

به اشتراک گذاری حقایق در مورد کووید-19

حقایق مربوط به کروناویروس (کووید-19) را بدانید و به جلوگیری از انتشار شایعات کمک کنید.

حقیقت
1

بیماری‌ها می‌توانند هر کسی را بدون توجه به نژاد یا قومیت آن‌ها مبتلا کنند.

ترس و نگرانی در مورد کووید-19 می‌تواند باعث شود که افراد دیگران را نپذیرند یا از آن‌ها دوری کنند، حتی اگر خطر انتشار ویروس از جانب این افراد، آن‌ها را تهدید نکند.

حقیقت
2

برای اکثر مردم، خطر فوری ابتلا به نوع شدید بیماری به دلیل ویروس ناشی از کووید-19 کم است.

افراد مسن و تمام افرادی که در هر سنی دارای شرایط پزشکی و زمینه‌ای جدی هستند، می‌توانند در معرض خطر بیشتری برای عوارض شدیدتر بیماری کووید-19 قرار بگیرند.

حقیقت
4

کارهای ساده‌ای وجود دارد که می‌توانید برای کمک به حفظ سلامتی خود و دیگران آن‌ها را انجام دهید.

- دستان خود را خصوصا بعد از تمیز کردن بینی، سرفه یا عطسه، رفتن به سرویس بهداشتی، و قبل از خوردن یا تهیه غذا حداقل به مدت 20 ثانیه با صابون و آب بشویید.
- هنگام حضور در مکان‌های عمومی، از یک ماسک پارچه ای استفاده کنید به صورتی که روی بینی و دهانتان را بپوشاند.
- از دست زدن به چشم، بینی و دهان خود با دستان شسته نشده خودداری کنید.
- هنگامی که بیمار هستید، در خانه بمانید.
- به هنگام سرفه و عطسه کردن دهان خود را با دستمال بپوشانید و سپس دستمال را در سطل زباله بیندازید.

حقیقت
5

با آگاهی از علائم و نشانه‌ها، می‌توانید به جلوگیری از انتشار کووید-19 کمک کنید. این علائم شامل موارد زیر است:

- تب
 - سرفه
 - تنگی نفس
- در صورتی که شما و یا یکی از عزیزانتان علائم هشدار اضطراری را از خود بروز دادید، فوراً برای دریافت مراقبت‌های پزشکی اقدام کنید. این علائم شامل موارد زیر می‌شود:
- مشکلات تنفسی
 - درد مداوم یا احساس فشار در سینه
 - احساس سرگیجه و یا عدم توانایی در بلند شدن
 - کبودی صورت یا لب‌ها
- این فهرست جامع نمی‌باشد. در صورت وجود هرگونه علائم شدید یا نگران کننده دیگر، لطفاً با ارائه دهنده خدمات مراقبتی خود تماس بگیرید.

حقیقت
3

کسی که دوران قرنطینه را سپری کرده و یا از قرنطینه خانگی بیرون آمده است، خطری برای ابتلا به بیماری سایر افراد ندارد.

برای دریافت جدیدترین اطلاعات، به صفحه وبسایت CDC در مورد بیماری کروناویروس 2019 مراجعه کنید.