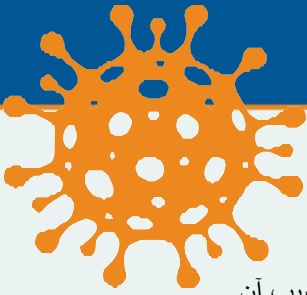


# با حقایق کروناویروس کووید-19 آشنا شوید



## علائم

### کووید-19 چیست؟

کووید-19 یک بیماری جدید شبیه آنفلونزا و سرماخوردگی است که مسبب آن کروناویروس جدید است. در حالی که اکثر افراد تنها علائم معمولی را تجربه می‌کنند، ممکن است برخی شدیداً بیمار شوند و بخاطر این عفونت فوت کنند. کووید-19 بسیار واگیردار است. ما داروهایی برای کمک به افراد شدیداً بیمار داریم، اما هیچ درمان مؤثری وجود ندارد.



سرفه



لرز



تب



### چگونه کروناویروس منتقل می‌شود؟

کووید-19 از افراد دارای علامت و بدون علامت بصورت خاص از طریق قطرات تنفسی تولیدشده در زمانی که شخص مبتلا سرفه یا عطسه می‌زند یا صحبت می‌کند، منتقل می‌شود. این قطرات از طریق تماس سطوح نمدار با بینی، دهان، گلو، چشمان یا شش‌های فرد سایرین را مبتلا می‌کند. باور عمومی این است که انتشار اغلب در زمانی که افرادی نزدیک هم هستند – کمتر از 2 متر، رخ می‌دهد. وقتی کسی شیء دارای ویروس را لمس کند و سپس دهان، چشمان یا بینی خود را لمس کند، کووید-19 منتقل می‌شود.



گلودرد



درد عضلانی



تنگی نفس یا اختلال در تنفس



از دست دادن حس چشایی یا بویایی که اخیراً رخ داده

### علائم آن چیست و کووید-19 چقدر جدی است؟

در صورت ابتلا به کووید-19، بیماران ممکن است علائم متنوعی را داشته باشند. افراد مبتلا اغلب هیچ علامتی را اصلاً تجربه نمی‌کنند یا علائم بسیار خفیفی شبیه سرماخوردگی یا آنفلوانزا را تجربه می‌کنند. سایر افراد علائم شدیدی را تجربه می‌کنند که نیاز به بستری شدن، دارو و گاهی قرار دادن دستگاه تنفس مصنوعی می‌شود. اکثر افرادی که علائم شدید و تهدیدکننده جان را تجربه می‌کنند، مسن‌تر هستند و شرایط سلامتی بنیادینی دارند. البته در مواردی کودکان و جوانانی بجز بزرگسالان سالم نیز بیماری شدید و نیاز به بستری شدن را تجربه کرده اند.

### چه کسانی در خطر هستند؟



همگی در خطر هستیم – این ویروس بر راحتی از شخصی به شخص دیگر منتقل می‌شود. ثابت شده که از افراد دارای علائم کم یا بدون علائم نیز منتقل می‌شود. اکنون می‌دانیم که افراد مسن، دارای شرایط سلامتی مزمن، افرادی که در محیط‌های مراقبتی گروهی زندگی می‌کنند و مددکاران بهداشتی در خطر بیشتری برای ابتلا به این بیماری تهدیدکننده سلامتی قرار دارند.



## چطور می‌توانم از خود و دیگران محافظت کنم؟

اقداماتی که می‌توانید انجام بدهید، عبارتند از:

- وقتی در محل عمومی هستید، دهان و بینی خود را بپوشانید – ماسک بزنید
- به دفعات دستان خود را بشویید
- شش فوت یا دو متر (دو گام بزرگ) از افراد بجز خانوار خودتان فاصله بگیرید (فاصله گیری فیزیکی)
- از جمعیت دوری کنید
- اگر بیمار هستید در خانه بمانید و از سایرین دوری کنید
- سطوح و اشیائی را که لمس می‌کنید، تمیز و ضدعفونی کنید
- اگر در محل کار یا در فضای عمومی، علائمی در شما ظاهر شد، به خانه برگردید، خود را قرنطینه کنید و با ارائه‌کننده بهداشتی خودتان تماس بگیرید
- اگر می‌دانید عطسه خواهید کرد – از سایرین دور شوید و دهان و بینی خود را بپوشانید (دستمال کاغذی یا آرنج حتی در زمانی که ماسک دارید)
- اگر مسن هستید یا شرایط پزشکی وخیم و یا مزمنی دارید – در خانه بمانید، و از تماس نزدیک یا فیزیکی با سایرین خودداری کنید

**دسترسی به مدارک:** برای افراد معلول یا افرادی که به زبانی به غیر از زبان انگلیسی صحبت می‌کنند، OHA می‌تواند اطلاعاتی را در قالب‌های دیگر برای مثال ترجمه، چاپ با حروف درشت یا خط بریل ارائه دهد. با مرکز اطلاعات بهداشتی به شماره 1-971-673-2411، TTY 711 یا [COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us](mailto:COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us) تماس بگیرید.