



سایه شیوع ویروس کرونا در همه بازار/مسافرت نروید حتی ضروری

برخی از مردم در روزهای نزدیک به عید نوروز، نسبت به شیوع گسترش ویروس کرونا بی تفاوت شده و برای انجام خریدهای نوروزی به بازار می‌روند.

برخی از مردم در روزهای نزدیک به عید نوروز، نسبت به شیوع گسترش ویروس کرونا بی تفاوت شده و برای انجام خریدهای نوروزی به بازار می‌روند.

خبرگزاری مهر، گروه استان‌ها – آن‌ها رحیمی: تب بالا رفته و سرفه‌ها تشدید می‌شود؛ تنگی نفس به سراغ فرد مبتلا می‌آید و ممکن است هوشیاری خود را از دست بدهد؛ این‌ها علائمی از یک ویروس کشنده است که متأسفانه این روزها در جهان شیوع پیدا کرده است.

رعایت بهداشت فردی و پرهیز از حضور در مکان‌های عمومی، تنها راه مقابله با این ویروس است؛ ویروسی که همه را با استرس و اضطراب خاصی رو به رو ساخته است و اکثر شهروندان به تهیه لوازم مورد نیاز از جمله ماسک، دستکش و محلول‌های ضدعفونی اقدام کرده‌اند.

دو هفته باقی مانده‌ای که متخصصان معتقد هستند این ویروس شایع‌تر خواهد شد و شهروندان باید از هر گونه تجمع در مکان‌های عمومی خودداری کنند. تعطیلی مدارس، کاهش ساعات اداری و ضدعفونی معابر، ناوگان عمومی حمل و نقل از جمله اقداماتی است که با شیوع این ویروس، انجام گرفته است.

شاید تکرار اینکه این روزها باید بیشتر از همیشه به بهداشت فردی اهمیت داد و یا از حضور در مکان‌های عمومی خودداری کرد ضرری نداشته باشد. برخی از مردم به نکاتی که از سوی رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی منعکس می‌شود توجه کرده اما برخی با نزدیک شدن به سال جدید، بدون هیچ گونه توجه به رعایت نکات بهداشتی و شیوع سریع این بیماری، در مکان‌های عمومی به خصوص بازار، رفت و آمد می‌کنند.

روزهای نزدیک به عید نوروز، اصلی‌ترین عاملی است که اکثر مردم در سطح شهر به خصوص بازار تربیت، خریدهای نوروزی را انجام می‌دهند؛ اکثر شهروندان از دستکش و ماسک استفاده کرده‌اند اما این عاملی برای ایمن ماندن از این ویروس نیست چرا که مکان‌های عمومی، محلی برای شیوع ویروس به شمار می‌روند.

حسین پور یکی از شهروندانی است که در گفت و گو با خبرنگار مهر می‌گوید: شغل من خیاطی است و امروز نیز برای خرید لوازم مورد نیاز مثل پارچه به بازار آمده‌ام.

وی در پاسخ به این سوال که عدم حضور در مکان‌های عمومی، شیوع ویروس را گسترش می‌دهد بیان می‌کند: خرید لوازم ضروری و تحویل کار به موقع برای مشتری، قدری کار ما را سخت کرده است اما تا جایی که ممکن است نکات بهداشتی را در حین آمدن به بازار رعایت می‌کنم.

حسین پور اضافه می‌کند: برای تردد از خودروی شخصی استفاده می‌کنم و اینکه بخاطر شغل و وضعیت پیش آمده سعی می‌کنم لوازم مورد نیاز خود را یکجا خریداری کنم تا مجبور به تردد مکرر نباشم؛ اما برخی از خانواده‌ها حتی کودکان خردسال خود را به محیط‌های شلوغ از جمله این بازار می‌آورند که برای سلامتی کودکان، خطر دارد و بهتر است خریدهای نوروزی را به زمان دیگری موکول کنند.

لوازم بهداشتی باید به راحتی در اختیار مردم قرار بگیرد

او اضافه می‌کند: تهیه لوازم بهداشتی به خصوص ماسک، قدری مشکل شده که امیدوارم این گفت و گو با شما بهانه‌ای باشد تا صدای ما به گوش مسئولان برسد و در این رابطه اقدام کارسازی انجام دهند؛ اکنون که رعایت نکات بهداشتی، بیش از هر زمان دیگری اهمیت دارد باید به راحتی در اختیار مردم قرار بگیرد. برخی از تجهیزات پزشکی نیز فروش ماسک را به آشنایان خود اختصاص داده‌اند و ما نیز در خرید تعدادی ماسک برای خانواده خود، دچار مشکل شده ایم.

بر اساس این گزارش تا صبح روز دوشنبه ۱۲ اسفند، ۶۶ نفر در اثر ابتلاء به این ویروس در ایران جان خود را از دست داده‌اند.

وزارت بهداشت ایران در تازه‌ترین آمار رسمی از وضعیت شیوع ویروس کرونا در ایران اعلام کرد که تعداد مبتلایان به ۱۵۱۰ نفر رسیده است؛ بر اساس این گزارش تا صبح روز دوشنبه ۱۲ اسفند، ۶۶ نفر در اثر ابتلاء به این ویروس در ایران جان خود را از دست داده‌اند، در استان آذربایجان شرقی ۴۸ مبتلا نهایی شده کرونا با ۴ فوتی داشته ایم.

به این ترتیب شمار موارد تأیید شده ابتلاء به کرونا از دیروز یکشنبه، ۵۲۳ نفر و تعداد جان باختگان، ۱۲ نفر بیشتر شده و تعداد افرادی که در سراسر جهان به دلیل ابتلاء به ویروس کرونا، جان خود را از دست داده‌اند به ۳ هزار نفر رسیده است.

به گفته وزارت بهداشت ایران از میان ۷۲۸۰ مراجعه کننده تاکنون ۴۳۱۲ مورد مشکوک تشخیص داده شده و آزمایش شده اند؛ طبق آمار جدید، تعداد بهبود یافتگان در یک روز گذشته ۲۹۱ نفر بوده است.

مراجعه به پزشک در صورت تشدید علائم

گرمای هوا انتقال ویروس را کاهش خواهد داد، این را یک متخصص بیماری های عفونی به خبرنگار مهر گفته و بیان می کند: اگر افراد، دارای علائمی همانند ازدیاد تعداد تنفس، تب بالا و اختلال در هوشیاری باشند باید به پزشک مراجعه کنند.

شست و شوی دست ها با آب و صابون، عدم تماس دست آلوده با چشم، بینی و دهان، ضدعفونی سطوح و رعایت فاصله از افراد مشکوک به این ویروس از جمله مهم ترین نکاتی است که باید آنرا رعایت کرد

اسماعیل مقدس پور ادامه می دهد: ویروس کرونا تفاوت چندانی با سرماخوردگی ندارد و در مواردی که علائم، شدید باشد نیاز به بستری بودن است که در آزمایشات عکس سینه، علائم واضح مبتلا شدن به ویروس کرونا نیز وجود دارد.

او توضیح می دهد: تمام افراد، ممکن است به این ویروس دچار شوند اما افرادی که بیماری زمینه ای دارند و یا سن آنها بالا است، بیشتر در معرض این بیماری هستند اما این بدین معنی نمی باشد که سایر افراد ممکن است دچار نشوند اما کم تر اتفاق می افتد.

لزوم استفاده از ماسک برای افراد بیمار

وی ضرورت استفاده افراد بیمار از ماسک را یادآور شده و ادامه می دهد: استفاده افراد بیمار از ماسک، از پخش شدن قطرات تنفسی جلوگیری می کند؛ هم چنین شست و شوی دست ها با آب و صابون، عدم تماس دست آلوده با چشم، بینی و دهان، ضدعفونی سطوح و رعایت فاصله از افراد مشکوک به این ویروس از جمله مهم ترین نکاتی است که باید آنرا رعایت کرد.

مقدس پور در ادامه بیان می کند: فاصله یک و نیم متری از افراد مبتلا به این ویروس، افراد سالم را در محیط امنی قرار می دهد چرا که ویروس ها از طریق قطرات تنفسی، امکان شیوع پیدا می کنند.

عدم تماس با سطوح آلوده شده توسط افراد بیمار

وی به انتقال ویروس از طریق تماس با سطح آلوده توسط بیمار اشاره کرده و اضافه می کند: تب بالا، تغییرات آزمایشگاهی و عکس سینه تقریباً در تمام موارد مبتلا مشاهده می شود؛ افراد می توانند تب بالا، سردرد و دردهای عضلانی را شاخص قرار دهند اما تا زمانی که شدید نبوده و به مشکل تنفسی، تنگی نفس، سرفه های آزار دهنده دچار نشوند، در منزل با مصرف مایعات ولرم فراوان و گرم نگه داشتن بدن که جزو اساس درمان است می توانند بهبود یابند.

تقویت سیستم ایمنی بدن

متخصص بیماری های عفونی به خبرنگار مهر می گوید : مصرف مواد غذایی که دارای مقادیر بالایی از گروه های ویتامین C و A,B هستند می تواند در بالا بردن سیستم ایمنی بدن مفید باشد. مصرف مرکبات، لیمو شیرین، پرتقال، نارنگی، میوه جات و سبزیجات تازه که رنگ های سبز یا قرمز تند دارند و هم چنین مصرف عسل به افراد توصیه می شود.

مصرف مواد غذایی که دارای مقادیر بالایی از گروه های ویتامین C و A,B هستند می تواند در بالا بردن سیستم ایمنی بدن مفید باشد

شیوع ویروس کرونا و لزوم رعایت نکات بهداشتی و از همه مهم تر عدم حضور در اماکن عمومی؛ مواردی است که شهروندان باید بیشتر از همیشه بدان توجه کنند.

لزوم توجه و استفاده شهروندان از لوازم بهداشتی این است که به موقع در اختیار عموم مردم قرار بگیرد.

اگر نکات بهداشتی را رعایت کنیم و کمتر در اماکن عمومی حضور داشته باشیم می توانیم این ویروس کشنده را از بین ببریم.