

کرونا را بهتر بشناسیم

ویروس کرونا طیف بسیار گسترده‌ای از ویروس‌های سرماخوردگی تا سندروم حاد تنفسی (سارس) را در بر می‌گیرد. این ویروس مشترک بین حیوان و انسان است بطوریکه آخرین یافته‌ها حاکی از آن است که خفاش عامل شیوع بیماری کنونی می‌باشد. این ویروس به سادگی قابل انتقال است..

علائم:

در مراحل ابتدایی: سرفه‌های خشک، سردرد، تب خفیف

در مراحل پیشرفته‌تر: عفونت‌های ریوی و مشکلات تنفسی حاد به حدی که آنقدر سرفه تولید می‌کند که افراد برای تنفس اکسیژن کم می‌آورند، دردهای شدید ماهیچه‌ای، اختلال در تنفس، علائم گوارشی (اسهال و استفراغ)، خونریزی داخلی

در نهایت می‌تواند در بعضی از افراد منجر به مرگ شود.

ویروس کرونا چه افرادی را در معرض خطر قرار می‌دهد؟

این ویروس این توانمندی را دارد که بیماری‌هایی از شدت کم تا زیاد را ایجاد کند ممکن است فرد علائم خفیفی از بیماری را داشته باشد و به زندگی عادی ادامه دهد.

معمولاً افرادی با بیماری‌های زمینه‌ای خاص دارای نقص سیستم ایمنی، سالخوردگان و بچه‌ها بیشتر در معرض خطر هستند.

نکات قابل توجه:

۱- کرونا مرز نمی‌شناسد و احتمال شیوع و اپیدمی آن در ایران نیز وجود دارد.

۲- هر فرد آلوده می‌تواند ۲/۵ نفر دیگر را آلوده کند.

۳- کرونا ویروس، باکتری نیست پس نیاز به آنتی بیوتیک ندارد.

۴- در حال حاضر واکسن یا درمان قطعی وجود ندارد و پیشگیری لازم و واجب می‌باشد.

بدین منظور رعایت موارد بسیار ساده زیر می‌تواند از شیوع این ویروس بکاهد.

۱- شستن مداوم دست‌ها

۲- عدم دست دادن و روبوسی کردن

۳- استفاده از وسایل شخصی

- ۴- استفاده از ماسک در اماکن عمومی و پرازدحام و محیط‌های سر بسته
- ۵- استفاده از غذاهای کاملاً پخته شده در شرایط بهداشتی و تهیه از مراکز معتبر
- ۶- حتی الامکان ضد عفونی کردن مکان زندگی و کار به صورت مداوم
- ۷- دستیابی به اطلاعات فقط از خبرگزاری‌های رسمی کشور
- ۸- عدم تماس با افرادی که دارای علائم بیماری هستند
- ۹- عدم تماس با حیوانات خانگی و غیره
- ۱۰- پرهیز از ایجاد هرگونه شایعه و شبهه
- ۱۱- ارتقاء کیفیت سیستم ایمنی بدن با استفاده از مواد غذایی سالم و طبیعی مانند سبزیجات
- ۱۲- به محض بروز هر نوع علامت در شخص سریعاً به نزدیک‌ترین بیمارستان مراجعه گردد.