

(COVID-19) نوول کروناویروس

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس راهنمای سازمان‌های مذهبی و عقیدتی

اداره بهداشت عمومی (Department of Public Health) شهرستان لس آنجلس از شما جهت آماده سازی و کمک به پیشگیری از شیوع نوول (جدید) کروناویروس در شهرستان لس آنجلس درخواست کمک می نماید. در سطح جهان، تعداد افراد مبتلا به این ویروس که باعث بیماری کروناویروس ۲۰۱۹ (به اختصار COVID-19) می باشد در مرکز چین و سایر نقاط جهان در حال افزایش است. بر اساس اطلاعات مراکز کنترل و پیشگیری بیماری‌ها (Centers for Disease Control and Prevention) و سازمان جهانی بهداشت (World Health Organization)، الگوهای جهانی نشان می‌دهند که این ویروس ممکن است به انتشار جهانی خود ادامه دهد. ما نیاز داریم برای پیشگیری از شیوع این بیماری به صورت محلی آماده باشیم.

در حالیکه ریسک فوری COVID-19 در خصوص ساکنان لس آنجلس هنوز پایین در نظر گرفته می‌شود، اداره بهداشت عمومی به صورت روشی پیشگیرانه اقداماتی را در جهت پیشگیری از انتشار این بیماری انجام می دهد. ما اکیدا توصیه می کنیم که کلیه سازمانها برنامه های اضطراری خود را مرور و به روز رسانی نموده و راه های ادامه ی خدمات رسانی اساسی را در صورت کاهش موقت کار در محل در نظر بگیرند.

ما در خصوص چگونگی اثرگذاری یک مورد COVID-19 در یک محل اجتماع مانند مکان نیایش و عبادت بر مجموعه اعضای شما نگران هستیم. ما می خواهیم برخی اطلاعات کلی در مورد COVID-19 و همچنین توصیه هایی برای کمک به جلوگیری از شیوع عفونت های تنفسی در سازمان مذهبی شما را به شما ارائه نماییم. ما شما را تشویق می کنیم برای مراجعه به وب سایت DPH نوول کروناویروس برای منابعی از جمله راهنمایی برای مشاغل و کارفرمایان، سوالات متداول و اینفوگرافیک (اطلاعات گرافیکی): <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>.

اطلاعات کلی

کروناویروس جدید چیست؟

کروناویروس‌ها یک خانواده بزرگ از ویروس‌ها هستند. بسیاری از آنها حیوانات را مبتلا می‌سازند، اما برخی از کروناویروس‌ها می‌توانند از حیوانات تکامل (تغییر) پیدا کرده و انسان‌ها را مبتلا نمایند، سپس از فردی به فرد دیگر سرایت کنند. این اتفاق است که در خصوص نوول کروناویروس اخیر رخ داده است. بیماری‌های ناشی از کروناویروس‌ها معمولاً در افراد موجب بیماری خفیف تا متوسط، مانند سرماخوردگی معمولی می‌شوند. برخی دیگر، مانند ویروس‌های سارس یا مرس، موجب عفونت جدی مانند ذات‌الریه می‌شوند.

علائم متداول COVID-19 چیست؟

اطلاعاتی که تا امروز در اختیار داریم نشان می‌دهند که این ویروس جدید علائمی مانند یک بیماری تنفسی ایجاد می‌نماید، علائمی مانند سرفه، تب، در برخی افراد تنگی نفس یا دشواری در تنفس.

کروناویروس‌ها چگونه منتشر می‌شوند؟

مانند سایر بیماری‌های تنفسی، همچون آنفولانزا، کرونا ویروس‌های انسانی معمولاً از طریق فرد مبتلایی که دارای علائم بیماری می‌باشد به روشهای زیر منتقل می‌شوند:

- از طریق قطرات (ترشحات دهان و بینی) در زمانی که یک فرد بیمار سرفه یا عطسه می‌کند.
- تماس فردی نزدیک، مانند مراقبت از یک فرد مبتلا.
- لمس یک شی یا سطح که ویروس را بر روی خود دارد، سپس لمس دهان، بینی، یا چشمانتان.

نوول کرونا ویروس یک ویروس جدید است و ما هر روز در مورد چگونگی گسترش آن و مدت زمانی که طول می‌کشد تا مردم بیمار شوند بیشتر می‌آموزیم.

برای حفاظت از خود و سایرین در برابر عفونت‌های تنفسی مانند نوول کرونا ویروس چه کاری می‌توانم انجام دهم؟
اقداماتی وجود دارند که هر فرد می‌تواند جهت جلوگیری از انتشار بیماری‌های تنفسی از جمله نوول کرونا ویروس‌ها انجام دهد.
اقدامات روزانه برای پیشگیری فردی:

- هنگامی که بیمار هستید در خانه بمانید. تا حداقل 24 ساعت بعد از اینکه دیگر تب یا علائم مرتبط با تب را بدون استفاده از داروهای تب‌بر نداشتید

(COVID-19) نوول کروناویروس

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس راهنمای سازمان‌های مذهبی و عقیدتی

در خانه بمانید.

- دستان خود را بصورت مستمر با آب و صابون برای حداقل 20 ثانیه بشویید. در صورتیکه آب و صابون در دسترس نبودند، از یک ماده ضدعفونی کننده دست با پایه الکی با حداقل 60% الکل استفاده نمایید.
- در هنگام سرفه و عطسه کردن با یک دستمال جلوی دهان و بینی خود را بپوشانید، سپس دستمال را دور بیندازید و دستان خود را فوراً بشویید. در صورتیکه دستمال در اختیار ندارید، از آستین خود (نه دست هایتان) استفاده کنید.
- تماس نزدیک با افراد بیمار را محدود سازید.
- اشیاء و سطوحی که به صورت مستمر لمس می‌شوند را با یک اسپری پاک کننده خانگی متداول یا یک دستمال مرطوب، تمیز و ضدعفونی نمایید.

در سطح سازمانی چه اقدامات پیشگیرانه‌ای لازم است انجام پذیرد تا انتشار ویروس‌های تنفسی از جمله ویروسی که موجب COVID-19 می‌شود کاهش یابد؟

- فعالیت‌های مستمر پیشگیرانه فردی آموزش داده شوند و مورد تاکید قرار گیرند.
- کارکنان، داوطلبان، و اعضای جامعه آیینی خود را حمایت و پشتیبانی نمایید تا در زمانی که بیمار هستند در خانه بمانند. به آنان یادآوری نمایید که حداقل 24 ساعت بعد از اینکه تب ایشان بدون استفاده از داروهای تب‌بر قطع شد در خانه بمانند و در سرکار حاضر نشوند.
- فراهم کردن لوازم بهداشتی مناسب از جمله دسترسی آسان به منظور تمیز کردن و جایگاه شستشوی دست، صابون، حوله کاغذی و ضدعفونی کننده دست با پایه الکی.
- در صورت امکان، ارتباط نزدیک و به اشتراک گذاری از جمله در خصوص غذا و نوشیدنی را به حداقل کاهش دهید. این امر شامل اصلاح و تغییر مراسمی همچون به اشتراک گذاری جام و نان در عشاء ربانی، یا مراسمی که شامل دست دادن و در آغوش گرفتن اعضا می‌گردد.
- به صورت روتین تمامی سطوح و اشیایی که مستمر لمس می‌شوند، از جمله دست‌گیره درها، زده پله‌ها، سطح روی میزها، دسته شیرهای آب، و تلفن‌ها را تمیز و ضدعفونی نمایید. از تمیزکننده‌های معمول استفاده نمایید و از دستورالعمل روی آنها پیروی کنید.

در صورتیکه شیوع COVID-19 افزایش یابد سازمان ما باید برای انجام چه اقداماتی آماده باشد؟

افزایش سرایت COVID-19 در اجتماع نشانگر رشد خطر بالقوه‌ای است که متوجه جمعیت عمومی می‌گردد و بر این اساس احتیاط پیشگیرانه بیشتری در خصوص سرایت در اجتماعات محلی لازم بنظر می‌رسد. در صورت توصیه اداره بهداشت عمومی، سازمان‌ها باید برای این اقدامات اضافه برنامه و آمادگی داشته باشد:

- برنامه‌ای برای ارتباط با کارکنان و اعضای خود داشته باشید.
- به کارکنان و داوطلبان اجازه دهید در صورتیکه فردی در خانه ایشان بیمار است یا تعطیلی مدارس رخ داده است، در خانه بمانند.
- دفعات ارتباط میان کارکنان یا داوطلبان سازمان خود را کاهش دهید. در صورت امکان ارتباط از راه دور (کار از منزل) را پیشنهاد نمایید و ملاقات‌های حضوری را با ویدئو کنفرانس یا کنفرانس تلفنی جایگزین نمایید.
- راه‌هایی را پیاده‌سازی نمایید تا در صورتیکه عملیات اجرایی تان به صورت موقت کاهش پیدا کرد خدمات حیاتی شما ادامه یابد.
- در صورتیکه تعداد قابل ملاحظه‌ای از اعضا در تماس نزدیک با یک مورد تایید شده از نوول کروناویروس بوده اند لازم است خدمات عبادتگاه معلق شود؛ ممکن است لازم باشد این افراد تا 14 روز از زمانی که در معرض ویروس بوده‌اند قرنطینه شوند. فراخوان تعطیلی بسیاری از مکان‌های عبادت مذهبی در مقیاس بزرگ تنها در صورتی اعلام خواهد شد که سطح سرایت قابل توجهی در اجتماع رخ داده باشد و امکان کنترل مناسب این امر از طریق سایر استراتژی‌ها ممکن نباشد.
- رویدادهای جمعی بزرگی را که افراد در آنها برای مدت طولانی در تماس با سایرین قرار دارند، تعدیل نمایید، به تعویق بیندازید یا لغو فرمایید. چنین اجتماعاتی لازم است لغو یا تعدیل شوند چرا که احتمال سرایت جمعی در یک اجتماع خاص یا بسیاری از اجتماعات مختلف وجود خواهد داشت. ما بر روی سازمان‌های مذهبی-عقیدتی و مکان‌های نیایش کار خواهیم کرد تا ریسک موجود را ارزیابی نماییم و به استراتژی موثری جهت تسکین وضعیت دست یابیم. احتمال دارد رشد سریعی را در تعداد موارد در سراسر کشور تجربه نماییم، ممکن است برای لغو بسیاری از رویدادهای عمومی فراخوان صادر نماییم.

(COVID-19) نوول کروناویروس

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس راهنمای سازمان‌های مذهبی و عقیدتی

اگر سوالی دارید و میخواهید با کسی صحبت کنید، یا جهت یافتن مراقبت پزشکی نیاز به کمک دارید، با خط اطلاعات شهرستان لس آنجلس از طریق شماره 1-1-2 که به صورت شبانه روزی در دسترس میباشد تماس حاصل فرمایید.