توصیه گردد. علائم بیماری را می توان با پیروی از راهنمایی های مراقبتی، مانند استراحت زیاد، نوشیدن آب فراوان و مصرف داروهای بدون نسخه برای کاهش تب و درد، تسکین داد. در حال حاضر هیچ واکسنی برای محافظت در برابر COVID-19 در دسترس نیست.

چه کاری باید انجام دهم، اگر فکر کنم در معرض ویروس COVID-19 قرار گرفته ام؟

- اگر با کسی که تأیید یا مشخص شده که مبتلا به ویروس COVID-19 می باشد در تماس نزدیک بوده اید (در فاصله 2 متری/ 6 پایی وی بوده اید)، باید:
 - از اولین روزی که با فرد مبتلا در تماس نزدیک بوده اید، و تا 14 روز پس از آخرین تماس با وی، خود را در منزل و دور از افراد دیگر به مدت 14 روز قرنطینه کنید.

واحد اپیدمیولوژی کانتی سن دیگو - بیماری ویروس کرونا 2019 (COVID-19)

www.coronavirus-sd.com

گروه بهداشت عمومی، شعبه ایمن سازی کالیفرنیا - COVID-19

www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx

مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری ها - COVID-19

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html

سازمان بهداشت جهانی - شیوع بیماری ویروس کرونا (COVID-19)

www.who.int/westernpacific/emergencies/covid-19