



کمیته بهداشت و کنترل عفونت دانشکده پرستاری و مامایی رشت



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی گیلان

دانشتیهای ضروری در مورد کرونا ویروس جدید 2019

کاری از کمیته بهداشت و کنترل عفونت
دانشکده پرستاری و مامایی رشت

با کرونا ویروس
مرگبار آشنا شوید



World Health
Organization

آیا مالیدن روغن کنجد مانع انتقال کرونا و ویروس جدید به بدن میشود؟

- خیر روغن کنجد ویروس کرونا را نابود نمی کند.
- برخی ضد عفونی کننده های شیمیایی موجود هستند که قادرند کرونا ویروس جدید را بر روی سطوح نابود کنند.
- اینها شامل محلولهای سفید کننده و ضد عفونی کننده های با پایه کلر همچون حلالها، اتانول 75%، اسید پاراستیک و کلر فرم میباشند.
- با اینحال اگر چنانچه این مواد را بر روی پوست خود بمالید و یا در زیر بینی استنشاق کنید در نابودی ویروس دارای اثری کم و یا بی تاثیر هستند.
- حتی استفاده از این مواد شیمیایی بر روی پوست میتواند خطرناک باشد.



آیا خوردن سیر میتواند در پیشگیری از ابتلا به کرونا ویروس جدید کمک کننده باشد؟

- سیر یک ماده مقوی است که ممکن است دارای برخی خواص ضد میکروبی نیز باشد.



- با اینحال در طغیان فعلی کرونا ویروس ، شواهدی در دست نیست که خوردن سیر انسان را در برابر کرونا ویروس حفاظت میکند.

از آنجایی که نوشیدن آب باعث تخفیف گلو درد میشود، آیا همچنین اینکار شما را از ابتلا به عفونت کرونا ویروس حفظ میکند؟



- اگرچه مایع درمانی از طریق نوشیدن آب بطور کلی برای حفظ سلامتی مهم است ولی اینکار نمی تواند از عفونت کرونا ویروس پیشگیری کند.

- اگر شما دارای علایمی شامل : تب ، سرفه و مشکلات تنفسی هستید، هرچه سریعتر بدنبال دریافت مراقبتهای پزشکی باشید و تاریخچه مسافرت پیشین خود را با مراقبین بهداشت ، پزشک و پرستار در میان بگذارید.

آیا غرغره کردن با محلولهای دهانشویه میتواند شما را در مقابل عفونت کرونا و ویروس جدید محافظت نماید؟



- هیچ شواهدی در دست نیست که استفاده از محلولهای دهانشویه شما را در مقابل عفونت کرونا و ویروس جدید محافظت میکند.

- برخی از انواع دهانشویه ها میتواند تنها برای چند دقیقه میزان میکربهای معینی را در بزاق شما کاهش دهند ولی این به این معنا نیست که آنها شما را در مقابل عفونت کرونا و ویروس محافظت میکنند.

آیا لامپهای ضد عفونی کننده ماورای بنفش میتوانند ویروس کرونا را بکشند؟



- لامپهای ماورای بنفش نباید برای استریل کردن دستها و دیگر سطوح پوست بدن استفاده بشوند. زیرا اشعه ماورای بنفش میتواند موجب تحریکات پوستی شود.

آیا دود و گاز های آتش نشانی و ترقه ها میتوانند از کرونا ویروس جدید جلوگیری نماید؟



- خیر تنفس با دود و گاز آتش نشانی و ترقه ها خطرناک بوده و باعث مرگ کرونا ویروس جدید نمیشوند.
- دودهای آتش نشانی و ترقه ها دارای دی اکسید گوگرد و گاز نسبتاً سمی هستند که برخی افراد نسبت به آنها آلرژی دارند.
- آنها میتوانند موجب تحریک چشمها، بینی، گلو و ریه های شما شده و حتی میتوانند یک حمله آسمی را ایجاد کنند.
- همچنین اگر شما بجدی نزدیک به گاز آتش نشانی باشید که دود آنرا استنشاق کنید، در اینصورت شما در معرض خطر سوختگی نیز میباشید.

آیا شستشوی منظم بینی با محلول نمکی میتواند به پیشگیری از کرونا ویروس جدید کمک کند؟



- هیچ شواهدی در دست نیست که شستشوی منظم بینی با محلول نمکی افراد را از آلودگی به کرونا ویروس جدید محافظت میکند.
- شواهد محدودی موجود است که نشان میدهد شستشوی منظم بینی با محلول نمکی، میتواند به درمان سریعتر سرماخوردگی در افراد کمک کننده باشد.
- با اینحال نشان داده نشده که شستشوی منظم بینی میتواند موجب پیشگیری از عفونتهای تنفسی شوند.

آیا نوشیدن الکل موجب پیشگیری از کرونا ویروس جدید میشود؟

- خیر. نوشیدن الکل شما را از عفونت کرونا ویروس جدید محافظت نمیکند.

- در عوض شما می توانید خطر ابتلا به کرونا ویروس را با شستشوی مرتب دستهایتان با محلولهای با پایه الکل و یا آب و صابون کاهش دهید.

- در هنگام عطسه یا سرفه جلوی دهان و بینی خود را با آرنج خم شده و یا دستمالی که به سرعت آنها را دور میریزید، بپوشانید و بسرعت دستتان را بشویید.

- از ارتباط نزدیک با هر فردی که دارای تب و سرفه است پرهیزید.



آیا دستگاہهای خشک کننده دست در نابودی کرونا ویروس جدید موثرند؟



- خیر. دستگاہهای خشک کننده دست در کشتن کرونا ویروس جدید موثر نیستند.

- برای حفاظت خود در مقابل کرونا ویروس جدید شما باید مرتباً دستان خود را با محلولهایی که دارای پایه الکل هستند و یا با آب و صابون شستشو دهید.

- زمانی که دستانتان تمیز شدند باید آنها را با استفاده از دستمال کاغذی و یا دستگاہهای خشک کننده با هوای گرم ، خشک نمایید.

آیا اسپری کردن تمام بدن شما با الکل و یا کلر میتواند کرونا ویروس جدید را نابود کند؟



- خیر . اسپری کردن تمام بدن شما با الکل و یا کلر نمیتواند کرونا ویروس جدید را که اکنون وارد بدن شما شده است نابود کند.
- اسپری کردن با چنین موادی میتواند برای غشا های مخاطی و پوشاننده بدن نظیر چشمها و دهان مضر باشد.
- آگاه باشید که هر دو شکل الکل و کلر میتوانند برای ضد عفونی کردن سطوح مفید باشند ولی این امر نیازمند این میباشد که آنها مطابق با توصیه های درست استفاده گردند.

واقعیت موجود: احتمال آلوده شدن با کرونا ویروس جدید از طریق تماس با سکه ، اسکناس ، کارتهای اعتباری و دیگر اشیاء خیلی کم میباشد.



alamy stock photo

BCKM18
www.alamy.com

- با تمیز کردن صحیح دستها، ریسک آلوده شدن به کرونا ویروس جدید از طریق تماس با اشیاء شامل: سکه ، اسکناس و کارتهای بانکی بسیار اندک است.

- بهترین محافظت کننده، تمیز کردن مکرر دستها با محلولهای دارای پایه الکل و یا شستشوی آنها با آب و صابون می باشد.

- یک شیئی ممکن است از طریق سرفه یا عطسه افراد آلوده و یا تماس او با شیئی به کروناویروس جدید آلوده گردد.

به منظور مقابله با کرونا ویروس جدید از چه نوع ماده ضد عفونی کننده میتوان برای پاک کردن سطوح استفاده نماییم؟



- اگر سطحی کثیف است، ابتدا آنرا با یک صابون و یا مواد شوینده خانگی معمولی پاک کرده و با آب شستشو دهید. سپس از یک ماده ضد عفونی کننده معمولی خانگی نظیر محلولهای سفید کننده (وایتکس) استفاده کنید. مواد فعال موجود در آن (هیپو کلریت سدیم) باکتریها، قارچها و ویروسها را خواهد کشت.
- همیشه در زمانی که از محلولهای سفید کننده استفاده میکنید، از دستانتان محافظت کنید. (بعنوان مثال دستکش پلاستیکی بپوشید). مواد سفید کننده را مطابق دستورالعمل پشت جعبه با آب رقیق نمایید.

دستگاه های اسکنر حرارتی در تشخیص افراد آلوده به کروناویروس جدید تا چه میزان موثر می باشند؟



- دستگاههای اسکنر حرارتی در تشخیص افرادی که آلودگی آنها به کرونا ویروس جدید به سمت تب دار شدن (درجه حرارات بدنشان بالاتر از حد نرمال می باشد) پیشرفت نموده است موثر می باشد.

- با این حال این دستگاه ها نمی توانند افرادی را که آلوده شده اند اما هنوز بیمار تب دار نیستند تشخیص دهند. این به آن دلیل است که فرد آلوده به کرونا ویروس جدید بین 2 تا 10 روز زمان میبرد تا علایم بیماری یا تب را نشان دهد.

ما چگونه باید مطمئن شویم که لباس ها و ملحفه ها انتقال دهنده کرونا و ویروس جدید نباشند؟



- ملحفه ها و لباس های کثیف را بطور مستقیم و در تماس با بدن خود حمل نکنید.
- آنها را با آب داغ (بین 60 تا 90 درجه سانتی گراد) با ضد عفونی کننده ها یا صابون های لباس شویی بشوید.
- در صورت در دست بودن محلول های سفید کننده آنها را مطابق دستورالعمل پشت جعبه برای شستشو اضافه کنید.
- پس از شستشو از خشک کن با درجه حرارت بالا یا اشعه مستقیم آفتاب استفاده کنید.

حقیقت موجود: کرونا ویروس جدید نمی تواند با نیش حشرات انتقال یابد.



- در حال حاضر هیچ اطلاعاتی یا شواهدی دال بر اینکه کرونا ویروس جدید میتواند از طریق نیش حشرات انتقال یابد موجود نمی باشد.
- کرونا ویروس جدید یک ویروس تنفسی است که بطور اولیه از طریق ترشحات تنفسی زمانی که یک فرد آلوده سرفه یا عطسه می کند و یا از طریق ترشحات بزاقی و یا دفعی از بینی منتقل می شود.
- برای محافظت از خود دستهای خود را مکررا با محلول های الکی و یا آب و صابون تمیز نمایید.
- همچنین از تماس نزدیک با فردی که سرفه یا عطسه می کند پرهیزید .

هنگام تمام شدن مواد ضد عفونی کننده داخل مغازه ها چه کار باید کرد؟



- مسئله ای نیست. شستشوی دستها با آب و صابون معمولی نیز بر علیه کرونا ویروس جدید موثر است.
- بیاد داشته باشید که بین انگشتان ، پشت دستها و اطراف ناخن ها را بشوئید.

آیا کرونا ویروس جدید از طریق مدفوع نیز انتقال می یابد؟



• مانند بقیه کرونا ویروس ها این ویروس نیز میتواند در مدفوع یافت شود. ولی کوید 19 بطور اولیه از طریق تماس نزدیک با فرد آلوده و یا ترشحات پرتاب شده آنها به هنگام سرفه یا عطسه انتقال می یابد.

برای محافظت خود دستان خود را بطور منظم بخصوص قبل از تهیه یا خوردن غذا ، بعد از عطسه یا سرفه کردن ، قبل و بعد از دستشویی رفتن و بعد از تعویض کهنه بچه بشوئید.

آیا کرونا ویروس جدید در هوای گرم و مرطوب دوام می آورد؟



- بله ، کرونا ویروس جدید به کشورهای با هوایی گرم و مرطوب و همچنین سرد و خشک انتقال می یابد. هر کجایی که زندگی می کنید و در هر شرایط آب و هوایی که هستید باید احتیاط ها را رعایت کنید .
- دست های خود را بطور پی در پی بشویید و در هنگام عطسه یا سرفه با دستمال کاغذی یا آرنج خمیده دهان و بینی خود را بپوشانید . دستمال کاغذی را در سطل زباله انداخته و دستان خود را مجددا بشویید .

آیا سیگار کشیدن بر کرونا ویروس جدید (کووید 19) تاثیر دارد؟



- سیگار کشیدن حفاظتی در برابر کووید 19 ایجاد نمیکند.
- در حقیقت سیگار کشیدن کشنده است. سالانه بیش از 8 میلیون نفر در اثر استعمال دخانیات می میرند.
- افرادی با وضعیتهای نامساعد جسمی نظیر بیماریهای قلبی شدید یافته با مصرف دخانیات ، بیشتر در خطر ابتلا به نوع شدید کرونا ویروس جدید میباشند.

آیا حیوانات خانگی میتوانند باعث انتشار کرونا ویروس جدید باشند؟



- در حال حاضر هیچ شواهدی دال بر اینکه حیوانات خانگی و یا همراه انسان نظیر سگ و گربه می توانند با کرونا ویروس جدید آلوده شوند، موجود نیست.
- البته این ایده همیشه خوب است که بعد از تماس با حیوانات خانگی و یا هر حیوانی دستان خود را با آب و صابون بشوئید.
- این مساله شما را در برابر باکتریهای شایع مختلف نظیر اشرشیا کولی و سالمونلا که میتوانند بین انسان و حیوانات خانگی انتقال یابند، حفاظت می کند.

آیا هیچگونه داروی اختصاصی برای پیشگیری و یا درمان کرونا ویروس جدید وجود دارد؟



- در حال حاضر هنوز هیچ داروی خاصی برای پیشگیری و یا درمان کرونا ویروس جدید توصیه نشده است.
- با اینحال افراد آلوده به ویروس باید مراقبتهای مناسبی برای تخفیف و درمان علائم دریافت نموده و افراد یا بیماری شدید باید تحت مراقبتهای حمایتی ویژه فرار بگیرند.
- برخی از درمانهای اختصاصی در حال بررسی بوده و از طریق کارآزماییهای بالینی مورد تجزیه تحلیل قرار خواهند گرفت.

آیا کرونا ویروس جدید سالمندان را بیشتر تحت تاثیر قرار میدهد یا اینکه جوانان نیز مستعد پذیرش هستند؟



- افراد از تمامی سنین میتوانند با کرونا ویروس جدید آلوده شوند.

- نشان داده شده که افراد مسن و افرادی با سابقه مشکلات پزشکی نظیر (آسم، دیابت و بیماری قلبی) مستعد بروز بیماری شدیدتر به همراه کرونا ویروس جدید هستند.

- سازمان جهانی بهداشت به تمام افراد از تمام سنین گوشزد میکند که گامهای مراقبتی برای محافظت خود در برابر کرونا ویروس جدید را رعایت کنند نظیر پیروی کردن از اقدامات بهداشتی درست و بخصوص بهداشت خوب دستگاه تنفس.

آیا این مساله که ما نامه یا بسته ای از کشور چین دریافت کنیم ، امن میباشد؟

- بله امن هست . افرادی که بسته ای از کشور چین دریافت میکنند در معرض آلوده شدن به کرونا ویروس جدید نیستند.



- بر اساس تحقیقات قبلی ما متوجه شدیم که کرونا ویروسها مدت زمان طولانی بر روی اشیاء نظیر نامه و یا بسته زنده نمیمانند.

آیا آنتی بیوتیکها در پیشگیری و درمان کرونا ویروس جدید موثرند؟



- خیر. آنتی بیوتیکها فقط بر باکتریها موثرند نه بر ویروسها.

- کرونا ویروس جدید 2019 ، یک ویروس میباشد بنابراین این آنتی بیوتیکها نباید به منظور پیشگیری و یا درمان ان استفاده شوند.

- با اینحال اگر شما به علت کرونا ویروس جدید در بیمارستان بستری شده اید ممکن است که برای درمان عفونتهای باکتریایی همراه ، آنتی بیوتیک نیز دریافت نمایید.

آیا واکسن پنومونی (ذات الریه) میتواند شما را در مقابل کرونا ویروس جدید محافظت نماید؟



- خیر. واکسنهایی که علیه پنومونی استفاده میشوند، نظیر واکسن پنوموکک و واکسن آنفلوآنزای تیپ B ، حفاظتی بر علیه کرونا ویروس جدید ایجاد نمیکند.

- این ویروس بقدری جدید است که به واکسن اختصاصی خودش نیاز دارد.

- اگرچه این واکسنها بر کرونا ویروس جدید 2019 بی تاثیرند ولی برای حفظ سلامتی شما ، واکسنهایی که بر علیه بیماریهای سیستم تنفسی هستند، بطور قابل توجهی مورد تاکید میباشند.

با آرزوی ریشه کنی این ویروس مهلک در کوتاه ترین
زمان ممکن در سراسر جهان

