



## بیماری کرونا ویروس 2019 (کووید-19)

### سوالات متداول

به روز شده در 6 مارس 2020

تحت نظر فرماندار لری هوگن، سازمان های ایالتی همچنان به تدوین و توسعه برنامه های جامع و هماهنگ برای پیشگیری و درمان بیماری کروناویروس 2019 (کووید-19) می پردازند.

وزارت بهداشت مریلند (MDH) به طور مستقیم با مردم ارتباط برقرار خواهد کرد، با پیشرفت این وضعیت و کسب اطلاعات دقیق در مورد چگونگی محافظت از خود و خانواده، اطلاعات جدیدی را نیز ارائه می کند.

#### کووید-19 چیست؟

کووید-19 بیماری ناشی از ویروس تنفسی است که برای اولین بار در دسامبر سال 2019 در ووهان، استان هوبی، چین شناسایی شد. کووید-19 ویروس جدیدی است که قبلاً باعث ایجاد بیماری در انسان نشده است. در سراسر جهان، کووید-19 هزاران نفر را به عفونت مبتلا کرده است، باعث بیماری و در برخی موارد به مرگ افراد نیز منجر شده است. ابتلا به بیماری به کشورهای مختلف جهان گسترش یافته است و روزانه تعداد بیشتری بیمار مبتلا گزارش می شود.

#### آیا کووید-19 به ایالات متحده نیز راه یافته است؟

کووید-19، در ایالات متحده نیز گسترش یافته و باعث شده که برخی از افراد بیمار شوند و در موارد شدید منجر به مرگ نیز شده است.

در حالیکه بیشتر موارد تأیید شده، مربوط به افرادی است که سفرهای بین المللی به کشورهایایی داشته اند که مبتلایان به کووید-19 در آن ها زیاد بوده است، اما شیوع منطقه ای نیز در ایالات متحده گزارش شده است. «شیوع منطقه ای» به این معناست که افراد در منطقه ای به ویروس آلوده می شوند، به طوری که نمی دانند که چطور و کی به این عفونت مبتلا شده اند.

#### در حال حاضر خطر برای عموم مردم چیست؟

این احتمال وجود دارد که در برهه ای از زمان، شیوع گسترده کووید-19 در ایالات متحده رخ دهد. کارشناسان انتظار دارند که در هفته ها و ماه های آینده، با موارد بیشتری از مبتلایان در ایالات متحده و سراسر جهان رو به رو شویم.

شیوع منطقه ای مانند شیوع آنفولانزا و سرماخوردگی است. به این معنا که افراد در روند زندگی روزمره خود، این ویروس را از یکدیگر می گیرند. اعلام شیوع منطقه ای کووید-19 در بخش هایی از ایالات متحده نگرانی ها درباره خطرات جدی برای مناطق آلوده را افزایش داده است.

#### آیا کسی در مریلند به این ویروس جدید مبتلا شده است؟

در پنجم مارس 2020، اعلام شد که در مریلند تنها 3 مورد ابتلای تأیید شده به کووید-19 وجود دارد. بیمارانی که هنگام مسافرت به خارج از کشور به ویروس مبتلا شده اند، وضعیت خوبی دارند و در خانه های خود در قرنطینه هستند.

در 5 مارس، دولت هوگان، وضعیت اضطراری اعلام کرد تا همه منابع دولتی موجود را بسیج کرده و مجهز کند. در این بیانیه، وزارت بهداشت مریلند MDH و سازمان مدیریت بحران مریلند (MEMA) به طور رسمی مجاز و هماهنگ شده اند تا هماهنگی های لازم را بین همه سازمان های ایالتی و محلی انجام دهند. این بیانیه همچنین وزارت بهداشت و سازمان مدیریت بحران مریلند را قادر می سازد تا سریعاً ادارات بهداشتی ایالتی و محلی و تیم های مدیریت بحران را هماهنگ کنند.

اطلاعات به روز در مورد آزمایش و تعداد مبتلایان در مریلند در [health.maryland.gov/coronavirus](http://health.maryland.gov/coronavirus) در دسترس است. این صفحه روزانه به روز می شود.

### چه کسی در حال حاضر در معرض خطر است؟

در حال حاضر، افرادی در معرض خطر هستند که:

- اخیراً به مناطق جغرافیایی مشکوک و در معرض خطر، سفر کرده اند
- تماس نزدیک و شخصی با فرد مبتلا به کووید-19 داشته اند
- از افراد مبتلا به کووید-19، پرستاری و مراقبت می کنند

### ویروس کووید-19 چطور پخش می شود؟

تصور می شود کووید-19 می تواند مانند سرماخوردگی یا آنفولانزا پخش شود:

- سرفه و عطسه، که باعث ایجاد قطرات تنفسی می شود
- تماس شخصی نزدیک مانند لمس کردن یا دست دادن
- لمس یک شیء یا سطحی که به ویروس آغشته است

### علائم ویروس کووید-19 چیست؟

- تب
- سرفه
- تنگی نفس
- در موارد شدید، ذات الریه (عفونت ریه ها)

### اگر فکر می کنم مبتلا به کووید-19 هستم، چه کاری باید انجام دهم؟

اگر به تازگی به مناطق آلوده سفر کرده اید یا در تماس با فرد مبتلا به کووید-19 بوده اید، با علائم تب، سرفه یا تنگی نفس، بیمار شده اید، فوراً به دنبال مراقبت های پزشکی باشید. این مراحل را دنبال کنید:

- قبل از رفتن، با پزشک یا اورژانس خود تماس بگیرید
- در مورد سفرهای اخیر و تماسهای نزدیک (مانند افراد خانواده تان) به آنها اطلاع دهید
- در صورت امکان ماسک بزنید

### اگر فردی به کووید-19 مبتلا شود، چه اتفاقی برای او می افتد؟

اکثریت قریب به اتفاق مردم از این عفونت بهبود می یابند. بیشتر افراد علائم خفیف یا متوسط دارند. ممکن است به برخی افراد توصیه شود که در خانه استراحت کنند و از دیگر اعضای خانواده جدا شوند. در صورت وخیم تر شدن علائم این افراد، باید با پزشکان یا مسئولین مراقبت های بهداشتی تماس بگیرید.

برخی از عفونت های ناشی از کووید-19 می تواند به بیماری خطرناک و حتی در برخی موارد به مرگ نیز منجر شود. اگر فردی به دلیل ویروس کووید-19 به بیماری جدی مبتلا شود، باید در بیمارستان بستری شود. افراد مسن و افراد دارای بیماری زمینه ای خطر بیشتری برای ابتلا به بیماری جدی دارند. نمونه هایی از بیماری های زمینه ای: سرطان، دیابت، بیماری های قلبی یا سایر شرایطی که توانایی سیستم ایمنی بدن در مبارزه با میکروب ها را تحت تأثیر قرار می دهد.

### آیا باید برنامه سفر به خارج از کشور را لغو کنم؟

مرکز کنترل و پیشگیری بیماری (CDC) توصیه های پیرامون سفر را فوراً به روز می کند. مرکز کنترل و پیشگیری بیماری سفرهای غیر ضروری به برخی مناطق جغرافیایی مشکوک را منع کرده است. به کسانی که دچار بیماری های زمینه ای هستند نیز توصیه می شود که از سفرهای غیر ضروری به مناطقی خاص نیز اجتناب کنند.

اگر قصد دارید که سفر کوتاهی به خارج از کشور داشته باشید، توصیه های سایت درباره هشدارهای فعلی سفر را چک کنید:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>

### در صورت حضور در مکان های عمومی، آیا باید ماسک صورت بزنم؟

خیر. ماسک صورت برای عموم مردم توصیه نمی شود، اگر چه ماسک می تواند در برخی محیط ها- از جمله در بیمارستان یا اتاق انتظار درمانگاه - برای جلوگیری از انتقال بیماری تنفسی فرد مبتلا به دیگران، مفید باشد.

مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریها توصیه نمی کند که افراد سالم برای مراقبت از خود در برابر بیماری های تنفسی مانند کووید-19 از ماسک استفاده کنند. شما فقط باید زمانی ماسک صورت بزنید که متخصص بهداشت و درمان آن را توصیه کند. تنها افراد مبتلا به کووید-19 و دارای علائم بیماری، باید ماسک بزنند. این کار برای محافظت از دیگران در برابر خطر آلودگی است. استفاده از ماسک برای کارکنان بهداشت و دیگر افرادی که از فرد مبتلا به کووید-19 مراقبت می کنند، در محیط های بسته (در منزل یا مراکز درمانی) ضروری است.

### برای محافظت از خودم و دیگران چه کاری می توانم انجام دهم؟

اقدامات پیشگیرانه روزمره را انجام دهید که همیشه برای کند کردن شیوع بیماری های تنفسی مانند سرماخوردگی و آنفولانزا توصیه می شود.

- دستان خود را حداقل به مدت حداقل 20 ثانیه با صابون و آب گرم بشویید
- اگر صابون و آب در دسترس نیست از یک ضدعفونی کننده دست با حداقل 60 درصد الکل استفاده کنید
- سرفه ها و عطسه های خود را با یک دستمال، آستین یا آرنج خود بپوشانید
- از لمس چشم، بینی و دهان خودداری کنید
- با استفاده از روشهای استاندارد تمیز کردن، اشیاء و سطوح مرتباً لمس شده را تمیز و ضد عفونی کنید
- از تماس نزدیک با افراد بیمار خودداری کنید
- اگر بیمار هستید، در خانه بمانید، مگر در مواردی که به دنبال مراقبت های پزشکی هستید

### آیا واکسن یا دارویی برای مقابله با کووید-19 وجود دارد؟

هنوز نه، زیرا کووید-19 یک بیماری جدید است. اما، بسیاری از کارشناسان در حال کار برای ساخت دارو یا واکسن هستند. مانند هر واکسن جدید، این واکسن باید مورد آزمایش قرار بگیرد تا اطمینان حاصل شود که بی خطر و موثر است. ممکن است بیش از یک سال طول بکشد تا واکسن کووید-19 در دسترس قرار گیرد.

در حال حاضر هیچ داروی خاصی برای درمان کووید-19 در دسترس نیست. با این حال، افرادی که مبتلا به کووید-19 هستند باید مراقبت های پزشکی دریافت کنند تا به کاهش شدت علائم آنها کمک کند.

### چگونه می توانم برای کووید-19 آمادگی بیشتری داشته باشم؟

- داروهای بدون نسخه و دیگر تجهیزات بهداشتی مانند مسکن ها، داروهای معده، داروهای سرماخوردگی و ضد سرفه به اندازه کافی در دسترس داشته باشیم.
- داروهای تجویز شده خود را به طور منظم بررسی کنید تا از میزان کافی آن اطمینان داشته باشید؛ در صورت نیاز،

- نسخه های خود را مجدداً تکرار کنید.
- در صورت بیمار شدن، باید یک دماسنج، دستمال کاغذی و ضدعفونی کننده دست داشته باشید و در منزل استراحت کنید تا بهبود یابید
- با اعضای خانواده و عزیزانتان در مورد نحوه مراقبت از آنها در صورت بیمار شدن صحبت کنید و اینکه برای مراقبت از آنها در منزل چه چیزهایی لازم است
- به اندازه دو هفته در منزل آب و غذای کافی تهیه کنید

#### آیا چیز دیگری وجود دارد که من باید بدانم؟

- مردم با هر قومیت یا پیشینه نژادی را متهم نکنید. ویروس ها افراد را از جمعیت، قومیت یا پیشینه های نژادی خاص هدف قرار نمی دهند.

- آگاه باشید و از منابع رسمی و معتبر اطلاعات بخواهید. از دروغ ها، شایعات و اطلاعات غلط که به صورت آنلاین و در هر جایی در حال تبادل اند، برحذر باشید. اطلاعات بهداشتی که از طریق رسانه های اجتماعی به اشتراک گذاشته می شوند، غالباً نادرست هستند، مگر اینکه از یک منبع رسمی و قابل اعتماد مانند مرکز کنترل و پیشگیری بیماری ها یا وزارت بهداشت مریلند یا ادارات بهداشت محلی نقل شده باشند.

#### آیا منابع اضافی برای گروه های خاص مانند کسب و کارها در دسترس هستند؟

مرکز کنترل و پیشگیری بیماری ها اطلاعات جاری درباره ویروس کووید-19 را در [cdc.gov](https://www.cdc.gov) ارائه می کند.

#### کسب و کارها

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/guidance-business-response.html>

#### زنان باردار، زنان شیرده و کودکان

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/pregnant-women.html>

#### مدارس

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/guidance-for-schools.html>

#### مسافران

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/faqs.html>

#### به روزرسانی های هفتگی

برای دریافت ایمیل هفتگی درباره کووید-19 ایمیل خود را وارد کنید و "COVID-19" را در کادر جستجو در این URL وارد کنید:

[https://tools.cdc.gov/campaignproxyservice/subscriptions.aspx?topic\\_id=USCDC\\_2067](https://tools.cdc.gov/campaignproxyservice/subscriptions.aspx?topic_id=USCDC_2067)