

## ویژگی کرونا ویروس

خانواده بزرگی از ویروس ها هستند که رده جدید آن در شهر ووهان چین پیدا شده است این ویروس میتواند تا ۱۴ روز در بدن فرد وجود داشته باشد ودر طی این مدت به دیگران انتقال یابد .

\*علائم ابتلا به ویروس

تب بالاتراز ۳۸ درجه سانتی گراد

سرفه

تنگی نفس

درمورد شدید بیماری

عفونت ریه (تنگی نفس شدید همراه باخس خس سینه

وخلط فراوان )

بیماریدر چه کسانی شدیدتر است

سالمندان

افراد دارای بیماری های زمینه ای (دیابت قلبی و تنفسی)

خانم های باردار

بیماران پیوندی و بیماران خاص (ایدز و پیوند

مغز استخوان و MS)

افراد دارای بیماری های زمینه ای (دیابت

قلبی و تنفسی)

خانم های باردار

بیماران پیوندی و بیماران خاص (ایدز و پیوند

مغز استخوان MS,

چطور بیماری انتقال پیدا می کند ؟

دست زدن به وسایل آلوده

تماس نزدیک به انسان مبتلا

انتشار از راه هوا

چطور از بیماری کرونا پیشگیری

کنیم ؟

به طور مداوم به خصوص در زمانی که بیرون

از منزل هستید حتی اگر فکر می کنید

دستتان تمییز است آن ها را با آب و صابون

بشوید و یا از دستمال آغشته به الکل

استفاده کنید .

از تماس دست با چشم و بینی و دهان خود

پرهیز کنید .

از دست دادن و روبوسی جدا خودداری

فرمایید.

دهان و بینی خود را هنگام عطسه و سرفه

بداستمال (ترجیحا) و یا داخل آرنج خود

پوشانید .

فاصله حداقل یک متر را از همه مخصوصا

افراد بیمار رعایت نمایید.

دستمال کاغذی مصرف شده را در سطل

دارای درپوش و کیسه پلاستیکی در بسته

قرار دهید .

چطور ایمنی بدن خود را بالا ببریم؟

میوه و سبزیجات تازه مصرف نمایید.

مواد گوشتی و تخم مرغ را به طور کامل

پزید .

از مصرف غذاهای آماده پرهیز نمایید.

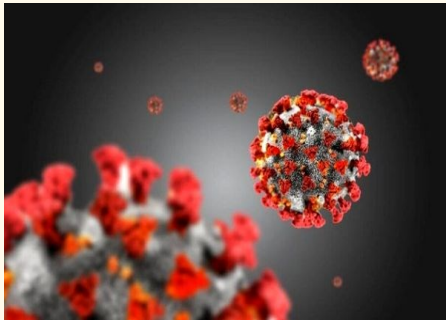
خواب کافی داشته باشید (۶ تا ۸ ساعت )

بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی گیلان  
بیمارستان غدیر سیاهکل

# کرونا ویروس



واحد آموزش سلامت  
کمیته آموزشی بیمارستان غدیر

فروردین ۱۴۰۰

## فردی را رعایت کنید.

صرفاً در این موارد استفاده از ماسک توصیه می شود

- زمانی که علایم تنفسی عطسه یا سرفه دارید  
از فرد مبتلا به این بیماری مراقبت می کنید  
مبتلا به این بیماری هستید



منبع :

ستاد کشوری پیشگیری و مراقبت ویروس کرونا  
(کووید-۱۹)

شماره تلفن بیمارستان : ۴۲۳۲۵۵۲۱

نکات قابل توجه برای شما مددجوی محترم :

- ۱-
- ۲-
- ۳-
- ۴-
- ۵-

در صورت مشاهده علایم بیماری چه کنیم؟

سریعاً به پزشک مراجعه کنیم

باتوجه به این که کرونا ویروس جدید یک ویروس است آنتی بیوتیک روی آن اثر ندارد و باید از خوردن آنتی بیوتیک خودداری نمایید.

درخانه بمانید و کاملاً استراحت کنید.

راه های درمان

استراحت در منزل

مصرف مایعات فراوان نظیر سوپ و آش و

مرکبات

مسکن های تب بر

شستشوی مکرر و صحیح دست ها با آب

و صابون به مدت ۳۰-۴۰ ثانیه به خصوص

بعد از رفتن به دستشویی و پیش از غذا

خوردن و بعد از تمییز کردن بینی عطسه

سرفه و توصیه می شود .

آیا برای محافظت از خود به ماسک نیاز

داریم؟

استفاده از ماسک به تنهایی باعث

محافظت نمی شود حتماً اصول بهداشت