

## کرونا ویروس:

ویروسهای کرونا گروه بزرگی از ویروسها هستند که میتوانند حیوانات و انسانها را آلوده کنند و باعث بروز ناراحتیهای تنفسی شوند؛ این ناراحتیها ممکن است به اندازه سرماخوردگی خفیف یا به اندازه ذات الریه شدید باشند. در موارد نادر، ویروسهای کرونای حیوانی، انسانها را آلوده میکنند و سپس بین آنها سرایت پیدا میکنند.

### منشاء ویروس کرونا از چیست؟

دو گونه مار با نامهای «کریک چینی» و «کبرای چینی» ممکن است منشأ اصلی ویروس تازه کشف شدهی کرونا باشند که این زمستان به شیوع عفونت تنفسی کشنده در چین منجر شده است. این بیماری که نخستین بار در دسامبر ۲۰۱۹ در ووهان، یکی از شهرهای بزرگ مرکز

چین گزارش شد.

### علائم ویروس کرونا چیست؟

علائم معمول گونهی جدید ویروس کرونا (nCoV) که بیش از صدها نفر را مبتلا کرده است و طبق گفتهی سازمان بهداشت جهانی، ممکن است ۲ تا ۱۴ روز پس از مواجهه با آن در فرد ظاهر شود، عبارت است از:

- ❖ تب یا لرز
- ❖ سردرد
- ❖ سرفه، گلودرد، انسداد بینی یا آبریزش بینی
- ❖ از دست دادن ناگهانی حس چشایی یا بویایی
- ❖ تنگی نفس یا مشکل در تنفس

❖ حالت تهوع، استفراغ یا اسهال

❖ سرگیجه، یا درد عضلات یا بدن

با توجه به نوع کروناویروس، علائم میتواند از نشانههای سرماخوردگی عادی تا تب، سرفه، تنگی نفس و مشکلات حاد تنفسی باشد. همچنین بیمار ممکن است سرفههای چند روزه ظاهراً بدون دلیل نیز داشته باشد. کروناویروس مرس، برخلاف سارس، نه تنها دستگاه تنفس بلکه ارگانهای حیاتی دیگر بدن مثل کلیه و کبد را نیز درگیر میکند. در موارد حاد مشکلات

گوارشی نظیر اسهال، نارسایبی حاد تنفسی، اختلالات انعقادی خون و نارسایبی کلیه نیز گزارش شدهاست که این مورد میتواند بیمار را به همودیالیز نیازمند کند.



### ویروس کرونا چگونه منتشر میشود؟

طبق اعلام مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریها، ویروس کرونای انسانی معمولاً از طریق فرد آلوده به دیگران و بهواسطهی هوا به صورت عطسه و سرفه، تماس نزدیک مثلاً دست دادن منتقل و منتشر میشود. این ویروس

میتواند توسط لمس شیء یا سطحی که ویروس روی آن است و سپس لمس کردن دهان، بینی یا چشمها قبل از شستن دستها نیز انتقال پیدا کند.

### آیا ویروس کرونا میتواند سبب مرگ شود؟

عفونت ویروس کرونا در موارد شدیدتر میتواند سبب سینهپهلو، سندرم حاد تنفسی، نارسایبی کلیوی و حتی مرگ شود.

### چگونه از ابتلا به ویروس کرونا پیشگیری کنیم؟

سازمان بهداشت جهانی دستورالعملهایی به کشورها ارائه داده است که چگونه برای مقابله با ویروس کرونا آماده شوند، از جمله کنترل بیماری و درمان بیماران. این دستورالعمل شامل برنامه هایی برای آزمایش نمونهها، درمان بیماران، کنترل عفونت در مراکز درمانی، در اختیار داشتن تجهیزات لازم و اطلاع رسانی به عموم در مورد این ویروس جدید میشود. سازمان بهداشت جهانی توصیه میکند

- افراد باید از تماس نزدیک با هر کسی که علائم بیماریهای تنفسی مانند سرفه و عطسه را دارد اجتناب کنند.
- ماسک زدن

ماسکها به خوبی میتوانند جلوی برخی از میکروبها را پیش از اینکه به دهان یا بینیتان برسند بگیرند. از همه مهمتر، ماسک میتواند باعث شود دهان و بینی خود را لمس نکنید (خیلی از افراد ناخودآگاه بارها و بارها این کار را میکنند).

- دستهایتان را ضدعفونی کنید



بیمارستان

سیدالشهدا (ع) - قادر آباد

## ویروس کرونا

ویروس کرونا: علائم اصلی



کد سند: SSH-BGC-PE-۰۳

ویرایش: ۲ بازنگری: ۲

گردآورنده: آزاده خسروانیان کارشناس پرستاری

سرپرست علمی: دکتر سید رضا سراج

بهار ۱۴۰۱

تایید مسئول علمی بخش	تایید واحد آموزش سلامت

### عفونت به ویروس کرونا چگونه درمان می‌شود؟

درمان خاصی برای عفونت به ویروس کرونا انسان وجود ندارد و بیشتر افراد خود به خود درمان خواهند شد. در صورتی که فرد دچار مشکل تنفسی شده است باید حتماً به دکتر مراجعه کنند. برای تسکین علائم اقداماتی می‌توانید انجام دهید:

- داروی ضد تب و درد مصرف کنید (به کودکان اسپرین ندهید)
- از دستگاه بخور یا دوش آب گرم برای تسکین گلورد و سرفه استفاده کنید.
- مایعات زیاد بنوشید و زیاد استراحت کنید.

منابع:

1. <https://article.tebyan.net>
2. «corona - Wiktionary». دریافت شده در ۲۵-۰۲-۲۰۲۰. [en.wiktionary.org](http://en.wiktionary.org)
3. "Coronavirus". [www.who.int](http://www.who.int). Retrieved 2020-01-23

همان راه حل ساده‌ی روزانه برای تمیز کردن دست‌ها یعنی شستشو با آب و صابون نیز برای ضدعفونی کردن دست‌ها کافی است، البته باید شستشو را به درستی و کامل انجام دهید.

- عطسه و سرفه کردن هم آداب دارد
- پزشکان توصیه می‌کنند وقتی عطسه و سرفه می‌کنید، جلوی دهان و بینی خود را با داخل آرنجتان یا با یک دستمال بگیرید، اما بعداً آن را فوراً دور بیندازید و دست‌ها را بشویید. البته لازم نیست لباستان را دور بیندازید، کافی است آن‌ها را به طور مرتب بشویید.
- از افراد بیمار دوری کنید از افرادی که سرفه و عطسه می‌کنند (حداقل یک متر) فاصله بگیرید
- این هم یک توصیه‌ی دیگر که ممکن است برای همه کاربرد نداشته باشد: از تماس نزدیک با هر کسی که تب دارد و سرفه می‌کند خودداری کنید. اگر مجبورید با فرد یا افراد بیمار تماس داشته باشید، توصیه‌های مراقبتی بهداشتی را دو چندان رعایت کنید.
- اگر احساس می‌کنید تب دارید هر چه زودتر به پزشک مراجعه کنید اگر تب دارید، سرفه می‌کنید یا به سختی نفس می‌کشید هر چه سریع‌تر خود را به پزشک برسانید. از تماس با دیگران و امکان عمومی پرهیز کنید تا دیگران را مبتلا نکنید و ضمناً به پزشکتان بگویید طی روزهای گذشته به کجاها سفر کرده‌اید.
- از تماس با حیوانات خودداری کنید
- از تماس با حیوانات و هر سطحی که حیوان با آن تماس داشته خودداری کنید.
- محصولات حیوانی را کاملاً پخته مصرف کنید
- گوشت را کاملاً بپزید. مصرف گوشت نیم‌پز، شیر غیرپاستوریزه یا دل و جگری که از جایی غیر معتبر تهیه شده خطرناک است چون ممکن است این محصولات آلوده به ویروس باشند.