

ویروس جدید کرونا (کوید - 19) آنچه لازم است بدانید

اداره بهداشت عمومی به همگان تاکید می‌نماید که با لحاظ نمودن اقدامات احتیاطی سرعت انتشار کوید -19 را کاهش دهند.

چطور منتشر می‌شود؟



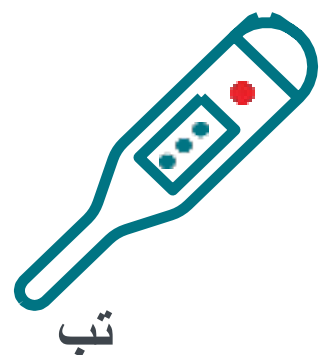
از طریق قطرات در زمانی که یک فرد بیمار سرفه یا عطسه می‌کند



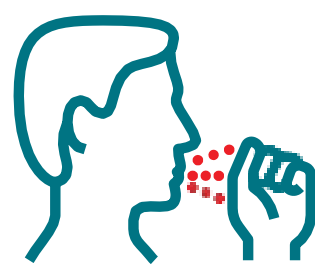
تماس فردی نزدیک، مانند مراقبت از یک فرد مبتلا

ویروس جدید کرونا یک گونه جدید از ویروس است که اخیراً شروع به بیمار کردن مردم نموده است. این بیماری در سرزمین اصلی چین شروع شده است ولی در حال حاضر افراد را در سراسر جهان از جمله اینجا در لس آنجلس مبتلا می‌نماید.

علائم چه هستند؟



تب



سرفه



تنگی نفس

برای اینکه از خود و سایرین در برابر بیماری‌های تنفسی مانند کوید-19 محافظت نمایم چه کاری می‌توانم انجام دهم؟

- از لمس چشم‌ها، بینی، و دهان خود خودداری نمایید.
- در هنگام سرفه یا عطسه جلوی دهان خود را با یک دستمال بپوشانید، سپس آن دستمال را دور بیاندازید. در صورتیکه دستمال در اختیار ندارید، از آستین خود (نه دستتان) استفاده کنید.
- تنها در صورتیکه بیمار هستید یا پزشکتان مقرر کرده است از ماسک صورت استفاده کنید.
- در صورتیکه در این فصل واکسن آنفلوزا دریافت نکرده‌اید این کار را انجام دهید.

- همه افراد بخصوص افراد بالای 65 سال، اشخاصی با مشکلات سلامت، و زنان باردار باید از هر گونه مسافرت غیر ضروری، تجمع عمومی، یا حضور در مکان‌هایی که گروه‌های بزرگی گرد هم می‌آیند اجتناب نمایند.
- هنگامی که بیمار هستید در خانه بمانید.
- تماس نزدیک با افراد بیمار را محدود سازید.
- دستان خود را بصورت مستمر با آب و صابون برای حداقل 20 ثانیه بشویید.
- در صورتیکه آب و صابون در دسترس نبوند، از یک ماده ضد عفونی کننده دست پایه الکلی با حداقل 60% الکل استفاده نمایید.
- اشیاء و سطوحی که لمس شده‌اند را به صورت مستمر تمیز و ضد عفونی نمایید.