

آنچه که باید معلمان و دانش‌آموزان درباره ویروس «کرونا» بدانند

تهران (پانا) - طبق اعلام وزرات بهداشت ویروس «کرونا» به مرزهای کشور نزدیک شده است و به طور کلی پیشگیری از انتقال ویروس از انسان به انسان به همان سادگی مبتلا شدن است و با رعایت نکاتی می‌توان امکان ابتلا به ویروس‌ها را به حداقل رساند.

اولین بار ویروس کرونا در ماه دسامبر ۲۰۱۹ در شهر ووهان کشور چین گزارش شد. شمار قربانیان ویروس جدید کرونا به سرعت در حال افزایش است و به گزارش رسانه‌های چینی، شمار تلفات ویروس کشنده کرونا تا صبح روز جمعه (۱۱ بهمن ماه) به ۲۱۳ تن رسیده است. در کنار آن تا کنون ۹ هزار و ۳۵۶ نفر مبتلا به ویروس واگیردار کرونا شده‌اند. این ویروس هم‌اکنون علاوه بر ۳۰ استان و منطقه در چین به ۱۲ کشور دیگر از جمله آمریکا، استرالیا، تایلند، تایوان، امارات، عربستان، اقلیم کردستان، کره جنوبی، ژاپن، کانادا و فرانسه هم سرایت کرده است.

تاکنون ۶ نمونه از ویروس کرونا در جهان کشف شده و با این مورد تعداد آن به هفت مورد رسیده است. این ویروس جزو خانواده بزرگی از ویروس‌ها است که از ویروس سرماخوردگی معمولی تا عامل بیماری سارس را شامل می‌شود. در پی شیوع ویروس کرونا، سازمان بهداشت جهانی روز پنجشنبه (۱۰ بهمن ماه) با اعلام وضع اضطراری بین‌المللی، گسترش روز افزون این ویروس در چین را نگران کننده عنوان کرد. «تئودور آدهانوم» دبیر کل سازمان بهداشت جهانی این تصمیم را پس از برگزاری جلسه کمیته اضطراری و بدست آوردن شواهدی در مورد گسترش ویروس کرونا در حدود ۱۸ کشور اعلام کرد.

به گفته دبیرکل سازمان بهداشت جهانی، بزرگترین نگرانی احتمال انتشار ویروس به کشورهایی است که سیستم بهداشتی ضعیف‌تری دارند. البته طبق اعلام رسانه‌های کشور چین، تا به حال هیچ کودکی به ویروس کرونای جدید مبتلا نشده است و قربانیان این بیماری بالای ۴۰ سال سن داشته‌اند و بیشتر آنها پیش از این با بیماری‌های عفونی، قلبی - عروقی و سرطان درگیر بوده‌اند. سابقه داشتن این بیماری‌ها به طور واضح روشن می‌کند که این افراد سیستم ایمنی ضعیفی داشته‌اند و نتوانسته‌اند در مقابل این ویروس دوام بیاورند اما کودکان و نوجوانان نیز گروه‌های حساسی هستند که باید مورد توجه قرار بگیرند. بنابر اعلام وزارت بهداشت تمامی مراکز بهداشتی و درمانی در کشور در حال آماده باش برای مقابله با ویروس کرونا هستند.

هر چند به گفته ایرج حریرچی، معاون وزارت بهداشت کارشناسان متخصص بهداشت و درمان با مستقر شدن در مرزها و فرودگاه‌های کشور ایران تمام مسافرانی که از چین وارد مرزها و فرودگاه‌های ایران می‌شوند را معاینه و غربالگری می‌کنند تا مانع نفوذ ویروس کرونا به کشور شوند و تا کنون هیچ موردی از ابتلا به کرونا در کشور گزارش نشده است اما باید موارد پیشگیری مورد توجه قرار بگیرد که این امر بر عهده رسانه‌ها به ویژه رسانه ملی است.

طبق تاکید حریرچی، مردم نباید نگران این ویروس باشند و باید تمامی اقدامات پیشگیری را انجام دهند.

از آنجا که جمعیت زیادی از کودکان و نوجوانان در سال تحصیلی هستند، بنابراین باید تمهیدات لازم از سوی والدین و معلمان برای پیشگیری از این ابتلا به این بیماری مد نظر قرار بگیرد.

کرونا با علائمی شبیه به سرماخوردگی مانند آبریزش بینی، سرفه، عطسه، لرزش دستان، گلودرد، معمولا سردرد و تب باعث ایجاد عفونت و مشکلات خفیف تا متوسط در دستگاه تنفسی فوقانی می‌شود. اگرچه روند خود محدود شونده‌ای دارد ولی علائمی مانند تب، سردرد و بدن درد، سرفه و آبریزش بینی و علائم تنفسی مانند تنگی نفس از شکایت های شایع است. کودکان کم سن و سال نیز به دلیل ضعیف بودن ایمنی بدن، بیماری را به صورت حادثری بروز می‌دهند. علائم می‌تواند بین ۳ تا ۵ روز طول بکشد و در صورتی که شدید تر و پایدارتر از سرما خوردگی باشد، بیمار باید به پزشک مراجعه کند. دلیل نگرانی‌های حاضر از این ویروس، قابلیت گسترش سریع آن است که قابل مقایسه با همه گیری آنفلوآنزای اسپانیا در سال ۱۹۱۸ است. با این حال تا کنون پیش بینی شده است که ویروس کرونا به اندازه دو ویروس دیگر این خانواده یعنی SARS و MERS کشنده نخواهد بود.

دانش‌آموزان چگونه از خود در برابر ویروس کرونا محافظت کنند؟

از آنجا که هنوز هیچ واکسنی برای محافظت در برابر ویروس کرونا موجود نیست، دانش‌آموزان با انجام موارد زیر می‌توانند خطر ابتلا به عفونت را کاهش دهند.

* دستان خود را حداقل به مدت ۲۰ ثانیه با صابون و آب بشویید.

* از دست زدن به چشم، بینی یا دهان خودداری کنید.

* از تماس نزدیک با افرادی که مریض هستند خودداری کنید.

* هنگام سرفه یا عطسه دهان خود را با یک دستمال بپوشانید، سپس دستمال را درون سطل زباله بیندازید.

* از ماسک استفاده کنید و از دست دادن و بغل کردن دیگران خودداری کنید.

والدین و معلمان چه اقدامات پیشگیرانه‌ای انجام دهند؟

* اگر فرزندان بیمار هستید در خانه بمانند.

* توجیه دانش‌آموزان برای خودداری از تماس نزدیک با دیگران.

* ویروس‌ها در هوای سرد و خشک انتقال سریع‌تری دارند و باید هوای منزل، کلاس درس مرطوب نگاه داشته شود.

* تقویت سیستم ایمنی کودکان و نوجوانان با استفاده از مصرف میوه و سبزیجات تازه.

* سالم‌سازی آب‌خوری‌ها، بوفه های مدارس و سرویس‌های بهداشتی

* پیش‌بینی و تدارک صابون مایع و مواد ضد عفونی کننده.

* انجام غربالگری روزانه و قبل از ورود دانش‌آموزان به مدرسه و منع دانش‌آموزان با علائم سرماخوردگی و یا مشکوک به ابتلا به آنفلوآنزا از حضور در کلاس

* در صورتی که فرزندان علائمی بدتر از سرماخوردگی داشتند حتما به پزشک متخصص مراجعه کنند.

بدون شک بیماری‌های ویروسی که منجر به اپیدمی‌های پایدار می‌شوند تا به حال نشان داده‌اند که تعداد زیادی قربانی می‌گیرند. به طور قطعی درمانی برای آن‌ها وجود ندارد و ویروس آن‌ها از طریق انسان به انسان منتقل می‌شود اما بنا بر توصیه پزشکان به جای ترس از تصاویر اغراق آلود فضای مجازی باید هر چه بیشتر با خانواده گسترده کرونا ویروس‌ها آشنا شویم و با راه‌های پیشگیری بتوانیم از ابتلا به آن جلوگیری کنیم.