

# بیماری وایرس کرونا ۲۰۱۹ (COVID-19) به چه چیزی نیاز دارید که باید بفهمید

این معلومات به زودی تغییر می یابد. آخرین اطلاعات روز را بدست آورید در:

مرکز برای کنترل بیماری (سی دی سی) [bit.ly/cdcoronavirusinfo](http://bit.ly/cdcoronavirusinfo)  
اداره خدمات صحت اریزونا (ای دی ایچ ایس) [bit.ly/adhscoronavirus](http://bit.ly/adhscoronavirus)  
RISP نیت <http://www.rispnet.com/medical/>

وایرس کرونا در اریزونا منتشر می شود.  
هر شخص باید برای حفاظت خود و دیگران گامهای را بردارد.



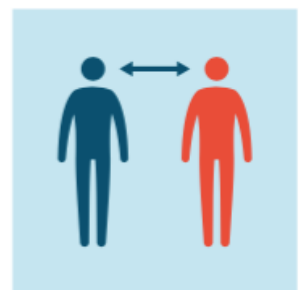
## COVID-19 چیست؟



بیماری وایرس کرونا ۲۰۱۹، یا COVID-19، یک بیماری تنفسی است که از یک شخص به شخص دیگر انتقال می شود. وایرس که از آن COVID-19 به میان می آید برای اولین بار در شهر وهان کشور چین در ماه دسمبر سال ۲۰۱۹ شناخته شد. مردم از چین و آنانیکه ابا و اجداد آنان از چین هستند به نسبت دیگران بیشتر از این بیماری متضرر نیستند. هر شخص قطع نظر از کلتور یا ملیت می تواند به COVID-19 مبتلا شود.

## COVID-19 چطور منتشر می شود؟

به گونه عموم این وایرس از یک شخص به شخصی دیگر سرایت می کند، از طریق ارتباط نزدیک، و از طریق قطره های تنفسی در صورتیکه یک شخص مبتلا عطسه یا سرفه می کند. ممکن است این قطره ها در دهان و یا بینی اشخاص نزدیک جای بگیرد و یا هم ممکن است به ریه ها استنشاق شوند. این وایرس ممکن است از سطوح آلوده شده و از طریق لمس صورت و دهان به دستهای شسته نشده نیز انتقال یابد.



## علائم آن چیست؟

علائم COVID-19 از ملایم الی شدید بوده و شامل

و مشکل در تنفس میباشند



سرفه



تب

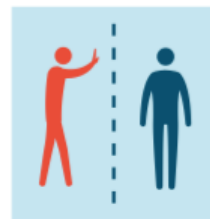


## چه کسی به COVID-19 مبتلا شده می تواند؟

مبتلا شدن هر شخص به COVID-19 ممکن است، ولی علائم آن در هر شخص ظاهر نمی شوند. بسیاری از مردم مبتلا به COVID-19 علائم خفیف دارند و میتوانند درخانه آرام بکنند و صحتیاب شوند. بعضی از مردم بسیار بیمار می شوند و نیاز به بستر شدن در شفاخانه دارند. در هر عمر مردم ممکن است بیمار شوند، ولی اشخاصی که عمرشان بیشتر از ۶۰ سال است و اشخاصی که مشکلات صحتی دیگر مانند شکر، بیماری قلبی، سرطان، و بیماریهای تنفسی را دارند در معرض خطر بیشتر اند که مبتلا به نوع شدید ترین بیماری COVID-19 شوند. عوارض COVID-19 می توان مشمول حالات جدی باشند مانند محرقه یا عدم فعالیت کلیه، و در بعضی حالات مرگ.

## چطور می توانم خود و دیگران را حفاظت کنم؟

- دستهای خود را به آب و صابون برای ۲۰ ثانیه بشوید - بخصوص بعد از استفاده از تشناب یا صفا کردن بینی، و قبل از خوردن غذا.
- سرفه و عطسه خود را به آرنج خود و یا به یک دستمال بپوشانید.
- چشمان، بینی و یا دهان خود را به دستهای شسته نشده لمس نه کنید.
- از اشخاص بیمار دور باشید.
- چیزها و سطوح را به طور منظم پاک و ضد عفونی کنید.
- راهنمایی های داکتر و ادارات صحتی ولایتی خود را تعقیب کنید.
- در کم کردن سرعت شیوع سهم خود را بگیرید. بسیاری از تجارتها بسته خواهند شد. در خانه بمانید هر قدر که ممکن است حتی اگر شما خوب هستید و بخصوص اگر شما بیمار هستید.



## برای کمک به کجا رفته می توانم؟

اگر شما فکر می کنید که به COVID-19 مبتلا شده اید، قبل از رفتن به کلینیک و یا شفاخانه به داکتر خود زنگ بزنید. اگر داکتر نه دارید، به نزدیکترین مراقبت فوری زنگ بزنید. اگر نتیجه معاینات COVID-19 شما مثبت باشد و داکتر شما گفت که در خانه بمانید، کوشش کنید که خود را از خانواده در خانه منزوی بسازید و اگر ممکن باشد از یک تشناب جدا استفاده نمایید. هیچ کسی را لمس نه کنید. دستهای تان را چند دفعه بشوید. تا زمانی که داکتر شما نه گوید از خانه بیرون نه شوید، مگر که علائم شما بدتر شوند و به مراقبت طبی بروید.



خود و جامعه خود را از وایروس بیماری کرونا حفاظت نمایید.  
دستهای خود را بار بار شسته و در خانه بمانید!  
یکجا ما میتوانیم جلو انتشار وایرس کرونا را بگیریم.