

بیماری ویروس کرونا (کووید-۱۹)

کووید-۱۹ چیست؟

ویروسهای کرونا خانواده بزرگی از ویروسها هستند. برخی از آنها میتوانند باعث بیماری در انسان و برخی دیگر می توانند باعث ایجاد بیماری در حیوانات شوند. به ندرت ویروس کرونای حیوانی می تواند باعث ایجاد بیماری در انسان ها شود و احتمال انتقال این ویروسها از فردی به فرد دیگر در اثر تماس نزدیک بسیار کم است. اخیراً، یک ویروس کرونای جدید در شهر ووهان چین پیدا شده است که به آن بیماری ویروس کرونا یا کووید-۱۹ می گویند.

نحوه انتقال/انتشار

کووید-۱۹ می تواند از طریق تماس مستقیم فرد سالم با قطرات تنفسی که از سرفه و یا عطسه فرد بیمار منتشر می شود، انتقال یابد. این قطرات می توانند تا ۲ متر / ۶ فوت حرکت کنند. همچنین امکان دارد فرد سالم از طریق تماس با سطوح یا اشیایی که آلوده به ویروس هستند و سپس لمس دهان، بینی یا چشم های خود به کووید-۱۹ مبتلا شود.

علائم و نشانه ها

کسانی که به ویروس کووید-19 مبتلا هستند ممکن است علائم خفیف و یا هیچ نوع علائمی نداشته باشند. ممکن است متوجه نشوید که علائم بیماری کووید-19 را دارید زیرا علائم آن مشابه سرما خوردگی و انفلوانزا است. بعد از فرار گرفتن در معرض این ویروس ممکن است تا 14 روز طول بکشد که بیماری علائم خود را بروز دهند.

برخی از علائم کووید-۱۹ عبارتند از:

- تب
- سرفه / عطسه
- درد ماهیچه و خستگی
- تنگی نفس
- ندرتاً علائم گلو درد، سردرد، و اسهال نیز گزارش شده است.

افراد مسن و افرادی که بیماریهای مزمن دارند در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به نوع شدید این بیماری می باشند.

آزمایش

سیستم درمانی الویت آزمایش را برای افرادی قرار داده است که به آن نیاز بیشتری دارند. الزامی به آزمایش همه افراد نمی باشد.

درمان

درمان ویژه ای برای کووید-۱۹ وجود ندارد. بیمارانی که به کووید-۱۹ مبتلا شده اند باید تحت مراقبت های حمایتی قرار گیرند تا علائم بیماری در آنها تخفیف یابد. افرادی که مبتلا به نوع شدید بیماری شوند، ممکن است لازم باشد که در بیمارستان بستری شوند.

پیشگیری

در حال حاضر واکسنی برای کووید-۱۹ وجود ندارد. بهترین راه برای پیشگیری، اجتناب از آلوده شده به این ویروس می باشد. اقدامات پیشگیرانه عبارتند از:

- فاصله فیزیکی با افراد دیگر که 2 متر / 6 فوت است را رعایت کنید.
- مرتب دستهای خود را با آب و صابون بشویید و یا از مواد ضد عفونی کننده دستها که حاوی الکل هستند، استفاده کنید.
- از لمس چشمها، بینی، و دهان خود با دستهای نشسته بپرهیزید.
- از تماس نزدیک با افراد بیمار خودداری کنید.
- اگر بیمار هستید، در خانه بمانید.
- در دستمال کاغذی سرفه و یا عطسه کنید و فوراً آنرا به سطل زباله بیندازید و دستهای خود را تمیز کنید.
- اگر دستمال کاغذی ندارید، در آستین لباس و یا بازوی خود سرفه و یا عطسه کنید.

- با مواد تمیز کننده خانگی سطوح و اشیایی را که در معرض تماس مداوم هستند، تمیز و ضد عفونی کنید.
- دولت کانادا به کانادایی ها توصیه می کند که از هر سفر غیر ضروری به خارج از کانادا تا اطلاع ثانوی خودداری کنند.

توصیه برای افرادی که اخیراً خارج از کانادا بوده اند

دولت کانادا اقدامات ضروری را وضع کرده است که به موجب آن همه افرادی که به کانادا وارد می شوند باید 14 روز در قرنطینه بمانند حتی اگر علائم بیماری کووید-19 را نداشته باشند. در انتاریو، قانون آنرا لازم الاجرا کرده است. برای کسب آخرین اطلاعات در این خصوص، لطفاً وب سایت آژانس بهداشت عمومی کانادا - ویروس کرونا (کووید-19): راهنمای سفر را مطالعه کنید. (<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection/latest-travel-health-advice.html>)

ایزوله سازی یا قرنطینه فردی

افرادی که مبتلا به کووید-19 هستند، افرادی که مشکوک به ابتلا به کووید-19 هستند، و همچنین افرادی که در تماس نزدیک با فردی که مبتلا به این بیماری است بوده اند و افرادی که از مسافرت خارج از کشور به کانادا بازگشته اند، می بایست خود را ایزوله یا قرنطینه کنند. برای اطلاعات بیشتر به لینکهای زیر مراجعه کنید:

- چگونه خود را ایزوله کنید (برای افرادی که دارای علائم بیماری هستند)
 - https://www.toronto.ca/wp-content/uploads/2020/03/960f-How-to-Self-Isolate-with-Symptoms_EN.pdf
- چگونه خود را ایزوله کنید (برای افرادی که علائم بیماری ندارند)
 - https://www.toronto.ca/wp-content/uploads/2020/03/95f0-How-to-Self-Isolate-No-Symptoms_EN.pdf

اطلاعات بیشتر

شهرداری تورنتو. ویروس کرونای جدید (کووید-19)

- City of Toronto. Novel Coronavirus (COVID-19): <https://www.toronto.ca/community-people/health-wellness-care/diseases-medications-vaccines/coronavirus/>
- آژانس بهداشت عمومی کانادا. بیماری ویروس کرونا (کووید-19)
- Public Health Agency of Canada. Coronavirus disease (COVID-19): <https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection.html>