

به نام خدا

مقدمه :

ویروس کرونا، طیف وسیعی از ویروس‌ها را شامل می‌شوند که ساده‌ترین نوع آن سرماخوردگی معمولی و پیچیده‌ترین نوع آن در حال حاضر بیماری کرونا است. گاهی اوقات (نه اغلب مواقع)، ویروس کرونا می‌تواند بین انسان و حیوان مشترک باشد. شیوه انتشار بیشتر ویروس‌های کرونا مشابه سایر ویروس‌های سرماخوردگی است، یعنی از طریق افراد آلوده منتقل می‌شود؛ به این صورت که با سرفه یا عطسه در هوا پخش می‌شود و از طریق دست دادن، روبوسی، لمس سر و صورت فرد مبتلا و لمس اشیایی مانند دستگیره دری که افراد بیمار به آنها دست زده‌اند، به دیگران سرایت می‌کند. ویروس کرونا ممکن است به بیماری‌های دستگاه تنفسی تحتانی مانند ذات‌الریه و برونشیت منجر شود. در بسیاری از کشورها، ابتلا به بیماری ناشی از ویروس کرونا در فصول سرد سال (پاییز و زمستان) رایج است، اما هرکس در هر زمان ممکن است به آن مبتلا شود.



ویروس کرونا چیست ؟

کرونا به معنای تاج یا هاله است و شکل ظاهری ویروس کرونا زیر میکروسکوپ، شبیه به یک تاج سلطنتی است. کرونا نوعی ویروس است که سبب عفونت در دستگاه‌های تنفسی فوقانی یعنی بینی، سینوس‌ها و گلو می‌شود. نام این نوع ویروس از خوشه‌های تاج مانند که در سطح آن وجود دارد گرفته شده است که بیشتر خفاش‌ها، خوک‌ها و پستانداران کوچک را آلوده می‌کند. بیشتر ویروس‌های کرونا علائم مشابهی در دستگاه‌های تنفسی فوقانی به شکل گرفتگی بینی و آبریزش بینی، سرفه، گلو درد و گاهی تب ایجاد می‌کنند. همچنین ویروس کرونا ممکن است سبب عفونت گوش میانی در کودکان شود. البته در بیشتر موارد نمی‌توان مطمئن شد علائم بیماری از ویروس کروناست یا از ویروس‌های سرماخوردگی دیگر. برای تشخیص این بیماری می‌توان آزمایش‌هایی از جمله کشت ترشحات بینی و گلو و نیز آزمایش خون را انجام داد. با این حال اگر عفونت ناشی از ویروس کرونا به دستگاه تنفسی تحتانی یعنی به نای و ریه‌ها برسد، ممکن است به ذات‌الریه منجر شود. این خطر به ویژه در افراد مسن، افراد مبتلا به بیماری قلبی و یا افراد دارای سیستم ایمنی ضعیف بیشتر است.

علائم ویروس جدید کرونا

در معمولی‌ترین حالت ویروس کرونا باعث سرماخوردگی می‌شود اما در مواردی باعث سندروم حاد تنفسی یا همان "سارس" می‌شود. نشانه‌های ابتلا به این ویروس در انسان تب، سرفه، نفس نفس زدن و تنگی نفس است.

ویروس کرونا چگونه گسترش می‌یابد؟

ویروس کرونا مانند سایر ویروس‌ها (مثل سرماخوردگی) وقتی فرد سرفه می‌کند یا عطسه می‌کند، ویروس از طریق قطرات گسترش می‌یابد. همچنین هنگامی که شخصی یک سطح آلوده مانند دسته درب را لمس کند، می‌تواند پخش شود.

بیمارستانها همچنین مکانهای اصلی برای گسترش ویروس هستند جایی که یک بیمار بسیاری از افراد را آلوده می‌کند. هنگامی که بیماران با علائم مبهم تنفسی به بیمارستان می‌آیند، ممکن است کارکنان بیمارستان ندانند که باید احتیاط‌های خاصی از جمله استفاده از ماسک یا دور نگه داشتن آنها از سایر بیماران را انجام دهند. ویروس‌های کرونا معمولاً از طریق یک فرد آلوده به دیگران منتقل می‌شوند.



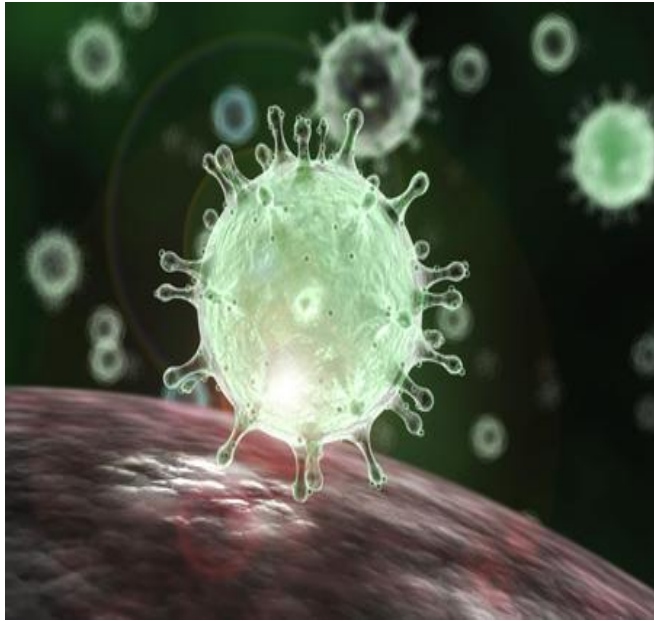
راه‌های انتقال ویروس کرونا چیست؟

- * هوا (به دلیل پخش ذرات ویروسی ناشی از سرفه یا عطسه).
- * تماس نزدیک با فرد آلوده (لمس کردن سر و صورت فرد آلوده یا دست دادن با او).



معاونت برنامه ریزی و توسعه سرمایه انسانی
اداره کل سرمایه انسانی
اداره ارزشیابی و توانمندسازی کارکنان
امور آموزش و توانمندسازی

ویروس کرونا



خود مراقبتی، مهم ترین کلید ایمنی در برابر ویروس کرونا

بهمن ماه ۹۸

شماره ۱۰۴

- اشیاء و سطوح را تمیز و ضد عفونی کنید.
- به اندازه کافی استراحت کنید.
- مایعات زیاد بنوشید.
- فراموش نکنید که به کودکان یا نوجوانان زیر ۱۹ سال اسپرین ندهید.
- بخوردادن با آب داغ یا استفاده از دستگاه بخور می تواند به تسکین گلودرد و خراشیدگی آن کمک کند.
- اگر شرایط حاد بود، حتما به پزشک مراجعه کنید.

ویروس کرونا چگونه متوقف می شود؟

واکسنی برای این ویروس وجود ندارد، بنابراین تنها راه جلوگیری از سرایت آن تشخیص زودهنگام و درمان بیمار در قرنطینه است. باید به دنبال افرادی گشت که با بیماران این ویروس در تماس بوده اند و آنها را زیر نظر گرفت. در قدم بعدی باید محدودیت های مسافرتی ایجاد کرد و از گردهمایی های عمومی جلوگیری کرد.



منبع جهت کسب اطلاعات بیشتر:

همه چیز در رابطه با کرونا ویروس جدید

سایت دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان فارس

* لمس سطح یا شیئی که ذرات ویروسی روی آن وجود دارند (این ذرات روی دستها می نشینند و قبل از شستن دستها با دستزدن به دهان، بینی یا چشمها وارد بدن می شوند).

* به ندرت، آلودگی با مدفوع.

چگونه از خود در برابر ویروس کرونا محافظت کنیم؟

در حال حاضر هیچ واکسنی برای محافظت از شما در برابر ویروس کرونا انسانی موجود نیست. ممکن است با انجام موارد زیر بتوانید خطر ابتلا به عفونت را کاهش دهید:

- دستان خود را حداقل به مدت ۲۰ ثانیه با صابون و آب بشویید.
- از دست زدن به چشم، بینی یا دهان خودداری کنید.
- از تماس نزدیک با افرادی که مریض هستند خودداری کنید.
- هنگام سرفه یا عطسه دهان خود را با یک دستمال بپوشانید، سپس دستمال را درون سطل زباله بیندازید.
- اشیاء و سطوحی که اغلب لمس می شود را تمیز و ضد عفونی کنید.

• اگر بیمار هستید و فکر می کنید ممکن است علت آن مسافرت به منطقه آلوده به ویروس کرونا یا تماس با شخصی باشد که در آنجا بوده است، باید به یک پزشک اطلاع دهید و به دنبال درمان زودهنگام باشید.

چگونه از دیگران در برابر ویروس کرونا محافظت کنیم؟

اگر علائمی مانند سرماخوردگی دارید، با انجام موارد زیر می توانید از دیگران محافظت کنید:

- در حالی که بیمار هستید در خانه بمانید.
- از تماس نزدیک با دیگران خودداری کنید.
- هنگام سرفه یا عطسه، دهان و بینی خود را با یک دستمال بپوشانید، سپس دستمال را درون سطل زباله ریخته و دستان خود را بشویید.