

## پاسخ به سوالات رایج عمومی در خصوص کووید ۱۹

ویرایش دوم ۱۳۹۹/۰۸/۲۵

### ۱- ویروس کرونا چیست؟

ویروس‌های کرونا خانواده بزرگی از ویروس‌ها هستند که می‌توانند حیوانات و انسان‌ها را بیمار کنند. تعداد زیادی از ویروس‌های کرونا که تاکنون شناخته شده‌اند، موجب ابتلا به طیفی از عفونت‌های دستگاه تنفسی در انسانها می‌شوند. که از سرماخوردگی تا ابتلا به بیماری‌های شدیدتری مثل سندروم تنفسی خاورمیانه (مرس- MERS) و سندروم تنفسی حاد (سارس- SARS) متغیر هستند. ویروس کرونایی که به تازگی کشف شده است عامل ابتلا به بیماری کووید-۱۹ است.

### ۲- اولین و مهمترین علامت ابتلا به بیماری کرونا چیست؟

این بیماری عمدتاً با لرز، بدن درد، گلودرد و سرفه ی خشک با یا بدون تب بروز می‌یابد. تعدادی از بیماران نیز علائمی مانند اسهال، درد شکم، سردرد، تعریق، گرفتگی بینی و آبریزش بینی دارند. همچنین در برخی از بیماران فقط تب و خستگی خفیف (و غیره) بروز پیدا می‌کند. بیمارانی که این بیماری در آنها شدت می‌یابد، دچار مشکل تنفسی و تنگی نفس می‌شوند. لازم به ذکر است در برخی از بیماران ممکن است از دست دادن حس بویایی و چشایی اتفاق افتاده که پس از یک تا دو هفته بهبود یابد.

### ۳- هنگام بروز علائم، مراجعه زودرس به پزشک چه اهمیتی دارد؟

تشخیص سریعتر بیماری باعث می‌شود که هم فرد مبتلا کمتر باعث انتقال آن در جامعه شود و همچنین توجه بیشتر به علائم هشدار و شروع سریعتر درمان شانس بهبودی را افزایش دهد. باید توجه داشت که در شرایط همه گیری یک ویروس، میبایست اولین شک ابتلا به همان ویروس باشد.



#### ۴- چه علائمی را در ارتباط با بیماری کووید ۱۹ باید جدی گرفت؟

هنگام بروز هر نوع علائم تنفسی حتی علائم مشابه حساسیت فصلی و سرماخوردگی ساده مانند آبریزش بینی، گلودرد، عطسه، سرفه و ... تا زمان تمام شدن همه‌گیری، اولین شک باید کووید ۱۹ باشد.

#### ۵- اگر تب نداشته باشیم کرونا نداریم؟

تب یکی از اصلی‌ترین علائم کووید-۱۹ است اما همان طور که بارها محققان هشدار دادند امکان درگیری با این بیماری به شکل بدون علامت وجود دارد، پس افراد می‌توانند تب نداشته باشند اما به کروناویروس مبتلا شوند.

#### ۶- علائم بالینی کرونا در پوست چیست؟

مهمترین علائم کرونا در پوست ضایعاتی شبیه به کهیر، بیماری‌های ویروسی و آبله مرغان است. وجود تب در افراد مهم است؛ یعنی اگر فردی به مراکز درمانی مراجعه کند و دارای تب باشد و علائم پوستی داشته باشد، باید به کرونا فکر کند. اگر فرد تب نداشته باشد اما علائم پوستی داشته باشد شاید خیلی مهم نبوده و مربوط به کرونا نباشد.

#### ۷- در چه افرادی باید احتیاطات (فاصله، ماسک و ...) را در نظر گرفت؟

با توجه به وجود دوره کمون ۲ تا ۱۴ روزه و قابلیت انتقال ویروس در این دوران و حتی پس از آن، می‌بایست مراودات اجتماعی کاهش یافته و نسبت به همه افراد استفاده از ماسک و سایر توصیه‌های احتیاطی و بهداشتی در نظر گرفته شود.

#### ۸- کرونا در چه شرایطی خطر آسیب جدی و مرگ دارد؟

با توجه به شرایط بدنی متفاوت در افراد مختلف، می‌تواند از علائم یک سرماخوردگی ساده تا علائم شدید و خطر مرگ را برای همه افراد و طیف‌های سنی در بر داشته باشد. این علائم معمولاً خفیف هستند و شروع آن‌ها



تدریجی است. همچنین میزان ورود اولیه ویروس به بدن تاثیر بسزایی در شدت علائم دارد. همین امر اهمیت زدن ماسک و رعایت اصول پیشگراانه را در جهت کاهش مرگ و میر می رساند.

برخی از افراد مبتلا ممکن است هیچ یک از علائم بیماری را تجربه نکرده و احساس ناخوشی نکنند. به هر حال در سالمندان، افرادی که بیماری‌های زمینه‌ای مثل فشار خون بالا، دیابت، بیماری‌های قلبی، نقص ایمنی، سابقه بدخیمی، BMI بالا و ... دارند، احتمال وخامت بیماری بیشتر است.

### **۹- چه کسانی به کرونا مبتلا نمی شوند؟**

هیچ فردی از پیش در برابر بیماری کرونا (-COVID-۱۹) مصون نیست. بر خلاف تصور عموم، احتمال ابتلا به این بیماری در کودکان نیز وجود دارد اما در اغلب موارد علائم بیماری در کودکان خفیف است. عوارض جدی این بیماری عمدتاً در افراد مسن و یا افراد با سابقه بیماری‌های زمینه‌ای می‌تواند رخ دهد.

### **۱۰- کووید-۱۹ چگونه منتقل می‌شود؟**

این بیماری می‌تواند از طریق قطره‌هایی که با سرفه یا بازدم از دهان و بینی فرد مبتلا به کووید-۱۹ به اطراف پخش می‌شود، به دیگران نیز سرایت کند. این قطره‌ها بر وسایل و سطوح اطراف فرد بیمار پخش می‌شود سپس سایر افراد با دست زدن به این وسایل یا سطوح آلوده و لمس چشم‌ها، دهان و بینی، به کووید-۱۹ مبتلا می‌شوند. به همین دلیل، مهم است که همه افراد فاصله یک تا یک و نیم متر را با دیگران حفظ نمایند.

### **۱۱- آیا ویروسی که عامل ابتلا به کووید-۱۹ است از طریق هوا منتقل می‌شود؟**

تا امروز مطالعات نشان داده‌اند که روش اصلی انتقال ویروس عامل کووید-۱۹، از طریق تماس با قطره‌های تنفسی است و نه از طریق هوا.

### **۱۲- آیا کووید-۱۹ از فرد فاقد علائم بیماری، به دیگران منتقل می‌شود؟**

راه اصلی انتشار این بیماری، از طریق قطره‌های تنفسی است که با سرفه‌های فرد مبتلا در محیط پخش می‌شود. احتمال ابتلا به کووید-۱۹ از طریق تماس با فردی که هیچ علائمی ندارد، کم است. البته، بسیاری از مبتلایان به



کووید-۱۹، به ویژه در مراحل ابتدایی بیماری، علائم خفیف دارند. به هر حال توصیه به رعایت نکات بهداشتی در برخورد با همه افراد جامعه توصیه می گردد.

### **۱۳- آیا ممکن است از طریق مدفوع فرد بیمار، به کووید-۱۹ مبتلا بشویم؟**

به نظر می رسد که احتمال انتقال کووید-۱۹ از طریق مدفوع افراد مبتلا، کم است. اگرچه تحقیقات اولیه نشان می دهد که در برخی موارد ویروس ممکن است در مدفوع وجود داشته باشد ولی با این حال انتشار ویروس از طریق مدفوع ویژگی اصلی شیوع این بیماری نیست.

به هر حال، وجود خطر انتقال از طریق مدفوع، دلیل مضاعفی است تا دست ها را مرتباً بعد از استفاده از توالت و قبل از غذا خوردن بشوییم. این مورد برای صنف های خاص مانند آشپزخانه و رستوران ها اهمیت بیشتری دارد.

### **۱۴- آیا آنتی بیوتیک ها در جلوگیری یا درمان این بیماری مؤثر هستند؟**

خیر. آنتی بیوتیک ها هیچ تأثیری در جلوگیری از ابتلا به بیماری های ویروسی ندارند و فقط در درمان عفونت های باکتریایی مؤثر هستند. بیماری کووید-۱۹ نیز عامل ویروسی دارد، بنابراین آنتی بیوتیک بر آن بی تأثیر است. آنتی بیوتیک ها فقط باید با تجویز پزشک برای درمان عفونت های باکتریایی استفاده شوند.

### **۱۵- آیا شدت بیماری در افراد مختلف مبتلا مانند همدیگر است؟**

خیر! شدت بیماری در افراد مختلف با همدیگر متفاوت می باشد. این بیماری معمولاً به صورت یک سرما خوردگی ساده تا یک بیماری تنفسی حاد و کشنده بروز می کند. هر چند تعدادی از مبتلایان بهبود یافته و بر بیماری غلبه می کنند، با این وجود، برخی افراد به شدت بیمار می شوند و حتی ممکن است به دلیل عفونت، مشکلات تنفسی و ... جانشان به خطر بیفتد.



## ۱۶- آیا ویروس از مادر به جنین منتقل می شود؟

هنوز شواهد کافی مبنی بر انتقال ویروس در دوران بارداری از مادر به جنین یا تأثیر بالقوه این بیماری بر روی کودک وجود ندارد. این موضوع در حال حاضر در دست بررسی است. زنان باردار بایستی موارد احتیاطی لازم برای محافظت از خود در برابر این ویروس را به عمل بیاورند و چنانچه علائمی مانند تب، سرفه یا تنگی نفس در خود مشاهده کردند، سریعاً به پزشک مراجعه کنند

## ۱۷- در صورت وجود علائم در مادر دارای کودک شیرخوار چه کنیم؟

با توجه به مزایای تغذیه با شیر مادر و همچنین نقش کم‌رنگ شیر مادر در انتقال ویروس‌های تنفسی، می‌توانند شیردهی را ادامه دهند، مشروط بر این که به هنگام در آغوش گرفتن و نزدیک بودن به کودک (از جمله هنگام شیردهی) ماسک بزنند، دست‌ها را قبل و بعد تماس با کودک بشویند و سطوح آلوده را تمیز و ضدعفونی کنند. اگر مادر به شدت بیمار باشد، بایستی وی را به دوشیدن شیر تشویق کرد که در تمامی این مراحل نیز همان روش‌های جلوگیری از عفونت فوق‌الذکر را می‌بایست رعایت نماید.

## ۱۸- ویروس کرونا چگونه تشخیص داده می‌شود؟

در غالب بیماران ممکن است نمونه‌گیری لازم نباشد اما برای برخی بیماران، از نمونه مخاط گلو و بینی فرد مشکوک به ابتلا نمونه برداشته شده و به آزمایشگاه فرستاده می‌شود. نمونه معمولاً از کسانی گرفته می‌شود که طبق نظر پزشک علائم کووید ۱۹ را داشته باشند. همچنین آزمایش PCR و بررسی سلول‌های خون و سی تی اسکن ریه می‌تواند در ادامه تشخیص این بیماری کمک‌کننده باشد.

## ۱۹- بیمار مشکوک به چه کسی گفته می‌شود؟

هر بیماری که با علائم سرما خوردگی (آبریزش بینی، سرفه، عطسه، گلودرد، تب خفیف، بی‌حالی و ضعف) یا علائم آنفولانزا (تب بالا و ضعف و بی‌حالی شدید و ناگهانی) یا علائم حالت تهوع، سرگیجه و سردرد طولانی، درد سینه، تنگی نفس، از دست دادن بویایی و چشایی مراجعه می‌نماید مشکوک به کرونا می‌باشد.



این گونه افراد در اولین قدم باید خودشان را قرنطینه نموده و به پزشک مراجعه کنند و در صورت نیاز با انجام تست های تشخیصی تعیین تکلیف شوند که هم زودتر از بیماری خودشان مطلع شده و با استراحت، زودتر درمان شوند و هم از ابتلای دیگر افراد جلوگیری نمایند. پس مراجعه زود تر و تشخیص سریع تر بسیار اهمیت دارد.

## **۲۰- آیا بعد از ابتلا به این بیماری و بهبود آن، در مواجهه بعدی بدن می تواند به راحتی با آن مقابله کند؟**

خیر! در افراد زیادی گزارش ابتلای دوم و حتی سوم با علائم و وخامت بالاتر مشاهده شده است. به همین منظور تا زمان همهگیری این ویروس رعایت احتیاطات پیشگیرانه ضرورت دارد.

## **۲۱- چه افرادی لازم است که در قرنطینه خانگی بمانند؟**

افرادی که طی ۱۴ روز گذشته، با افراد مشکوک به این بیماری ارتباط نزدیک داشته اند. اگر افراد فوق، علائم مشکوک در مورد ابتلا به کووید ۱۹ را نشان دادند، باید خود را در خانه قرنطینه کرده و در صورت بروز علائم مشکوک به پزشک مراجعه کنند.

## **۲۲- در افراد مشکوکی که تست نداده اند چه زمانی می توان فرد را از قرنطینه خارج نمود؟**

اگر ۱۴ روز از بروز اولین علامت گذشته و یک هفته از رفع همه علائم گذشته باشد فرد می تواند از قرنطینه خارج شود. البته در صورت وجود علائم مرتبط با بیماری باید به پزشک مراجعه کند.

## **۲۳- مهمترین اقدامات در جهت پیشگیری از ابتلا به این ویروس چیست؟**

فقط هنگام ضرورت از خانه خارج شویم، در همه شرایط در بیرون از خانه ماسک بزنییم، فاصله اجتماعی را رعایت کنیم، بهداشت دست ها را با شستشو و ضدعفونی رعایت کنیم.

## **۲۴- در منزل با چه روشی بهداشت دست ها را رعایت کنیم؟**

بهترین روش رعایت بهداشت دست در منزل شستشوی دست ها با آب و صابون می باشد.



## ۲۵- از چه ماسکی باید استفاده شود؟

برای عموم مردم بجز کادر پزشکی و درگیر با بحران، توصیه می شود ماسک پزشکی یکبار مصرف استفاده کنند. برای عموم مردم در تمامی شرایط، بخصوص در مکان های پرجمعیت مانند بیمارستان ها، فرودگاه ها، ایستگاه های قطار، متروها، اتوبوس های عمومی هواپیماها، قطارها، سوپر مارکت ها، رستورانها و غیره و همچنین اعضای ارگان هایی همچون پلیس، نیروهای امنیتی، پیک ها و ... همین طور افرادی که در خانه دارای بیمار قرنطینه شده هستند، توصیه می شود از ماسک های جراحی پزشکی یا ماسک های محافظ ذرات مطابق با استانداردهای N۹۵ استفاده کنند.

همچنین در بیمارانی که تست کرونای آنها مثبت شده است استفاده از ماسک های فیلتر دار نباید استفاده شود و ماسک های بدون فیلتر یا جراحی توصیه می گردد.

## ۲۶- به چه مدت می توان از ماسک استفاده کرد؟

به طور کلی ماسک های جراحی پس از ۲ ساعت یا در صورت مرطوب شدن و ماسک N۹۵ پس از ۸ ساعت می بایست تعویض گردد. حتما باید به استفاده شخصی از ماسک توجه شود و پیش از ماسک زدن نیز بر اساس قواعد دستها شسته شده و در هنگام استفاده نیز از تماس با سطح داخلی ماسک خودداری گردد. همچنین در حین استفاده از ماسک از اقدام به برداشتن مکرر پرهیز کنیم و تماس دست با سطح خارجی ماسک نیز به هیچ عنوان نباید انجام گردد.

همچنین هر زمانی که ماسک به وسیله قطرات سرفه یا عطسه یا دیگر اشیا آلوده، آلوده شد یا هنگامی که ماسک دچار تغییر شکل، آسیب یا بوی خاص گردید، حتما باید به سرعت ماسک تعویض گردد.

## ۲۷- چگونه ماسک مصرف شده را دور بیندازیم؟

پس از گذشت مدت زمان توصیه شده می بایست به طرز صحیح آن را دور بیندازیم. بعد از استفاده آن را داخل کیسه ی پلاستیکی گذاشته، درب کیسه را بسته و به صورت جدا و بر اساس دستورالعمل های شهر خود دور بیندازید.

ماسک استفاده شده توسط افراد مشکوک به بیماری و پرسنل مراقبت و پرستاری از آنان، مانند زباله های عفونی بیمارستانی جمع آوری می شود. نکته قابل توجه پس از دور انداختن ماسک، این است که دست ها باید به روش استاندارد شسته شود.



## ۲۸- چقدر ضرورت دارد کودکان از ماسک استفاده کنند؟

به هر حال استفاده از ماسک در کودکان کار مشکلی است و نمی‌توان انتظار داشت به صورت کامل آن را رعایت کنند؛ بنابراین بهترین کار این است که از حضور کودکان در محل شلوغ و پرازدحام جلوگیری کنیم و در عین حال از تماس این گروه سنی با افراد مبتلا اجتناب شود.

## ۲۹- در منزل با چه روشی ضد عفونی کنیم؟

پوست را میتوان با مالیدن الکل روی آن ضد عفونی کرد. هنگام ضد عفونی دست با محلول های الکلی توجه به نحوه استاندارد مالیدن محلول به تمام دست ضروری می باشد.

سطوح و اشیا محیط خانه را می توان با استفاده از الکل ضد عفونی یا مواد ضد عفونی کننده دارای کلر پاک کرد.

## ۳۰- چطور در منزل محلول ضد عفونی کننده درست کنیم؟

### ❖ جهت محیط و سطوح معمولی

برای این امر از محلول های کلر با غلظت یک دهم درصد استفاده شود. برای تهیه این محلول باید یک سهم ماده سفید کننده تجاری (وایتکس) با غلظت ۵ درصد را به ۴۹ سهم آب سرد معمولی در ظرفی درب دار و ترجیحا پلاستیکی اضافه نمود. (به عنوان مثال به ازای یک پیمانه وایتکس ۴۹ پیمانه آب به آن اضافه شود) حداکثر زمان ماندگاری و قابل استفاده برای گندزدایی ۲۴ ساعت در نظر گرفته شود.

### ❖ جهت محیط و سطوح آغشته به ترشحات بیماران

برای این امر از محلول های کلر با غلظت نیم درصد استفاده می شود. برای تهی این محلول باید یک سهم سفید کننده تجاری (وایتکس) به غلظت ۵ درصد را به ۹ سهم آب سرد معمولی در ظرفی درب دار و ترجیحا پلاستیکی اضافه نمود. (به عنوان مثال به ازای یک پیمانه وایتکس ۹ پیمانه آب به آن اضافه شود) حداکثر زمان ماندگاری و قابل استفاده برای گندزدایی ۲۴ ساعت در نظر گرفته شود.





### ❖ نحوه تهیه الکل ۷۰ درجه برای ضد عفونی

بهترین غلظت برای میکروب کشی با الکل، غلظت ۷۰ درجه است. با توجه به اینکه الکل طبی موجود در بازار دارای غلظت ۹۶ درجه می باشد برای تهیه الکل ۷۰ درجه بایستی به ازای هر سه سهم الکل یک سهم آب مقطر یا آب جوشیده سرد شده اضافه نمود. ( به عنوان مثال به ازای سه پیمانه الکل طبی ۹۶ درجه یک پیمانه آب به آن اضافه شود.

### ۳۱- چه زمانی میبایست دست های خود را بشوئیم؟

پس از بازگشت از یک مکان عمومی، لمس لوازم عمومی، پس از عطسه و سرفه، پس از در آوردن ماسک، قبل و بعد از خوردن غذا، پس از لمس اشیاء آلوده نیاز است تا دست ها را با آب گرم و مایع دستشویی به صورت استاندارد بشوئیم. همچنین اگر در شرایطی قرار داشتیم که آب موجود نبود می توان از محلول های ضد عفونی کننده الکلی استفاده نمود. برای این محلول ها نیز روش استاندارد مالیدن محلول به تمام نقاط دست ضروری می باشد.

### ۳۲- آیا محصولات خریداری شده از سوپر مارکت نیاز به ضد عفونی دارند؟

لمس اشیای آلوده شده به ویروس کووید ۱۹ ممکن است باعث سرایت بیماری به داخل بدن شود. همچنین اگر تماسی بین دست با چشم، دهان و بینی ایجاد شود، ممکن است باعث انتقال غیر مستقیم ویروس شود. پس با رعایت بهداشت فردی نیازی به نگرانی بیش از حد نیست. توجه کنید محصولات قابل شستشو مانند کنسرو ها و .. با آب گرم و مایع ظرفشویی شسته شود و مابقی اقلام می بایست پس از خارج سازی، بسته بندی آن را درون سطل زباله درب دار قرار دهید و بلافاصله دستان خود را شسته و سطوح تماسی را ضد عفونی کنید.



### ۳۳- آیا غذای بیرون سالم و ایمن است؟ آیا به ضد عفونی احتیاج دارد؟

به طور کلی خوردن غذای بیرون به دلیل امکان آلودگی آن در زمان طبخ یا بسته بندی توصیه نمی شود. اما اگر مجبور به خرید آن شدید، باید از فروشگاه معتبر انتخاب و بصورت بیرون بر خرید کنید. تنها از این طریق می توان اطمینان حاصل کرد که خوردن غذا طبق اصول بهداشت و قرنطینه بوده علاوه بر آن به روش سالم تهیه شده است.

در ضمن اگر نگران خطر تماس و یا سرایت ویروس در حین تحویل غذا از پیک هستید، می توانید از او بخواهید که بسته را پشت در بگذارد و سپس خودتان بسته را بردارید. حتما پس از باز کردن بسته، آن را درون سطل زباله درب دار قرار داده و دستان خود را بشویید سپس غذا را میل کنید.

### ۳۴- آیا خشک کن های برقی دست برای از بین بردن ویروس کرونا می توانند موثر باشند؟

خشک کن های برقی برای از بین بردن ویروس کرونا نمی توانند مفید باشند. برای محافظت از خود در برابر ویروس جدید کرونا. می بایست مرتباً دستهای خود را با آب و صابون و یا محلول های الکلی شستشو داد.

### ۳۵- آیا لامپ های ضد عفونی کننده ماورای بنفش می توانند ویروس جدید کرونا را از بین ببرند؟

از اشعه ماورای بنفش نباید برای استریل کردن دست و یا نواحی دیگری از پوست استفاده کرد زیرا می تواند موجب تحریک و سوزش پوست شود.

### ۳۶- اسکنرهای حرارتی چقدر می توانند برای تشخیص افراد آلوده به ویروس کرونای جدید موثر باشند؟

اسکنرهای حرارتی در تشخیص افرادی که دارای تب ناشی از عفونت هایی به دلیل ویروس جدید کرونا می باشند می تواند مفید واقع شود. با این حال نمی توان به آنها اطمینان صد درصد داشت زیرا این اسکنرها نمی توانند افراد آلوده به ویروس جدید کرونا را که هنوز دچار تب نشده اند را تشخیص دهند زیرا بین ۲ تا ۱۰ روز زمان میبرد تا علائم تب در شخص مبتلا به کرونا ویروس جدید نمایان شود.



### ۳۷- آیا اسپری کردن الکل یا کلر بر روی سراسر بدن می تواند باعث از بین رفتن ویروس کرونا شود؟

خیر. نوشیدن یا اسپری کردن الکل، و یا کلر بر روی بدن نمی تواند باعث از بین رفتن ویروس هایی که بیشتر وارد بدن شما شده اند شود. اسپری کردن چنین موادی میتواند برای غشای مخاطی ( چشم و دهان و ... ) و لباس ها مضر باشد. توجه داشته باشید که هم الکل هم کلر برای ضد عفونی کردن سطوح می تواند مفید واقع شود اما باید طبق توصیه های مناسب از آنها استفاده کرد.

### ۳۸- آیا حیوانات خانگی در خانه می توانند منجر به گسترش و شیوع ویروس کرونای جدید شوند؟

در حال حاضر هیچگونه شواهدی مبنی بر اینکه حیوانات خانگی از قبیل سگ و گربه می توانند به ویروس کرونا جدید آلوده شوند وجود ندارد. با این حال بهتر است که بعد از تماس با حیوانات خانگی دستان خود را با آب و صابون شستشو دهید.

### ۳۹- آیا واکسن های ضد ذات الریه می تواند از شما در برابر ویروس کرونای جدید محافظت کند؟

خیر واکسن های مربوط به ذات الریه از قبیل واکسن آنفولانزا و غیره نمی تواند از بدن در مقابل ویروس جدید کرونا محافظت کنند. ویروس کووید ۱۹ آنقدر متفاوت است که به واکسن خود نیاز دارد اما می تواند از ابتلای همزمان این بیماری ها با یکدیگر جلوگیری شود.

### ۴۰- آیا شستشوی منظم بینی با محلولهای نمکی از ابتلا به عفونت ویروس کرونا جدید جلوگیری می کند؟

خیر. هیچگونه شواهدی مبنی بر اینکه شستشوی منظم بینی با محلولهای نمکی از ابتلا به ویروس کرونای جدید جلوگیری می کند وجود ندارد. شواهد محدودی مبنی بر اینکه شستشوی منظم بینی با محلولهای نمکی به بهبود سریع تر سرماخوردگی های رایج کمک می کند وجود دارد.

### ۴۱- آیا خوردن سیر می تواند به پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا جدید کمک کند؟

سیر یک ماده غذایی سالم است که ممکن است دارای خواص ضد میکروبی باشد با این وجود هیچگونه شواهدی مبنی بر اینکه خوردن سیر می تواند از مردم در برابر ویروس کرونا جدید محافظت کند وجود ندارد.



#### **۴۲- آیا ویروس کرونا جدید افراد مسن را تحت تأثیر قرار می دهد یا جوانان نیز مستعد ابتلا به این ویروس می باشند؟**

افراد در هر سنی می توانند به این ویروس جدید مبتلا شوند (nCoV-2019) افراد مسن و افراد دارای بیماری های خاص از قبیل ( آسم ، دیابت و بیماری های قلبی ) به نظر می رسد در معرض ابتلا به این ویروس به شدت بیمار می شوند. سازمان بهداشت جهانی به افراد در هر سنی توصیه می کند برای محافظت از خودشان در برابر ویروس قدم بردارد

#### **۴۳- استفاده از آب نمک بیماری را درمان می کند؟**

شواهد محدودی وجود دارد مبنی بر اینکه شستشوی مرتب بینی با آب نمک می تواند به افراد در بهبودی سریع تر از سرماخوردگی کمک کند؛ اما تا به حال شواهدی از فایده این کار برای بهبود از بیماری های تنفسی نشان داده نشده است.

#### **۴۴- آیا از بین رفتن حس بویایی و چشایی نشانه کرونا است؟**

نشانه های اصلی کرونا ویروس شامل لرز، گلودرد، سرفه خشک، تب و تنگی نفس می باشد اما علامت از بین رفتن حس بویایی و چشایی نیز در بسیاری از مبتلایان به این ویروس مشاهده شده است.

#### **۴۵- در موارد خفیف بهترین درمان چیست؟**

در موارد خفیف بیماری، بهترین درمان استراحت کامل، خواب مناسب و مصرف مایعات، آب میوه و سوپ و غذای خانگی و به حداقل رساندن فعالیت های روزانه و استفاده از داروهای مکمل میباشد

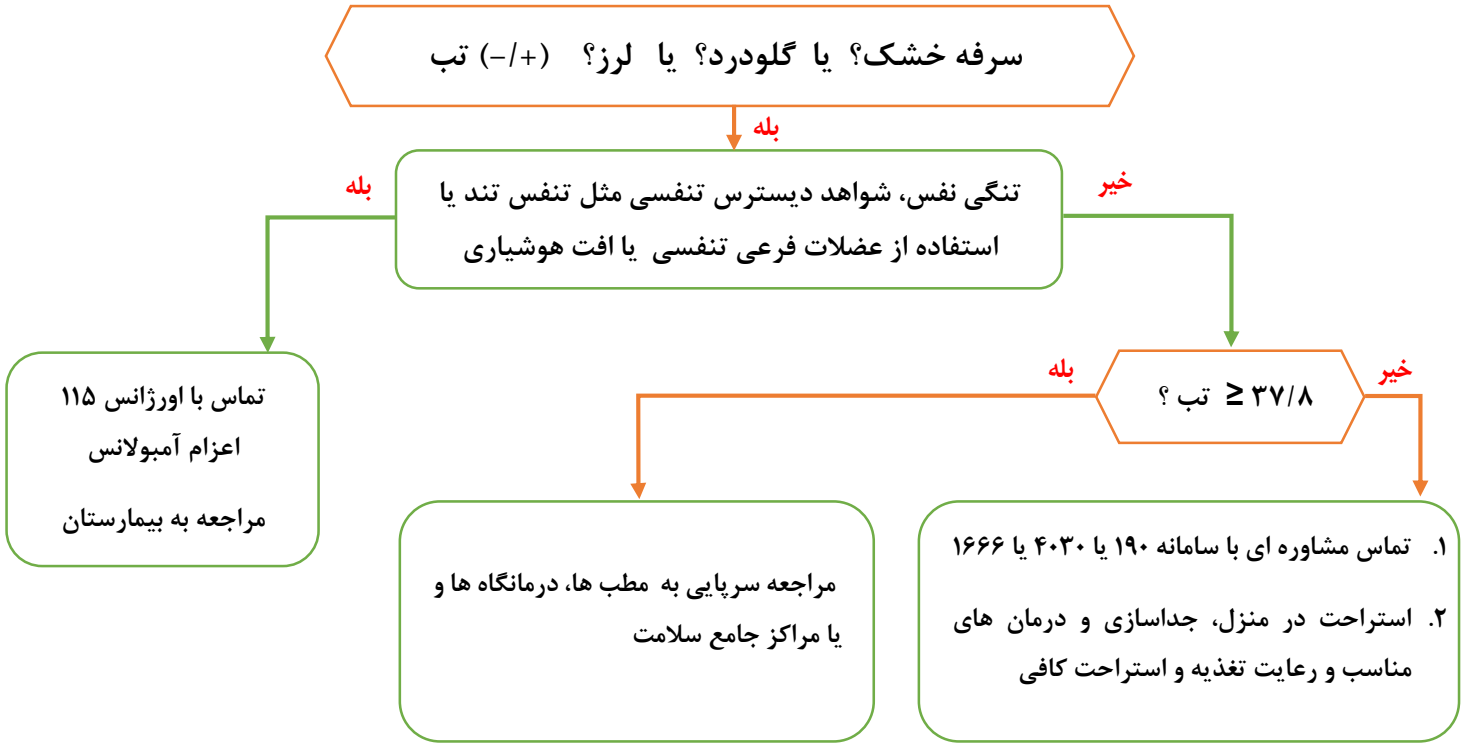
#### **۴۶- آیا داروی خاصی برای پیشگیری و یا درمان ویروس کرونا جدید وجود دارد ؟**

تا به امروز روز هیچ دارویی مخصوصی برای پیشگیری و یا درمان ویروس کرونا جدید وجود ندارد با این حال کسانی که آلوده به ویروس هستند باید مراقبت های لازم برای کم کردن و یا درمان علائم بیماری را دریافت نمایند و مبتلایان به بیماری شدید باید از مراقبت های حمایتی بهینه استفاده نمایند. بعضی از درمان های خاص در دست بررسی و تحقیقات هستند و از طریق آزمایشات بالینی مورد آزمایش قرار گرفته اند.



#### ۴۷- در صورت بروز چه علامت هایی بیمار نیاز به مراجعه به پزشک دارد؟

در صورت بروز هر نوع علامتی از سرماخوردگی نیاز به مراجعه به مراکز درمانی نمی باشد. بیماران طبق جدول زیر می توانند به مراکز درمانی مراجعه یا در منزل بمانند:



#### ۴۸- آیا ویروس کرونا دچار جهش شده است؟

هنوز مطالعه جدید و معتبری مبنی بر اینکه ویروس جهش پیدا کرده و به نوعی تبدیل شده که سرعت انتقال ویروس بیشتر شده است؛ منتشر نیافته

#### ۴۹- آیا ویروس کرونا دو نوع خفیف و شدید دارد؟

خیر! یک نوع ویروس کرونا وجود داشته و شدت وخامت مبتلایان بستگی به عواملی مانند میزان و مدت تماس و حجم ویروس ورودی، مقاومت بدن، بیماری های زمینه ای و ... دارد.



#### ۵۰- در صورت بروز علائم خفیف، قرنطینه و درمان های اولیه کافی است؟

تمام افراد با درگیری خفیف ویژه و علائم تنفسی باید به طور مرتب و روزانه چک شوند و در صورت افت سطح اکسیژن خون و بدتر شدن حال عمومی مورد بررسی تشخیصی بیشتر و در صورت لزوم سی تی اسکن قرار بگیرند و در صورت درگیری متوسط تا شدید یا افت میزان اکسیژن زیر ۹۳ درصد با نظر پزشک تحت درمان های دیگر قرار گیرند

#### ۵۱- بهترین راه تشخیص این بیماری چیست؟

بهترین راه تشخیص این بیماری، تست PCR با نمونه گیری از مخاط بینی یا گلو است. همچنین در زمان بروز علائم و شواهد بیماری در موارد بستری، سی تی اسکن ریه است

#### ۵۲- منظور از تست IgM چیست؟

منظور از تست IgM وجود آنتی ژن ویروس در خون می باشد که در صورت مثبت شدن، نشاندهنده فاز حاد بیماری فرد بوده و با توجه به ناقل بودن میبایست قرنطینه شود.

#### ۵۳- منظور از تست IgG چیست؟

در تست IgG پادتن های تولید شده جهت مقابله بدن با ویروس را بررسی میکند که در صورت مثبت بودن نشاندهنده مواجهه قبلی فرد با ویروس و یا گذر از مرحله حاد بیماری می باشد.

#### ۵۴- در آزمایش PCR چه چیزی مورد بررسی قرار خواهد گرفت؟

PCR با بررسی نمونه مخاط گلو و بینی وجود ویروس زنده در آن را بررسی می کند.

#### ۵۵- من پس از بروز علائم خفیف تست PCR داده ام که منفی شده است. آیا من به کرونا مبتلا نیستم؟

با توجه به وجود خطای ۳۰ درصدی تست های PCR حتی در صورت منفی بودن نمیتوان به طور قطع عدم ابتلای فرد را تایید کرد.



**۵۶- من از سه روز پیش دچار علائم اولیه شامل تب خفیف، لرز و بدن درد شده ام و در حال حاضر تمام علائم برطرف شده است و احساس بهبود می‌کنم و در قرنطینه می‌باشم. چه اقدامی انجام دهم؟**

اگر علائم پیشرونده باشد می‌بایست به پزشک مراجعه نمود. اما اگر علائم بهبود یافته باشد، پس از گذشت ۱۴ روز از اولین علامت و همچنین گذشت یک هفته از رفع تمام علامت‌ها می‌توان از قرنطینه خارج شد.

**۵۷- اگر به کرونا مبتلا شویم، احتمال ابتلای دوباره به آن وجود دارد؟**

- بله! در افراد زیادی گزارش ابتلای دوم و حتی سوم با علائم و وخامت بالاتر مشاهده شده است. به همین منظور تا زمان همه‌گیری این ویروس رعایت احتیاطات پیشگیرانه ضرورت دارد.

**۵۸- من از پدرم که هم اکنون به علت کرونا بستری شده مراقبت می‌کرده‌ام. الان علامتی ندارم، نیاز به تست دارم؟**

خیر. می‌بایست به مدت ۱۴ روز در قرنطینه خانگی بوده و در صورت شروع علائم بیماری، طبق جدول فوق اقدام نمائید.

**۵۹- من هیچگونه علامتی نداشته‌ام و ضمن مراقبت از پدر مبتلا به کووید ۱۹، تست داده‌ام و igg+ igm- pcr- بوده است. چه اقدامی نیاز است انجام بدهم؟**

می‌بایست به فاصله ۲۴ ساعت بعد مجدد تست PCR انجام شود و در صورت منفی بودن می‌توانید با رعایت نکات پیشگیرانه از قرنطینه خارج شوید.

**۶۰- من با علامت گلو درد، تب و بدن درد تست داده‌ام که نتیجه آن igg+ igm+ pcr- می‌باشد. چه اقدامی باید انجام دهم؟**

باید قرنطینه انجام شده و پس از رفع تمامی علامت‌ها به فاصله ۲۴ ساعت دو تست PCR منفی ثبت گردد. در این صورت می‌توان از قرنطینه خارج شد.

**۶۱- از دو هفته پیش دچار تب و تنگی نفس شده‌ام که در حال حاضر پس از گذشت سه هفته تمام علامت رفع شده است. نتیجه تست من igg+ igm- pcr+ بوده است. چه اقدامی باید انجام دهم؟**

احتمالا شما در مراحل انتهایی بیماری هستید اما هنوز ناقل می‌باشید، اگر به فاصله ۲۴ ساعت دو تست PCR منفی ثبت گردد، از قرنطینه خارج شوید.



## ۶۲- اگر امسال واکسن آنفلوانزا زده باشم در مقابل کووید ۱۹ مصونیت دارم؟

ویروس آنفلوانزا و کووید ۱۹ دو ویروس متفاوت هستند بنابراین واکسن آنفلوانزای فصلی در برابر کرونا مصونیت ایجاد نمی‌کند.

## ۶۳- همه گیری چقدر طول خواهد کشید؟

متأسفانه پیش بینی بازه زمانی همه‌گیری و تبعات آن ممکن نیست. نمی‌توان با اطمینان درباره بسیاری از مسائل ویروس جدید اظهار نظر کرد. در حال حاضر برخی از کشورها در تلاش جهت تولید واکسن آن می‌باشند و برخی از آنها در مرحله تایید نهایی قرار دارند.

