



آگاهی هایی در مورد ویروس کرونا

ویروس کرونا چیست؟

ویروس کرونا – که سارس-کووید-۲ (Sars-CoV-2) هم نامیده می شود – ویروسی است که نخستین بار در دسامبر ۲۰۱۹ در یکی از بازارهای شهر ووهان بروز کرد. این ویروس از طریق ترشحاتی که به عنوان مثال در هنگام سخن گفتن، سرفه کردن و یا عطسه زدن ایجاد می شوند، از انسانی به انسان دیگر سرایت می کند. این ویروس تا کنون دیگر در سرتاسر دنیا موجود است و بیماری ناشی از آن کووید-۱۹ (COVID-19) نامیده می شود. شکل و درجه سختی این بیماری می تواند متفاوت باشد. کووید-۱۹ می تواند، بر حسب چگونگی روند بیماری، منجر به سرماخوردگی های معمولی و البته همچنین سینه پهلوهای خطرناک بشود. واژه کرونا یک واژه لاتین به معنی تاج می باشد. این نام گذاری، بدلیل شباهت ظاهری ویروس کرونا به تاج می باشد.

راه های ابتلا به ویروس کرونا کدامند؟

این ویروس از انسانی به انسان دیگر انتقال پیدا می کند. این امر، از جمله در هنگام سرفه کردن، گفتگو کردن و یا هنگام دست دادن رخ می دهد.

چگونه می توان ابتلا به ویروس کرونا را تشخیص داد؟

سرفه، خارش گلو، آبریزش بینی، سردرد یا بدن درد و تب بالای ۳۸ درجه سانتی گراد از جمله نشانه های سرایت ویروس کرونا به فرد می باشند. علائم این بیماری شباهت زیادی به آنفولانزا دارد. در بسیاری از افراد، حس بویایی و چشایی برای یک مدت گذرا ضعیف شده و یا بکلی از بین می رود. برخی افراد هم اسهال می گیرند یا از دل درد و یا حالت تهوع رنج می برند. مشکلات تنفسی، برونشیت (التهاب نایژه ها) و سینه پهلو هم می توانند نشانه ی ابتلا به عفونت کرونا باشند.

نخستین نشانه های بیماری معمولا پنج تا شش روز پس از سرایت ویروس به فرد در او پدیدار می شوند. البته همچنین ممکن است که بروز و توسعه علائم بیماری تا حداکثر ۱۴ روز طول بکشد.

چنانچه نشانه های بیماری در شما وجود دارد، با مطب پزشک خانگی خود تماس بگیرید. سپس پزشک شما در این مورد تصمیم خواهد گرفت که آیا لازم است شما یک تست کرونا انجام دهید یا نه. چنانچه پزشک خانگی در دسترس نیست، با خدمات آماده باش پزشکی به شماره ۱۱۶۱۱۷ تماس بگیرید. در صورتی که نشانه هایی از ابتلا به عفونت کرونا در شما وجود دارد، می بایست در خانه بمانید و از ارتباط با افراد دیگر دوری کنید.

چرا ویروس کرونا خطرناک است؟

بیماری کرونا در اکثر بیماران روندی خفیف دارد. البته به گفته انستیتو روبرت کخ، ۲۰٪ از مبتلایان به سختی بیمار می شوند. در مواردی که بیماری روند سختی دارد، معمولا علائم بیماری پس از هفت تا ده روز وخیم تر می شود و مبتلایان با مشکلات تنفسی روبرو شده و یا به سینه پهلو مبتلا می شوند. تا کنون، سالمندان و افرادی که بیماری های زمینه ای داشته اند، بیش از دیگران جان خود را در اثر ابتلا به این ویروس از دست داده اند.



در صورت مشاهده نشانه های بیماری، باید چه کارهایی را انجام دهم؟

چنانچه تب دارید، سرفه می کنید و یا از نفس تنگی رنج می برید، می بایست با یک پزشک تماس گرفته و از او وقت ملاقات بگیرید. پزشک شما تشخیص خواهد داد که آیا لازم است تست کرونا بدهید یا نه. در خارج از ساعات کاری مطب پزشکان می توانید با خدمات آماده باش پزشکی به شماره تلفن ۱۱۶۱۱۷، که در سراسر کشور یکسان است، تماس بگیرید. از ارتباط با افراد دیگر صرف نظر کنید و همواره از دیگران حداقل ۱/۵ تا ۲ متر فاصله بگیرید. در خانه یا اتاق خود بمانید. درون حفره آرنج خود و یا یک دستمال کاغذی سرفه / عطسه کنید و دستمال را پس از استفاده فوراً در سطل زباله بیاندازید. دست های خود را مکرراً و بدقت بشویید. راهنمایی های لازم در مورد اینکه در صورت ابتلا به کووید-۱۹ باید چگونه رفتار کنید را نزد **انستیتو روبرت کخ** خواهید یافت.

در صورتی که با افراد مبتلا به این عفونت تماس داشته ام، باید چه کنم؟

چنانچه با فردی که مبتلا به ویروس کرونا بوده ارتباط شخصی داشته اید، به خانه رفته و فوراً و بدون توجه به (داشتن یا نداشتن) علائم بیماری به **اداره بهداشت** مسئول تلفن بزنید. این اداره می تواند پس از یک مصاحبه انفرادی با شما، اقداماتی را بر حسب وضعیت شخصی شما توصیه کرده و در مورد گام های لازم بعدی تصمیم گیری کند. بدلیل تماس همزمان اشخاص متعدد، امکان مشغول بودن خطوط تلفن وجود دارد. در این صورت، لطفاً با **وزارت بهداشت فدرال** تماس بگیرید: ۰۳۰۳۴۶۴۶۵۱۰۰. مشاوره تنها به زبان آلمانی انجام می شود.

چنانچه در یک مرکز پذیرش و یا یک اقامتگاه جمعی پناه جویان زندگی می کنید، به سرعت به مدیریت مرکز و یا سرپرستان اطلاع دهید. همچنین جاهایی مانند مدرسه، کلاس زبان، محل کار و یا محل کارآموزیتان را در جریان بگذارید.