

## ویروس کرونا - کووید-۱۹

ویروس کرونا شامل یک خانواده از ویروسهای مختلف است. در انسانها میتواند باعث ایجاد سرماخوردگیهای جزئی و یا بیماریهای جدیتر شود. آخرین ویروس کرونای کشف شده سارس-کووی-۲ (SARS-CoV-2) نام دارد و میتواند سبب ایجاد بیماری کووید-۱۹ شود. نشانههای کووید-۱۹ همانند آنفولانزا است، همراه با سرفههای خشک و تب؛ و نیز میتواند سبب ایجاد ناراحتی تنفسی گردد. بعضی افراد تنها مبتلا به نشانههای خفیف سرماخوردگی بدون تب میشوند. هدف تمامی درمانهای ویروسی رفع نشانههای بیماری و پیشگیری از گسترش بیشتر آن است.

ما آخرین پیشرفتهای مرتبط با ویروس جدید کرونا را که سبب ایجاد کووید-۱۹ میشود زیر نظر گرفته و اطمینان حاصل میکنیم که اطلاعات بهروز و موثق به طور منظم در اختیار شما قرار گیرد.

### اطلاعات کلی درباره ویروس کرونا

خطر گسترش ویروس کرونا در سوئد بسیار بالاست. به تمامی افرادی که نشانههای عفونت دستگاه تنفسی دارند حتی نشانههای خفیف، توصیه میشود در خانه بمانند و از ارتباطات اجتماعی پرهیز کنند تا گسترش عفونت به حداقل برسد. در مناطق استکهلم و وستراپاتالاند نشانههای گسترش عمومی عفونت دیده میشود.

ویروس کرونای جدید، SARS-CoV-2 میتواند سبب ایجاد بیماری کووید-۱۹ شود، که عامل بیماری ویروس کرونا در سال ۲۰۱۹ است. این ویروس برای اولین بار در چین مشاهده شد، اما در اقصی نقاط جهان گسترش یافته است، بنابراین به آن پاندمی (همهگیر) گفته میشود.

سازمان بهداشت عمومی در سوئد با همکاری سازمان بهداشت جهانی (WHO) پیشرفتهای زیر نظر دارند. این سازمانها تصمیم میگیرند که چه تلاشهایی باید صورت بگیرد تا از گسترش آن پیشگیری شود و معاینات پزشکی چگونه باید انجام شود. وزارت امور خارجه (UD) توصیه نموده است که تا ۱۴ آوریل از سفر به هر کشوری اجتناب گردد.

### نشانهها

کووید-۱۹ میتواند مشکلاتی همانند سرماخوردگیهای رایج یا آنفولانزا ایجاد کند. بیشتر نشانههای رایج عبارتند از:

- تب
- سرفه
- خستگی شدید

در برخی موارد، ممکن است نشانههای زیر را نیز داشته باشید:

- دردهای عضلانی
- گلو درد
- سردرد
- مشکلات شکمی همراه با استفراغ
- اختلالات تنفسی
- گرفتگی و آبریزش بینی

این نشانه‌ها با شدت و ترتیب مختلف ظاهر میشوند. بعضی افراد تنها سرفه میکنند، بعضی دیگر تنها تب میکنند، و بعضی ترکیبی از چند نشانۀ مختلف دارند.

پیشرفت نشانه‌ها نیز ممکن است در دورۀ ابتلا به بیماری متفاوت باشد. بنابراین، مهم است که نسبت به وقوع اولیۀ نشانه‌ها هوشیار باشیم. افراد اندکی نیز دچار مشکلات تنفسی شدیدتری در بخش پایینی دستگاه تنفسی میشوند، مانند ذات‌الریه و دشواری تنفس.

## کارهایی که میتوانید برای خود انجام دهید

جهت کاهش خطر گسترش عفونت به چند توصیه توجه کنید:

- بهداشت خوب دستها – دستهای خود را مرتباً با صابون و آب گرم بشویید.
- از دست زدن به صورت و چشمها خودداری نمایید.
- از تماس نزدیک با افرادی که نشانه‌های بیماری را دارند خودداری کنید.
- در داخل آرنج خود یا دستمال سرفه یا عطسه نمایید.
- نسبت به نشانه‌های اولیه هوشیار باشید.
- اگر بیمار هستید در خانه بمانید.
- از رفتن به خانۀ سالمندان و بیمارستان خودداری کنید.

در حال حاضر توصیه‌های خاصی برای افراد مبتلا به مشکلات پزشکی که در معرض خطر هستند یا بانوان باردار وجود ندارد.

آیا پرسشهای بیشتری دارید؟ در صورتی که قصد دارید بیشتر بخوانید، ما پرسشهای رایج و پاسخهای بر پایۀ حقایق را در یک مجموعۀ پرسشهای رایج جمعآوری نموده‌ایم.

## پس باید در پی درمان باشید

رهنمونهای جدید درباره‌ی انجام آزمایش تا اطلاع ثانوی معتبر است. افرادی که دچار نشانه‌هایی شبیه به ویروس کرونا، سرماخوردگی معمولی یا آنفولانزا شده‌اند، در آینده مورد آزمایش قرار نمیگیرند. اگر احساس میکنید بیمار هستید، در خانه بمانید و ارتباطات اجتماعی خود را به حداقل برسانید، به جز با افرادی که با شما زندگی میکنند.

در صورتی که دچار دشواری تنفس شده‌اید، برای درمان به اورژانس مراجعه نمایید. اگر نشانه‌های تنفسی شدید دارید، جهت دریافت مشاوره با پزشک خود تماس بگیرید.

در KRY نمونه‌گیری SARS-CoV-2 انجام نمیشود. اگرچه، ما میتوانیم در رابطه با ارزیابی نشانه‌های شما مشاوره ارائه دهیم.

## پس آیا KRY میتواند به من کمک کند؟

شما میتوانید جهت ارزیابی نشانه‌های خود و ارائۀ مشاوره با ما در KRY تماس بگیرید. یکی از پرستاران یا پزشکان نشانه‌های شما را با توجه به اطلاعات به دست آمده در جلسۀ درمانی شما ارزیابی مینماید.

به خاطر داشته باشید که اگر فرزند شما بیمار است، لازم است او در این جلسه حضور داشته باشد.

دولت تصمیم گرفته است که تا اطلاع ثانوی حداقل روزهای اجباری کار را لغو نماید، و به شما امکان گرفتن ۱۴ روز مرخصی استعلاجی را بدهد، بنابراین نیازی به ارائۀ گواهی پزشکی برای ۱۴ روز اول بیماری نیست.

--

آخرین بهروز رسانی: ۱۳ مارس ۲۰۲۰

بازنگری: آنت آلائوس (Annette Alaeus)، متخصص بیماریهای عفونی