



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
معاونت بهداشت

آنچه باید در مورد کروناویروس جدید (COVID-19) بدانیم.

کروناویروس ها گروهی از ویروس ها هستند که می توانند هم در انسان و هم در برخی حیوانات باعث بیماری شوند. در انسان، بعضی از کروناویروس ها، فقط بیماری خفیف مانند سرماخوردگی ایجاد می کنند؛ اما برخی از آنها مانند کروناویروس سارس و کروناویروس مرس در سال های گذشته توانسته اند مواردی از بیماری شدید تنفسی (ذات الریه) ایجاد کرده و در گروهی از بیماران منجر به مرگ شوند. کروناویروس جدید که اخیراً در کشور چین (شهر ووهان) گزارش شده است باعث عفونت شدید تنفسی در برخی مبتلایان شده است.

بیماری کروناویروس جدید (ووهان چین) در کدام کشورها گزارش شده است؟

هر چند این بیماری برای اولین بار در چین شناخته شد اما با ابتلا مسافرینی که در شهر ووهان حضور داشته اند (از ماه دسامبر ۲۰۱۹ تا کنون) موارد بیماری در برخی کشورهای دیگر هم مانند ژاپن، کره جنوبی، تایلند و آمریکا گزارش شده است.

علائم کروناویروس جدید چیست؟

علائم عمده این بیماری شامل تب، سرفه، گلودرد و تنگی نفس است که در اغلب موارد به شکل یک بیماری تنفسی خفیف شبه آنفلوآنزا تظاهر می یابد، اما در گروهی از مبتلایان ممکن است به بیماری شدید تنفسی تب دار تبدیل شده و باعث بستری شدن بیمار شود. در موارد اندکی نیز مرگ در اثر این بیماری گزارش شده است.

راه انتقال کروناویروس جدید چیست؟

بر اساس اطلاعات فعلی، راه های انتقال کروناویروس جدید همانند سایر کروناویروس ها و ویروس آنفلوآنزا است؛ یعنی از تماس دست آلوده به ترشحات تنفسی با چشم، بینی و دهان، از راه قطرات تنفسی (عطسه، سرفه و صحبت کردن چهره به چهره به مدت طولانی)؛ بنابراین استفاده از ماسک برای فرد بیمار و شستشوی مکرر دست ها راه های مهم پیشگیری محسوب می شوند.

آیا این بیماری مخزن حیوانی نیز دارد؟

آنچه تا کنون می دانیم این است که کروناویروس ها در حیات وحش (مثلا در برخی از انواع خفاش ها) دارای مخزن هستند و ویروس از طریق یک حیوان واسط به انسان منتقل می شود. به نظر می رسد در مورد کروناویروس سارس، این حیوان واسط، گربه چینی و در مورد مرس، حیوان مظنون واسط، شتر است. ویروس بیماریزا قابلیت انتقال به انسان نیز دارد. در مورد کروناویروس جدید ۲۰۱۹ هر چند می دانیم که بیماری از حیوان به انسان منتقل می شود، اما هنوز حیوان مخزن، به درستی شناسایی نشده و تحقیقات جهانی پیرامون این موضوع در حال انجام است.

توصیه های پیشگیری از ابتلا به کروناویروس جدید چیست؟

- ۱- از تماس نزدیک با فردی که به بیماری تنفسی مبتلا است خودداری کنید.
- ۲- در صورتی که در معرض تماس با فرد مبتلا به بیماری تنفسی هستید، از ماسک استفاده کنید.
- ۳- به طور مکرر دست های تان را با آب و صابون بشویید؛ به خصوص بعد از تماس با فرد بیمار، یا تماس با یک حیوان یا با محیط اطراف آن ها.
- ۴- از تماس و لمس حیوانات وحشی یا اهلی (چه زنده و چه مرده) خودداری کنید.
- ۵- مواد غذایی را خوب بپزید.
- ۶- مواد غذایی خام و پخته را کنار هم قرار ندهید و از تماس آنها خودداری کنید.
- ۷- بعد از تمیز کردن و قطعه قطعه کردن مواد غذایی حیوانی خام (گوشت و سایر محصولات مرغ، ماهی، میگو، گوسفند و گاو ...)، ظروف، تخته و چاقویی را که استفاده کرده اید بلافاصله با آب و مواد شوینده بشویید و از تماس ظروف شسته نشده با مواد غذایی پخته، اکیدا خودداری کنید.
- ۸- هنگام تماس با حیوانات، دام، طیور و محصولات آنها، از دستکش و ماسک استفاده کرده و بعد از تماس بدون دستکش، حتما دست های خود را با آب و صابون بشویید.

در صورت ابتلا به بیماری تنفسی (تب، سرفه و یا تنفس مشکل)، چه کنیم؟

- ✓ مراجعه فوری به پزشک (در صورتی که اخیرا مسافرتی به خارج از کشور به ویژه کشور چین داشته اید، حتما ذکر کنید)
- ✓ استفاده از ماسک معمولی
- ✓ حفظ فاصله حداقل یک متری با سایرین

- ✓ پرهیز از درآغوش گرفتن، دست دادن و بوسیدن دیگران
- ✓ پرهیز از حضور در اجتماعات و ملاقات با دیگران
- ✓ پوشاندن دهان موقع عطسه و سرفه با دستمال یا قسمت بالای آستین
- ✓ انداختن دستمال های مصرف شده در یک کیسه نایلونی و گره زدن در آن
- ✓ شست و شوی مکرر دست ها با آب و صابون، به ویژه بعد از عطسه و سرفه یا تماس با فرد بیمار

تهیه شده در:

گروه آموزش و ارتقای سلامت و گروه تخصصی مدیریت بیماری های واگیر معاونت بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی تهران، ۱۳۹۸