



# \* کرونا



تهیه کننده: مهرنیا لاری  
په سرپرستی: سرکار خانم سیاح

سازمان جهانی بهداشت در سرتاسر دنیا به دنبال شناسایی، ردیابی و محدود کردن ویروس جدیدی از خانواده ویروس کرونا به نام «کویید-۱۹» (COVID-19) است. ویروس COVID-19 هنوز در حال مبتلا کردن افراد زیادی در چین و شیوع در کشورهای دیگر دنیا است. این نوع ویروس کرونا در ایران هم در حال پراکنده شدن است. علائم بیماری کرونا در اکثر مبتلایان به این ویروس خفیف است و درمان می‌شود، اما ممکن است بیماری در برخی دیگر شدیدتر باشد و حتی منجر به مرگ شود. اما ویروس کرونا چیست و تا چه اندازه خطرناک است؟ علائم کرونا چیست؟ درمان کرونا چیست؟ راه پیشگیری از کرونا چیست؟ در این مطلب قصد داریم شما را با همه چیز درباره کرونا آشنا کنیم.



World Health  
Organization

کلیپ آموزشی سازمان جهانی بهداشت پیرامون

کرونا ویروس جدید ۲۰۱۹

## \*علائم بیماری کرونا و راه‌های پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا

- تا کنون هزاران نفر به این ویروس آلوده شده‌اند و افراد زیادی جان خود را از دست داده‌اند. در این بین تعدادی از افراد آلوده به این ویروس هم درمان شده‌اند. بیشترین میزان فراگیری ویروس در چین مشاهده شده اما موارد بسیار زیادی هم در کشورهای دیگر از جمله ایران دیده شده است.
- با شناخت علائم کرونا و رعایت نکات بهداشتی ارائه شده از سوی سازمان بهداشت جهانی که در این مطلب به آن‌ها می‌پردازیم، از سلامت خود و دیگران محافظت کنید.

## \*دستان خود را به طور مرتب بشویید

- به طور منظم و با دقت دستان خود را با آب و صابون یا محلول ضدعفونی کننده حاوی الکل تمیز کنید.
- چرا؟ شستن دست‌ها با آب و صابون یا محلول ضدعفونی کننده حاوی الکل، ویروس‌هایی را که ممکن است به دست‌های شما منتقل شده باشند، از بین می‌برد.

## \*فاصله استاندارد با دیگران را رعایت کنید

- چرا؟ هنگام سرفه و عطسه قطرات ریزی از بینی و دهان افراد به بیرون پرتاب می‌شود. اگر شما به آنها خیلی نزدیک باشید و فرد دیگر مبتلا به ویروس باشد، این ذرات ریز که حاوی ویروس هستند از طریق تنفس به بدن تان وارد می‌شوند

## \*از تماس دست‌ها با چشم‌ها، بینی و دهان خودداری کنید

- از تماس دست‌ها با چشم، بینی و دهان پرهیزید.
- چرا؟ دست‌ها با سطوح مختلفی در تماس هستند و ممکن است ویروس را جذب کنند. زمانی که دست‌ها به ویروس آلوده شدند، به راحتی می‌توانند ویروس را به چشم‌ها، بینی و دهان انتقال دهند و از این طریق ویروس وارد بدن شما شده و شما را بیمار کند.



# \*بهداشت تنفسی را تمرین کنید

- مطمئن شوید که شما و اطرافیان تان بهداشت تنفسی را رعایت می کنند. بهداشت تنفسی به معنی پوشاندن دهان و بینی با داخل آرنج یا دستمال کاغذی هنگام عطسه و سرفه و دور انداختن دستمال به سرعت است.
- چرا؟ قطرات ریزی که با عطسه و سرفه از دهان و بینی ما خارج می شوند، ویروس را گسترش می دهند. با رعایت نکات بهداشتی تنفسی، می توانید از اطرافیان خود در برابر ویروس هایی مانند سرماخوردگی، آنفولانزا و کرونای جدید محافظت کنید.

## \*اگر علائم کرونا را دارید یا مراجع مربوطه تماس بگیرید

- در صورتی که احساس ناخوشی می کنید در خانه بمانید. اگر علائمی مانند سرفه و تنگی نفس را در خود احساس کردید به پزشک مراجعه کنید، مراجع مربوط را مطلع کنید و از توصیه های متخصصین سلامت مربوطه پیروی کنید.
- چرا؟ متخصصین ملی و محلی شما به روزترین اطلاعات در مورد شرایط منطقه شما را دارند. اطلاع دادن به کمک رسان ها کمک می کند که شما را فوراً به مراکز درمانی مناسب ارسال کنند. این کار هم برای خودتان بهتر است و هم از انتشار ویروس و عفونت های دیگر جلوگیری کرده اید.

# \*برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا از توصیه‌های مراکز بهداشت پیروی کنید

در مورد جدیدترین اطلاعات و اقدامات در مورد ویروس

مطلع باشید و توصیه‌های مراکز بهداشت یا محل کار خود را در مورد اینکه چگونه چطور از خود و دیگران در برابر ویروس

معاقتت کنید، جدی بگیرید.

چرا؟ مراکز بهداشت هر منطقه به روزترین اخبار در مورد انتشار ویروس

در منطقه را دارند و می‌توانند بهترین منبع برای راهنمایی مردم آن منطقه جهت معاقتت از خودشان باشند.

# \*نکات ایمنی سازمان جهانی بهداشت

نکات و توصیه‌های ایمنی سازمان جهان بهداشت برای افراد ساکن در شهرهای آلوده به ویروس کرونا جدید یا همان COVID-19 یا افرادی در ۱۴ روز گذشته به چنین مناطقی مراجعه کرده‌اند به شرح زیر است.

## \* نکات ایمنی گفته شده در قسمت قبلی را به درستی رعایت کنید.

- اگر برخی علائم کرونا را دارید یا احساس ناخوشی می کنید، حتی اگر علائم جزئی مثل سردرد و آبریزش بینی دارید، تا زمانی که علائم برطرف شوند، در خانه بمانید. چرا؟ خودداری از ارتباط با دیگران و مراجعه به مراکز درمانی، باعث می شود تا مراکز درمانی کار خود را بهتر انجام دهند و از شما و دیگران در برابر احتمال ابتلا به ویروس و دیگر ویروس ها محافظت کنند.

در صورت وجود تب، سرفه و احساس تنگی نفس، فوراً به پزشک مراجعه کنید چرا که ممکن است این علائم به دلیل وجود عفونت دستگاه تنفسی یا مشکلات جدی دیگر باشد. پزشک متخصص را در مورد سوابق سفرهای اخیر یا هر گونه تماس و بازدید با مسافرین دیگر مطلع کنید. چرا؟ این کار در فرستادن شما به مرکز پزشکی مناسب کمک می کند. همچنین به جلوگیری از انتشار احتمالی ویروس و دیگر ویروس ها کمک می کند.

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

# \*ویروس کرونا از کجا پیدا شد؟

- در پایان ماه دسامبر مسئولان سلامت عمومی چین به سازمان جهانی بهداشت اعلام کردند که ویروس جدید و ناشناخته‌ای باعث نوعی بیماری با علائمی شبیه به ذات‌الریه در شهر ووهان شده است. آن‌ها فوراً تشخیص دادند که این ویروس از خانواده‌ی ویروس کرونا است و به سرعت در حال تکثیر و راه‌یابی به بیرون از شهر ووهان است.

ویروس کرونا بین تمام حیوانات رایج است و گاهی می‌تواند با تغییر شکل

انسان‌ها را هم آلوده کند. تا کنون از ابتدای سال ۲۰۰۰ سه نوع دیگر از

ویروس کرونا به انسان‌ها سرایت کرده و باعث شیوع سارس در سال ۲۰۰۲ و مرس در سال ۲۰۱۲ شده است.

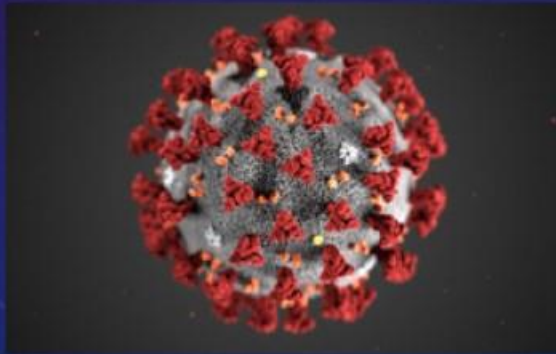
\*دانشمندان فکر می‌کنند که این ویروس جدید هم از ابتدای ماه دسامبر توانایی انتقال به انسان‌ها را پیدا کرده است. به نظر می‌رسد که ویروس در ابتدا در یک بازارچه‌ی غذاهای دریایی در شهر ووهان پیدا شده و سپس از آنجا به نقاط دیگر پخش شده است. اما یکی از آزمایش‌ها روی بیماری نشان می‌دهد که اولین فردی که به بیماری کرونا مبتلا شده، هیچ ارتباطی با بازارچه نداشته است. محققان هنوز در حال پیگیری منبع اصلی بیماری هستند.

\*نوع حیوانی که ویروس از آن به انسان منتقل شده نیز همچنان برای محققان روشن نیست. یک تیم تحقیقاتی در چین گزارشی منتشر کردند که طی آن گفته شده بود طبق کدهای ژنتیکی این ویروس ممکن است که بیماری از مار به انسان رسیده شده باشد. البته محققان درباره‌ی صحت این نتیجه‌گیری مطمئن نیستند. آزمایش‌های دیگری که روی ژنتیک ویروس جدید انجام شد نشان داد که توالی ژنتیکی این ویروس ۹۶ درصد با ویروس کرونا در خفاش‌ها یکسان است. ویروس سارس و مرس هر دو از خفاش به انسان منتقل شده‌اند.



# \* آیا ویروس کرونا همان سارس است؟

- ویروس جدید هم از چین شروع شده، اما ویروس سارس نیست. از آنجا که این دو ویروس از یک خانواده هستند، شباهت‌هایی با یکدیگر دارند اما کرونا یک ویروس کاملاً جدید است. البته نقاط مشترک این دو ویروس می‌تواند به دانشمندان کمک کند تا با استفاده از تجربیاتی که از گذشته دارند برای متوقف کردن این ویروس بهتر عمل کنند.



# \*ویروس کرونا تا چه اندازه خطرناک است؟

- در حال حاضر هیچ کس پاسخ این سوال را نمی‌داند.
- برای مشخص کردن این که بیماری تا چه حد «خطرناک» است، نیاز به اطلاعاتی هم درباره‌ی وخامت و شدت بیماری و هم درباره‌ی سرعت و سهولت گسترش آن داریم. متخصصان بیماری‌های اپیدمی اغلب از این ابزار برای ارزیابی بیماری‌هایی مانند انواع جدید آنفولانزا و تعیین اقدامات مورد نیاز برای آنها استفاده می‌کنند.

در صورتی که بیماری خیلی شدید نباشد (درصد کمی از افراد را بکشد) اما خیلی مسری باشد، باز هم اثرات مخربی

خواهد داشت. اگر ویروسی میلیون‌ها نفر را درگیر کند، حتی اگر درصد کمی از آنها هم بمیرند، تعداد تلفات باز

هم زیاد خواهد بود.

- \*محققان هنوز در تلاش هستند که علائم ویروس کرونا را بشناسند که از چیزی شبیه به علائم سرماخوردگی ساده تا علائم بسیار شدید متغییر است. بر اساس اطلاعات حدود ۲۰ درصد از افراد آلوده به ویروس علائم شدید داشته‌اند.

- در حال حاضر تلفات این نوع جدید از ویروس کرونا حدود ۲ الی ۳ درصد است که البته با ادامه پیدا کردن شیوع ویروس امکان تغییر این درصد وجود دارد؛ در صورتی که تلفات ویروس سارس چیزی حدود ۱۴ الی ۱۵ درصد بود. اکثر تلفات ویروس کرونا تا کنون افراد پیر بوده‌اند که مشکلات سلامتی دیگری مثل بیماری‌های قلبی، فشار خون و دیابت داشتند. طبق آمار این گروه از افراد پیش از دیگران در خطر مرگ بر اثر بیماری‌هایی مثل آنفولانزا هستند.

# \*سرعت پخش ویروس تا چه اندازه است؟

- در حال حاضر هنوز سرعت احتمال انتشار ویروس مشخص نیست. در چین افراد بیمار از ابتدای ماه ژانویه این بیماری را به صورت شخص به شخص به دیگران انتقال می‌داده‌اند. سازمان جهانی بهداشت اعلام کرده حداقل برای چهار مرحله یک زنجیره‌ی پایدار از انتقال بیماری بین افراد وجود داشته است؛ یک نفر (احتمالا از طریق حیوان) بیمار می‌شود، ویروس را به شخص دیگری انتقال می‌دهد و او هم آن را به شخص دیگری انتقال می‌دهد. موارد گزارش شده در کشورهای دیگر مثل آمریکا، آلمان، ژاپن و ویتنام هم از طریق افراد دیگر به ویروس کرونا مبتلا شده‌اند و نه با سفر مستقیم به چین.

- \*شواهد اولیه نشان می‌دهد این ویروس هم همانند سایر انواع ویروس کرونا از طریق تماس نزدیک با افراد آلوده و هنگام عطسه یا سرفه فرد آلوده انتقال پیدا می‌کند.

- اما مقامات چین اعلام کرده‌اند مواردی وجود داشته که افراد آلوده به ویروس حتی قبل از این که علائم بیماری را نشان دهند ویروس را به دیگران انتقال داده‌اند. علاوه بر این، نامه‌ای که به ژورنال پزشکی نیوانگلند ارسال شده است موردی در آلمان را توضیح می‌دهد به نظر می‌رسد در آن افرادی که احساس مریضی نمی‌کرده‌اند ویروس را به دیگران انتقال داده‌اند.

- طبق تخمین‌های اولیه‌ی محققین سازمان جهانی بهداشت، هر فرد مریض به طور متوسط بین ۱،۴ تا ۲،۵ نفر دیگر را آلوده می‌کند.  
طبق تخمین تیم‌های تحقیقات دیگری هر فرد بیمار به طور میانگین ۲ تا ۳ نفر دیگر را آلوده می‌کند.

# \* چطور می توانیم از خودمان در برابر ویروس کرونا محافظت کنیم؟

- بر اساس چیزی که تا این لحظه می دانیم، با رعایت نکات بهداشتی پیشگیری از آفتوالاتر می توانید از خودتان در برابر ویروس کرونا هم محافظت کنید. این نکات شامل شستن دستها، پوشاندن دهان هنگام عطسه و سرفه و دور ماندن از افراد بیمار است.



# \* گزارشی از آخرین وضعیت ویروس کرونا در ایران

- روز شنبه ۱۷ اسفند ۱۳۹۸ کیانوش جهانپور، سخنگوی ستاد مبارزه با ویروس کرونا در ایران درباره آخرین آمار مبتلایان و قربانیان در ایران گفت: تا ظهر شنبه ۱۴۵ ایرانی بر اثر این ویروس جان خود را از دست داده اند و آزمایش ۵۰۸۲۳ نفر مثبت اعلام شده است.
- جهانپور درباره آمار ۲۴ ساعت گذشته مبتلایان گفت: از روز گذشته ۱۰۷۶ نفر به مبتلایان اضافه شده است. همچنین طی این مدت ۲۱ نفر جان خود را از دست داده وی اعلام کرد که از روز گذشته تا کنون ۱۶۶۹ نفر بهبود یافته و از بیمارستان مرخص شده اند.
- تهران، با ۵۱۳۹ نفر بیشترین تعداد مبتلایان را در ایران دارد. قم با ۶۶۸ نفر و مازندران با ۶۰۶ نفر در رده های بعدی جای دارند.

- دکتر مینو محرز، عضو کمیته پیشگیری بیماری های واگیردار وزارت بهداشت ایران اظهار داشته است: حداقل ۴۰ درصد جامعه دچار کرونا خواهند شد. وی با یادآوری اینکه بیماری اکنون در مرحله اپیدمی قرار دارد، گفته است: این جزو ذات اپیدمی است که حداقل ۴۰ درصد جامعه دچار این ویروس می شود تا بعد بیماری فروکش کند. وی درباره اوج این بیماری و زمانش توضیح داد: هنوز به مرحله اوج بیماری نرسیده ایم و همچنان شاهد ابتدای روزافزون به این ویروس هستیم. پیش بینی می شود که طی دو تا سه هفته آینده همچنان روند صعودی این بیماری را شاهد باشیم و بعد از آن روند نزولی بیماری شروع می شود.

همزمان روز شنبه ۱۷ اسفند ۱۳۹۸ پاترده استاندار ایران اعلام کردند که به دلیل شیوع ویروس کرونا در این کشور و با توجه به تعطیلی مدارس و دانشگاه ها و همچنین نزدیکی تعطیلات نوروزی از پذیرش مسافر در این استان ها خودداری خواهند کرد. پنجشنبه شب استان گیلان اولین استانی بود که اعلام کرد هیچ خودرو و مسافر غیربومی را نمی پذیرد. هم زمان استانداری مازندران نیز اعلام کرد مسیرهای ورودی به این شهر نیز توسط پلیس مسدود است. استان خراسان رضوی هم اطلاع داد که میزبان هیچ مسافری نخواهد بود. تاکنون استان های اردبیل، اصفهان، یزد، کرمانشاه، بوشهر، هرمزگان، گلستان، فارس، لرستان، ایلام، سمنان و سیستان و بلوچستان مسافرت به استان هاییشان را ممنوع کرده اند. همچنین مراکز توریستی و اقامتی در این استان ها تعطیل خواهد بود. مسئولان استانی خاطرنشان کردند که در خروجی شهرها نیز تپ مسافران منعیده می شود و موارد مشکوک به قرنطینه فرستاده می شوند. با این وجود استان تهران که بیشترین میزان مبتلایان را دارد تا کنون اعلامیه ای مبنی بر عدم پذیرش مسافران صادر نکرده است.



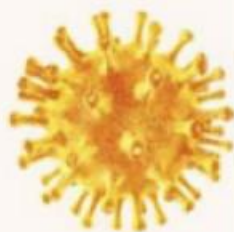
- روز جمعه ۱۶ اسفند ۱۳۹۸ مسعود مردانی، متخصص بیماری‌های عفونی و عضو کمیته کشوری آنفلوآنزا در ایران، در پاره شییوع ویروس کرونا گفت: تخمین می‌زنیم ۳۰ تا ۴۰ درصد جمعیت تهران تا آخر اسفند ماه به ویروس کرونا مبتلا شوند. مردانی افزود: ویروس کرونا به شدت در حال گردش است و چون یک فرد همزمان با ابتلا به این بیماری می‌تواند ۴ نفر را آلوده کند تخمین می‌زنیم ۳۰ تا ۴۰ درصد جمعیت تهران تا آخر اسفند ماه به ویروس کرونا مبتلا شوند.

روز سه‌شنبه ۱۳ اسفند ۱۳۹۸ نیز عبدالرضا مصری، نایب رئیس مجلس ایران از ابتدای ۲۴ نفر از نمایندگان به ویروس کووید-۱۹ خبر داد.

مجلس ایران تعطیل شد و در اقدامی کم‌سابقه با حکم حکومتی رهبر ایران لایحه بودجه سال آینده که هنوز در مجلس تصویب نشده برای تایید به شورای نگهبان ارسال گردید.

# آمار کروناویروس در ایران

شمار مبتلایان به ویروس کرونا و افرادی که به دلیل ابتلا به آن در ایران جان خود را از دست داده اند در حال افزایش است



شمار قربانیان  
ویروس کرونا



124

شمار استان‌های  
درگیر



31

شمار بیماران  
بهبود یافته



913

شمار مبتلایان  
به ویروس کرونا



4747

استان‌های قم و تهران دارای بیشترین شمار افراد مبتلا و فوتی بوده اند

وزارت بهداشت ایران: اکثر مبتلایان به کووید-19 یا ساکن و اهل قم بوده و یا سابقه مسافرت به این شهر را داشته اند



# \*ممنونم از توجهتون\*

- \*تهیه کننده مهرنیا لاری\*