

پرسش و پاسخ‌های شایع در زمینه

بیماری گروناوی جدید ۲۰۱۹ (COVID-19)

مبانی پایه مربوط به بیماری

سوال ۱: کروناویروس جدید ۲۰۱۹ چیست؟

پاسخ: یک ویروس جدید تنفسی است که اولین بار در شهر ووهان، استان هوئی در کشور چین شناسایی شد. خانواده کروناویروس‌ها به طور شایع در انسان‌ها چرخش داشته و سبب بیماری سرماخوردگی می‌شده‌اند. ویروس جدید قبلاً در این خانواده ویروسی دیده نشده بود.

سوال ۲: منبع (منشاء) کروناویروس ۲۰۱۹ چیست؟

پاسخ: مسوولان جهانی بهداشتی و موسسات علمی همکار آنها به طور جدی در تلاش هستند تا منشأ کروناویروس جدید ۲۰۱۹ را شناسایی کنند. کروناویروس‌ها خانواده بزرگی از ویروس‌ها هستند که میان حیواناتی مانند شترها، گربه‌ها و خفاش‌ها دیده می‌شوند. تجزیه و تحلیل ژنتیکی ویروس جدید فعلی در جریان است تا حیوان منبع ویروس را مشخص کنند.

کروناویروس دیگر موسوم به سارس که در سال ۲۰۰۲ میلادی ظاهر و سبب بیماری انسان شد، از گربه‌های چینی منشأ گرفته بود، در حالی که کروناویروس خاورمیانه مرس که در سال ۲۰۱۲ میلادی ظاهر و سبب بیماری انسان شد، از شتر منشأ گرفت.

سوال ۳: ویروس جدید کرونا چگونه منتشر می‌شود؟

پاسخ: احتمالاً ویروس ابتدا از یک منبع حیوانی در چین منتقل شده باشد ولی هم‌اکنون انتقال آن به صورت انسان به انسان است.

سوال ۴: آیا کروناویروس جدید ۲۰۱۹ مانند سارس و مرس است؟

پاسخ: نه، کروناویروس‌ها خانواده بزرگی از ویروس‌ها هستند که بعضی از آنها برای انسان و بعضی دیگر برای حیوانات بیماری‌زا خواهند بود. کروناویروس جدید مانند عوامل ایجاد بیماری سارس و مرس نیست. در هر حال تجزیه و تحلیل‌های ژنتیکی در آزمایشگاه نشان داده این ویروس از ویروسی شبیه سارس (احتمالاً در خفاش) نشأت گرفته است. تحقیقات در این زمینه ادامه دارد. اطلاعات در مورد این بیماری به سرعت در حال افزایش است و به محض دسترسی به اطلاعات جدید، در اختیار عموم قرار خواهد گرفت.

اصول پیشگیری

سوال ۵: چگونه خود را در برابر این ویروس محافظت کنیم؟

پاسخ: در حال حاضر مانند ویروس‌های سرماخوردگی، واکنسی برای پیشگیری از این بیماری وجود ندارد. بهترین راه پیشگیری، خودداری از تماس با ویروس؛ یعنی تماس نزدیک با افرادی است که علائم سرماخوردگی دارند و دارای سابقه سفر به چین در ۲ هفته گذشته هستند. البته وزارت بهداشت توصیه می‌کند مردم همواره موازین پیشگیری از انتشار بیماری‌های تنفسی را رعایت کنند که عبارتند از:

- ❖ شستشوی مکرر و درست دست‌ها با آب و صابون به مدت ۳۰ تا ۴۰ ثانیه به‌خصوص بعد از رفتن به سرویس بهداشتی، پیش از غذا خوردن، بعد از تمیز کردن بینی، عطسه و سرفه (درون دست‌ها)
- ❖ اگر آب و صابون به راحتی در دسترس نیست، از محلول‌های بر پایه الکل ضد عفونی دست استفاده کنید.
- ❖ اگر دست‌ها به وضوح کثیف هستند، همواره از آب و صابون استفاده کنید.

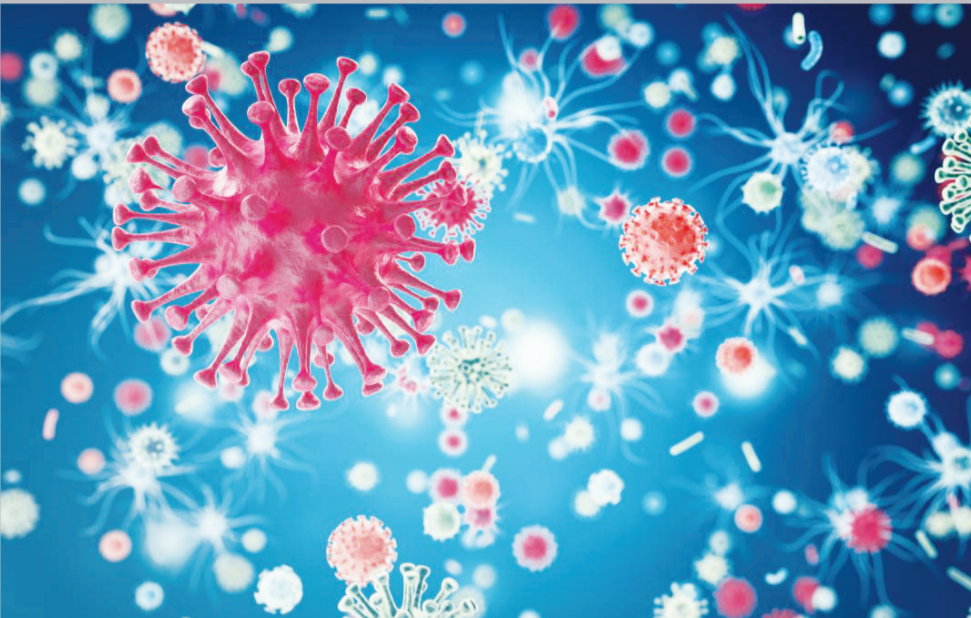
- ❖ از تماس دست‌های شسته‌نشده با چشم، بینی و دهان خودداری کنید.
- ❖ از تماس نزدیک با افرادی که علائم سرماخوردگی دارند، خودداری کنید (حفظ فاصله حداقل ۱-۲ متر، خودداری از روبوسی، در آغوش گرفتن و دست دادن)
- ❖ در صورت داشتن علائم سرماخوردگی در منزل استراحت کنید.
- ❖ هنگام عطسه و سرفه، دهان و بینی خود را با هر وسیله ممکن بپوشانید (دستمال کاغذی، استین لباس یا ماسک جراحی معمولی).
- ❖ این عمل مانع پرتاب قطرات آلوده روی صورت سایر افراد با سطح و آلودگی آنها می‌شود و جرحه انتقال بیماری را قطع می‌کند.
- ❖ بعد از استفاده از ماسک یا دستمال آنها را در کیسه ناپلونی بیندازید و در کیسه را گره بزنید و داخل سطل زباله بیندازید.
- ❖ سطوح و اشیایی را که در معرض تماس مکرر در دست‌ها هستند (مانند دستگیره‌ها) با استفاده از اسپری‌ها یا پارچه‌های آغشته به مواد ضد عفونی کننده (برای سطوح مقاوم وایتکس و برای سطوح حساس الکل ۷۰ درجه) به صورت مکرر تمیز و ضد عفونی کنید.

سوال ۶: راه درمان این بیماری چیست؟

پاسخ: در حال حاضر هیچ نوع ضد ویروس اختصاصی برای کروناویروس جدید ۲۰۱۹ وجود ندارد.

با توجه به اینکه در حال حاضر از هر ۱۰ بیمار مبتلا ۹ نفر دچار علائم خفیف در حد سرماخوردگی می‌شوند (عمدتاً تب و سرفه به عنوان علائم اصلی به اضافه علائم نوعی مثل آبریزش، سردرد، احساس خستگی یا کوفتگی)، افرادی که مبتلا به این بیماری شده‌اند باید از درمان‌های حمایتی و علامتی مثل استراحت در منزل، مصرف مایعات فراوان مثل سوپ و آب مرکبات و مسکن‌های تب‌بر استفاده کنند. در موارد شدید بیماری که نیاز به بیمارستان دارند (علاوه بر تب و سرفه علائم دشواری تنفس مثل تنگی نفس نیز به علائم اضافه می‌شود) در مان‌ها توسط کادر درمانی در بیمارستان انجام می‌شود. افرادی که فکر می‌کنند با بیماران مبتلا به کروناویروس تماس نزدیک داشته‌اند (در حال حاضر منظور از بیمار افراد دچار علائم سرماخوردگی است که در ۲ هفته گذشته به چین مسافرت داشته‌اند) لازم است به نزدیک‌ترین مرکز بهداشتی - درمانی یا پزشک مراجعه کنند.

سوال ۷: در صورت احتمال تماس نزدیک با بیماران مبتلا به کروناویروس چگونه خود را از ابتلا محافظت کنیم؟ نحوه پیشگیری از انتشار ویروس در منازل و خوابگاه‌ها چیست؟



پیشگیری روند علائم خود به طور دقیق در تماس‌های تلفنی مرکز بهداشت یا چین مراجعه کارشناسان بهداشتی - درمانی همکاری کنند. ❖ جداسازی اختیاری در منزل را خاتمه دهید. بیمارانی که ابتلائی آنها به کروناویروس جدید ۲۰۱۹ قطعی شده، باید در منزل بمانند تا زمانی که خطر انتقال به سایر افراد کاهش یابد. تصمیم در مورد خاتمه دوره اقامت در منزل به صورت موردی و مشورت با مرکز بهداشت شهرستان/استان اتخاذ می‌شود. اطلاعات فعلی در مورد این بیماری جدید محدود است بنابراین جداسازی و اقامت اختیاری در منزل اقدام احتیاطی حاصله از تجربیات ناشی از کنترل همه‌گیری کروناویروس‌های قبلی مثل مرس و سارس است.

سوال ۸: آیا وزارت بهداشت، کاربرد ماسک در اماکن عمومی را به منظور پیشگیری از گسترش بیماری در جامعه توصیه می‌کند؟
پاسخ: یادآوری این نکته ضروری است که ماسک N9۵ مخصوص مراکز درمانی است و در اماکن عمومی کاربرد ندارد. کاربرد ماسک معمولی جراحی توسط افراد دچار علائم سرماخوردگی می‌تواند نقشی معادل پوشاندن دهان و بینی حین عطسه و سرفه داشته باشد و از پرتاب قطرات آلوده به سمت صورت افراد سالم یا روی سطوح پیشگیری کند. افراد سالمی که احتمال تماس نزدیک با افراد سالخورده را دارند ولی از رعایت پوشش دهان و بینی توسط فرد بیمار حین عطسه و سرفه وی اطمینان ندارند، ممکن است با پوشیدن ماسک معمولی، دهان و بینی خود را در برابر ورود قطرات آلوده پرتاب‌شده از سمت فرد دچار علائم سرماخوردگی محافظت کنید. (ماسک طبی معادل همان ماسک جراحی معمولی است).

اطلاعات پزشکی

سوال ۹: علائم و عوارض بیماری کروناویروس جدید ۲۰۱۹ چیست؟

پاسخ: علائمی که تاکنون درباره این بیماری گزارش شده شامل بیماری تنفسی خفیف تا شدید مشابه علائم سرماخوردگی است، علائم اصلی بیماری تنفسی خفیف تب و سرفه است و در شکل شدید بیماری علاوه بر تب و سرفه، دشواری تنفسی (تنگی نفس) مشابه ذات‌الریه نیز دیده می‌شود.

سوال ۱۰: آیا من باید از نظر کروناویروس جدید ۲۰۱۹ آزمایش بدهم؟

پاسخ: چنانچه شما تب و علائم تنفسی؛ یعنی سرفه یا تنگی نفس را طی ۱۴ روز پس از مسافرت به چین پیدا کردید باید با پزشک مشورت کرده و سابقه مسافرت اخیر خود یا تماس نزدیک با فرد علامت‌دار در زمان مسافرت را به وی یادآوری کنید. همچنین اگر تماس نزدیک با کسی داشته‌اید که به تازگی مسافر چین بوده، این مورد را نیز به پزشک بگویید. این پزشک شمامست که در مشورت با مرکز بهداشت استان مشخص خواهد کرد که آیا شما به نمونه‌گیری نیاز دارید یا نه؟

سوال ۱۱: نحوه انجام تست تشخیصی از نظر کروناویروس جدید، برای یک بیمار چگونه است؟

پاسخ: در حال حاضر، تست آزمایشگاهی از نظر این ویروس در دو مرکز تشخیصی مورد تایید وزارت بهداشت انجام می‌شود. زمانی که مرکز بهداشت شهرستان/استان بیمار مشکوک را تحت‌نظر می‌گیرند، فوری مورد را به مرکز هدایت عملیات پاسخ به همه‌گیری در وزارت بهداشت (Public Health EOC) مستقر در مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر گزارش می‌کنند تا مشخص شود آیا نمونه‌گیری از بیمار ضرورت دارد یا نه؟ با راهنمایی آن مرکز ستادی، مرکز بهداشت شهرستان/استان نمونه‌گیری، قرار دادن نمونه در شرایط مناسب و انتقال درست نمونه به آزمایشگاه‌های تعیین شده را انجام می‌دهند. این کار در خارج از ساعات اداری با تعطیلات نیز جریان دارد.

وضعیت فعلی و سولات مرتب با نظام پزشکی کشور

سوال ۱۲: خطر ابتلا به کروناویروس nCoV۱۹ در ایران چگونه کنترل کنیم؟

پاسخ: شرایط بیماری در جهان به سرعت در حال تغییر است و لازم است به اطلاع‌ه‌ها و روزرسانی‌های وزارت بهداشت در این خصوص

دقت کنید. بدیهی است ارزیابی خطر طغیان‌های کروناویروس جدید به قدرت سرایت بیماری، قدرت بیماری‌زایی (شدت بیماری) و همچنین درمان‌های در دسترس (دارو یا واکسن) بستگی دارد. در حال حاضر به‌رغم قدرت سرایت بالا، این بیماری تنها در حدود ۱۰ درصد موارد شدید شده و بیمار نیاز به بستری در بیمارستان دارد. از موارد بستری نیز تنها ۱۰ درصد موارد بسیار شدید شده و راهی آی‌سی‌یو می‌شوند. میزان کشندگی بیماری حدود ۲ درصد کل موارد بیماری است. به دلیل قدرت سرایت بالا، مردم نگران شده‌اند ولی تا زمان کنونی بیماری در ۹۰ درصد موارد خفیف (در حد سرماخوردگی) و با استراحت در منزل، مصرف مایعات و مسکن‌های تب‌بر بهبود می‌یابد و در طول استراحت موازین بهداشت تنفسی و شستشوی مکرر دست‌ها را باید رعایت کنند. البته مشخص نیست در آینده دو ویژگی نامبرده و درمان‌های احتمالی چه وضعیتی پیدا کنند اما آنچه که محرز است خطر بیمار شدن مثل تمام بیماری‌های تنفسی و سرماخوردگی عمدتاً به تماس نزدیک با بیماران دچار علائم بستگی دارد.

سوال ۱۳: آیا خطر ابتلا به کروناویروس nCoV۱۹ در نتیجه واردات بسته‌ها و کالاهای چینی وجود دارد؟

پاسخ: برای پاسخ به این سوال باید از تجربیات سارس و مرس که هم‌خانواده ویروس جدید هستند، بهره گرفت. به طور کلی به علت قابلیت بقای ضعیف و کوتاه مدت کروناویروس‌ها روی سطوح، احتمال بسیار کمی وجود دارد بسته‌ها و کالاها سبب انتقال ویروس شوند زیرا روزها یا هفته‌ها طول می‌کشد تا این اقالم به کشور برسند و در دمای محیط این ویروس در مدت کوتاهی غیرعالم می‌شود. به طور کلی کروناویروس‌ها در تقریباً همه موارد از طریق قطرات تنفسی آلوده (دفع‌شده با عطسه و سرفه) منتقل می‌شوند. در حال حاضر، شواهدی در دست نیست که کروناویروس جدید از طریق کالاهای وارداتی به کشورهای جهان وارد شده باشد.

مسافرت

سوال ۱۴: آیا مسافرت به چین یا سایر کشورها که کروناویروس جدید ۲۰۱۹ در آنها دیده شده، بی‌خطر است؟

پاسخ: در حال حاضر توصیه وزارت بهداشت این است که از سفرهای غیر ضروری به چین خودداری شود. با توجه به گسترش این همه‌گیری و تغییر رفتار بیماری، همواره باید به توصیه‌های مسافرتی وزارت بهداشت در رابطه با این بیماری توجه کنید.

سوال ۱۵: اگر به تازگی به چین مسافرت کرده و علائم بیماری را پیدا کرده‌ایم، چکار باید بکنیم؟ آیا خطری ما را تهدید می‌کند؟

پاسخ: اگر طی ۲ هفته گذشته مسافر چین بوده و بعد از بازگشت به کشور علائم تب، سرفه یا دشواری تنفس پیدا کرده‌اید، توصیه می‌شود اقدامات زیر را انجام دهید:

- ❖ فوری به پزشک مراجعه کنید، خواهشمند است قبل از آنکه به مطب پزشک یا اورژانس بیمارستان یا مرکز بهداشتی - درمانی مراجعه کنید، وی را از سابقه مسافرت اخیر به چین و علائم خود مطلع کنید.
- ❖ از تماس نزدیک با دیگران بپرهیزید.
- ❖ تا زمانی که بیمار هستید از مسافرت دوباره خودداری کنید.
- ❖ هنگام عطسه یا سرفه، جلوی دهان و بینی خود را با دستمال کاغذی یا استین لباس خود (و نه با دست‌ها) بپوشانید.
- ❖ دست‌هایتان را به طور مکرر با آب و صابون (حداقل ۳۰ ثانیه) بشویید تا از انتشار ویروس به دیگران پیشگیری شود. اگر آب و صابون در دسترس نیست، از محلول ضد عفونی کننده دست که حاوی الکل ۷۰ درجه باشد، استفاده کنید.

کروناویروس جدید ۲۰۱۹ و حیوانات

سوال ۱۶: آیا حیوانات یا فرآورده‌های حیوانی وارداتی از چین ما را تهدید می‌کنند؟

پاسخ: در حال حاضر شواهدی در دست نیست که حیوانات و فرآورده‌های حیوانی وارداتی از چین خطر انتشار بیماری در سایر کشورها ایجاد کنند. البته با توجه به حصول سریع اطلاعات در این روزها در صورت تغییر وضعیت اطلاع‌رسانی لازم از طریق وزارت بهداشت انجام خواهد شد.

سوال ۱۷: آیا من باید در مورد حیوانات خانگی و سایر حیوانات و خطر انتقال کروناویروس جدید ۲۰۱۹ نگران باشم؟

پاسخ: در حالی که به نظر می‌رسد ویروس از یک منبع حیوانی پدید آمده باشد، در حال حاضر بیماری به صورت انسان به انسان منتقل می‌شود. وزارت بهداشت توصیه می‌کند در صورت اجبار به مسافرت به چین، از تماس با حیوانات زنده و مرده خودداری کنید اما دلایل علمی وجود ندارد که فکر کنید هر نوع حیوان وحشی یا خانگی در کشور ممکن است منبع عفونت کروناویروس جدید باشد.

سوال ۱۸: اگر علائم بیماری تنفسی داشته باشم، آیا باید از تماس با حیوانات خانگی و سایر حیوانات خودداری کنم؟

پاسخ: زمانی که بیمار هستید از دست زدن به حیوانات خانگی و سایر حیوانات خودداری کنید. اگر چه تاکنون گزارشی از انتقال بیماری کروناویروس جدید از انسان به حیوانات وجود ندارد، چند نوع کروناویروس وجود دارد که می‌توانند سبب بیماری در حیوانات شده و از آنها به سایر حیوانات و انسان منتقل شوند. تا زمانی که اطلاعات دقیقی در این مورد به دست بیاید، افراد مبتلا به کروناویروس باید از تماس نزدیک با حیوانات خودداری کرده و در صورت نزدیک بودن به حیوانات، باید از ماسک جراحی استفاده کنند. ■

منبع: وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی معاونت بهداشت مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر