



چگونه از کروناویروس در امان بمانیم؟

کرونا خانواده بزرگی از ویروس‌ها هستند که می‌توانند از سرماخوردگی گرفته تا سندرم تنفسی حاد (SARS) و سندرم تنفسی خاورمیانه (MERS)، عفونت ایجاد کنند.

کرونا خانواده بزرگی از ویروس‌ها هستند که می‌توانند از سرماخوردگی گرفته تا سندرم تنفسی حاد (SARS) و سندرم تنفسی خاورمیانه (MERS)، عفونت ایجاد کنند.

به گزارش ایسنا، کرونا ویروس‌ها زئونوتیک هستند، به این معنی که هم به انسان‌ها و هم به حیوانات منتقل می‌شوند. کروناویروس به سیستم تنفسی حمله می‌کند و منجر به آسیب‌هایی در ریه می‌شود. این ویروس بسیار مسری است و از طریق تماس با هر چیزی که به آن آلوده شده باشد، تنفس، سرفه یا عطسه، قابل انتقال است.

علائم این ویروس درست شبیه سرماخوردگی و آنفلوآنزا است؛ علائمی مانند آبریزش بینی، سردرد، سرفه، تب، تنگی نفس، لرزش و درد بدن و در موارد شدیدتر، عفونت می‌تواند به ویژه در افراد مسن، مبتلایان به بیماری‌های قلبی و خودایمنی، باعث ذات‌الریه، سندرم حاد تنفسی، نارسایی کلیه و حتی مرگ شود.

هنوز هیچ واکسنی برای کروناویروس وجود ندارد. با این حال برای جلوگیری از عفونت کرونا باید همان کارهایی را که برای پیشگیری سرماخوردگی توصیه می‌شود، انجام داد؛ مانند استفاده از صابون‌های ضدباکتری و اسپری‌های حاوی الکل و شستشوی دست‌ها.

وزارت بهداشت کشورمان نیز تاکید دارد که عملیات غربالگری و شناسایی بیماران کرونا در مرزهای کشور به هیچ‌عنوان مانع صد در صدی برای ورود این بیماری به داخل کشور نیست و مردم بویژه کودکان، سالمندان و بیماران مراقب سلامت خود باشند.

چند توصیه وزارت بهداشت در پیشگیری از ابتلا به کروناویروس عبارت است از:

- دستان خود را چند بار در روز به مدت ۲۰ ثانیه با آب و صابون بشویید. اگر آب و صابون در دسترس شما نیست با یک ضدعفونی کننده الکلی دستان خود را بشویید.
- با دستان کثیف چشم‌ها، بینی و دهان خود را لمس نکنید.
- موقع عطسه و سرفه دهان و بینی خود را با دستمال پوشانید و بعد دستمال را دور بیندازید.
- از ارتباط نزدیک با کسانی که بیمار هستند اجتناب کنید.
- پخت صحیح و کامل گوشت و تخم مرغ بسیار توصیه می‌شود.
- اشیایی را که در طول روز لمس می‌کنید ضدعفونی کنید.
- اگر بیمار هستید در خانه بمانید.