

Informationen zu Covid-19 auf Farsi در مورد بیماری کرونا چه باید بدانید؟

اگر علائمی مثل تب و سرفه داشته باشید باید فوراً خود را ایزوله کنید و سریعاً به دنبال مراقبت های پزشکی باشید. افرادی که با شخص مبتلا به کرونا تأیید شده در ارتباط بوده اند نیز باید سلامت خود را کنترل کرده و به پزشک مراجعه کنند.

اگر چه کرونا ویروس نگران کننده است اما همه افرادی که علائمی مثل تب، سرفه، گلودرد و یا خستگی را دارند احتمال دارد که سرماخوردگی و یا بیماری تنفسی دیگری داشته باشند نه کرونا ویروس.

کرونا ویروس چیست؟

کرونا ویروس میتواند انسان و حیوان را بیمار کند.

بعضی کرونا ویروس ها میتوانند باعث بیماری مشابه با سرماخوردگی معمولی شوند و برخی دیگر میتوانند باعث بیماریهای جدی تر مانند سندرم شدید تنفسی حاد (اس آ آر اس) و یا سندرم تنفسی خاورمیانه (ام ایی آر اس) شوند. اما این کرونا ویروس جدید (کوید/19) نام دارد و باعث بیماری کرونا میشود.

چگونه کرونا گسترش می یابد؟

کرونا ویروس بدین طریق از فردی به فردی دیگر منتقل میشود:

- وقتی یک فرد مبتلا به عفونت در تماس نزدیک با فرد دیگری باشد.

- تماس نزدیک با کسی که کرونای تأیید شده دارد و سرفه و عطسه میکند.

- لمس کردن اشیاء یا سطوح (مانند دستگیره درها یا میزها ...) که از سرفه یا عطسه فرد مبتلا به کرونای تأیید شده آلوده شده اند و بعد از لمس کردن مالیدن دستان به صورت، دهان و یا چشمان.

- بیشتر انتقال بیماری در صورت دیدن علائمی مانند سرفه، گلودرد، خستگی و تنگی نفس از فردی به فرد دیگر منتقل میشود.

چگونه میتوانیم از پخش کرونا ویروس جلوگیری کنیم؟

- تمرین بهداشت دست و بهداشت عطسه و سرفه بهترین راه پیشگیری است:

- قبل و بعد از غذا و بعد از رفتن به توالت دستان خود را خوب با آب و صابون بشویید.

- سرفه و عطسه خود را بپوشانید و دستمال کاغذی ها را دور ریخته واز ماده ضد عفونی کننده الکل دار برای دست استفاده کنید.

- اگر حالتان خوب نیست از تماس با دیگران خوداری کنید (به اندازه یک متر کنیم از دیگران فاصله بگیرید).

چه کسی باید قرنطینه (ایزوله) شود؟

کسانی که از کشورها یا مناطقی که کرونا ویروس در آنها تأیید شده است برگشته اند.

کسانی که با فرد مبتلا به کرونا در تماس نزدیک بوده اند.

ایزوله شدن یا قرنطینه در خانه خود به چه معنی است؟

افرادی که باید ایزوله شوند حتماً باید در خانه بمانند و نباید در مکان های عمومی از جمله محل کار، مدرسه، مرکز مراقبت از کودکان (کیتا و کیندرگارتن) یا دانشگاه حضور پیدا کنند.

Informationen zu Covid-19 auf Farsi

و از رفت و آمد با افراد دیگر باید خودداری کنند فقط افرادی که در خانه آنها زندگی میکنند باید در خانه باشند.

به بازدیدکنندگان اجازه ندهید به داخل خانه بیایند.

در صورت امکان از دیگران مانند دوستان یا اعضای خانواده که نیازی به ایزوله شدن ندارند بخواهید که مواد غذایی و سایر وسایل مورد نیاز شما را برایتان تهیه کنند.

اگر مجبور شدید از خانه خارج شوید مانند مراجعه به پزشک صورت خود را با ماسک بپوشانید.

در صورت بروز علائم چه کاری میتوانم انجام دهم؟

در صورت مشاهده علائم (تب، سرفه، گلودرد، خستگی یا تنگی نفس) 14 روز پس از خروج از کشور یا منطقه ای که میزان خطر بالای کروناویروس در آنها تایید شده

و یا مشاهده علائم 14 روز پس از ارتباط با شخص مبتلا به کروناویروس بوده است.

در این صورت باید سریعاً پزشک شما را ارزیابی کند.

قبل از رسیدن به مرکز درمانی (درمانگاه یا بیمارستان) تلفن کنید و تاریخچه سفر خود را بگویید و یا اینکه اطلاع دهید که شما با یک فرد مبتلا به کروناویروس در ارتباط بوده اید.

شما باید در خانه خود و یا مراکز درمانی بمانید تا زمانی که پزشک و یا مقامات بهداشت عمومی به شما اعلام کنند که برگشتن به فعالیت های معمولی بیخطر است.

چه کسی بیشتر در معرض خطر است؟

برخی از افراد که آلوده شده اند ممکن است اصلاً بیمار نشوند.

برخی علائم خفیفی را تجربه را میکنند که به آسانی بهبود می یابند

و برخی دیگر خیلی سریع و شدید مریض میشوند.

افراد که در معرض خطر جدی قرار دارند عبارتند از:

افراد که مشکل سیستم ایمنی دارند مثل افراد مبتلا به سرطان.

افراد مسن

افراد که بیماری های مزمن و طولانی دارند که توسط پزشک تشخیص داده شده.

کودکان خیلی کوچک و نوزادان

افراد در محیط های مسکونی گروهی زندگی و یا کار میکنند

افراد در بازداشتگاه ها.

البته نقش انتقال از کودکان و خطر برای آنان کاملاً مشخص نیست. چون تا کنون نسبت کودکان مبتلا شده به جمعیت افراد مبتلا به کرونا کم بوده است.

چگونه این ویروس درمان میشود؟

هیچ درمان خاصی برای کرونا ویروس وجود ندارد. آنتی بیوتیک ها در برابر ویروس موثر نیستند. بیشتر علائم را میتوان با مراقبت های پزشکی حمایت و درمان کرد.

Informationen zu Covid-19 auf Farsi

آیا باید ماسک بپوشم؟

اگر سالم هستید نیازی به پوشیدن ماسک ندارید. در حالیکه استفاده از ماسک میتواند از انتقال بیماری از بیماران آلوده به افراد دیگر جلوگیری کند اما ماسک برای استفاده افراد سالم جامعه برای پیشگیری از عفونت هایی مانند کروناویروس توصیه نمیشود