

واقعیت‌های مربوط به کووید 19 را به اشتراک بگذارید

واقعیت‌های مربوط به کروناویروس (کووید 19) را بدانید و مساعدت کنید تا شایعات نشر نشوند.

واقعیت

1

همه اشخاص بدون توجه به نژاد یا قومیتشان ممکن است مصاب شوند.

تشویش و ترس از کووید 19 می‌تواند باعث شود که اشخاص از دیگران دوری کرده یا آنها را نپذیرند، حتی اگر خطری برای نشر وایرس نداشته باشند.

واقعیت

2

در مورد بیشتر مردم، خطر شدید مصاب شدن به وایرس عامل کووید 19 کم است.

افراد کهنسال و سایر افراد در هر سن دیگر که مشکلات صحتی و قبلی جدی دارند ممکن است در معرض عوارض جدی‌تر کووید 19 باشند.

واقعیت

4

امور ساده‌ای وجود دارد که می‌توانید با انجام آنها به حفظ صحت خود و دیگران کمک کنید.

- دست‌های خود را مکرراً و حداقل به مدت 20 ثانیه با آب و صابون بشویید، خصوصاً بعد از گرفتن بینی، سرفه یا عطسه کردن؛ رفتن به تشراب؛ و قبل از غذا خوردن یا تهیه غذا.
- وقتی در اماکن عامه هستید، از یک تکه پوشاننده صورت استفاده کنید تا دهان و بینی خود را بپوشانید.
- از لمس کردن چشم‌ها، بینی یا دهانتان با دست‌های ناشسته خودداری کنید.
- اگر مریض هستید در خانه بمانید.
- با دستمال کاغذی سرفه یا عطسه خود را بپوشانید و سپس دستمال را به داخل سطل کثافت بیندازید.

واقعیت

5

می‌توانید با مطلع شدن از اعراض و علائم به جلوگیری از نشر کووید 19 مساعدت کنید که بشمول موارد ذیل است:

- تب
 - سرفه
 - نفس تنگی
- اگر خود شما یا عزیزان شما علائم هشداردهنده عاجلی بشمول موارد ذیل را دارید، فوراً کمک صحتی دریافت کنید:
- مشکل تنفسی
 - درد مداوم یا فشار در صدر (سینه)
 - گنسی تازه یا عدم توانایی بیدار شدن
 - تیره رنگ شدن لبها یا صورت
- این لست مکمل نیست. لطفاً در حصه سایر اعراض و علائم شدید یا مشوش کننده، با ارائه‌دهنده خدمات صحتی خود مشوره کنید.

واقعیت

3

کسی که مدت قرنطینه را ختم کرده یا از جداسازی خارج شده است، خطر مصاب کردن دیگران به عفونت را ندارد.

برای کسب معلومات به‌روز شده، جهت مریضی کروناویروس 2019 به صفحه وب CDC رجوع کنید.