

توصیه‌های مهم برای مقابله با انتقال کرونا ویروس

شیراز(پانا) - در ماه‌های اخیر کرونا ویروس به عنوان مهمترین عامل مسری عفونی تنفسی در دنیا مطرح شده و در این روزها مواردی از شیوع آن نیز در کشور مشاهده و ثبت شده است. این ویروس از جمله ویروس‌هایی است که قدرت انتقال نسبتاً بالایی نسبت به دیگر عوامل عفونی میکروبی دارد.

رییس کمیته اجرایی کنترل عفونت دانشگاه علوم پزشکی شیراز، در خصوص این ویروس گفت: ۲۰ نکته مهم را در شرایط کنونی برای مقابله با کرونا ویروس باید مورد توجه قرار داد. از جمله اینکهیکی از مشکلات مرتبط به این ویروس مقاومت محیطی آن بوده و می‌تواند روی سطوح از دو ساعت تا ۹ روز بنا به شرایط محیطی متغیر باشد.

دکتر امیر امامی ادامه داد: مردم باید سعی کنند برای پیشگیری از حضور بی‌ZWNJ& دلیل در اماکن شلوغ و پرتدد تا حد ممکن خودداری کنند. چراکه تا ۸۰ درصد عفونت کروناویروس بی‌ZWNJ& علامت است و در ۲۰ درصد موارد علامت بیماری آشکار می‌ZWNJ& شود که دو و نیم درصد افراد مبتلا دچار علائم شدید شده و ۱۳ درصد از آن دو و نیم درصد ممکن است جان خود را از دست بدهند.

او تاکید کرد: این امر نشان دهنده قدرت کشندگی بسیار پایین این ویروس نسبت به عوامل دیگری همچون آنفلوانزا است.

امامی شدت آلودگی و قدرت انتشار ویروس را به شدت بالا عنوان کرد و افزود: اما در عین حال رعایت نکات بهداشتی اهمیت دارد چرا که دوره آلوده کنندگی از زمان شروع علائم کرونا ویروس آغاز شده و تا پایان دوره بیماری می‌ZWNJ& تواند همراه بیمار باشد.

رییس کمیته اجرایی کنترل عفونت دانشگاه علوم پزشکی شیراز، عنوان کرد: با توجه به مدت ماندگاری بالای ویروس در محیط به ویژه سطوح، رعایت نکات بهداشتی دست و سطوح در تماس از ضروری ZWNJ& ترین مسائل در کنترل این ویروس است.

به گفته ZWNJ& امامی به دلیل ترس از ابتلا به کرونا ویروس، مراجعه بی ZWNJ& دلیل به مراکز درمانی و بیمارستان ZWNJ&ها افزایش یافته است، مردم باید بدانند میان سرماخوردگی و ابتلا به کروناویروس تفاوت ZWNJ&هایی وجود دارد و تنها کسانی می‌ZWNJ& توانند مشکوک به کروناویروس باشند که علائم ویروسی در دستگاه تنفسی فوقانی خود، تب بالا و طولانی مدت دارند.

او ادامه داد: تشخیص اولیه موارد مشکوک بایستی از سوی متخصصان عفونی مستقر در مراکز معرفی شده صورت گیرد، چرا که به دلیل علائم مشابه با آنفلوانزا این امر می‌تواند باعث اشتباه در ذهن افراد و ایجاد هیجانانابجا در جامعه و افراد خانواده شود.

این پزشک افزود: افراد مبتلا به بیماری ZWNJ&ZWNJ&های شبه آنفلوانزا بهتر است در منزل استراحت کرده و از حضور در اماکن عمومی و دست دادن و روبوسی کردن با سایر افراد خودداری کنند.

امامی مهمترین دستورالعمل پیشگیری در رابطه با تمامی بیماری ZWNJ&های تنفسی را رعایت مراودات اجتماعی امن از جمله بهداشت دست، پرهیز از دست دادن و روبوسی کردن و رعایت آداب سرفه کردن مثل استفاده از دستمال شخصی و در صورت نبود دستمال استفاده از تا خوردگی آستین در محیط آرنج عنوان کرد.

او افزود: با توجه به اینکه حرارت مستقیم و شعله می‌تواند ویروس را از بین ببرد، به همین دلیل مردم می‌توانند بدون نگرانی به شرطی که بدون واسطه غذا و نان را از محل معتبر خریداری کنند، اقدام به تهیه و مصرف غذا و نان کنند.

امامی همچنین گفت: حضور در مکان‌هایی که تجمعات انسانی وجود دارد توصیه نمی‌شود، در شرایط کنونی بهتر است افراد از حضور در باشگاه‌ها و استخرهای شلوغ، آرایشگاه‌ها و مکان‌هایی از این قبیل خودداری کنند و تردد با وسایل نقلیه همگانی تنها در صورت لزوم صورت گیرد.

استفاده از ماسک برای تمام مردم ضروری نیست

رئیس کمیته اجرایی کنترل عفونت دانشگاه علوم پزشکی شیراز، افزود: استفاده از ماسک به ویژه ماسک‌های معروف به N95 و FFP2 برای تمام مردم ضروری نیست و توصیه می‌شود مردم اقدام به خرید تعداد بالای ماسک و ذخیره سازی آن نکنند.

به گفته‌ی امامی، در حال حاضر کارخانه‌های تولید ماسک در سه نوبت کاری در حال فعالیت هستند تا مشکلی برای تامین آن به وجود نیاید.

او در خصوص نحوه استفاده از ماسک گفت: عمر مفید ماسک‌ها بین ۸ تا ۱۲ ساعت است، البته این نوع ماسک را بهتر است کسانی مصرف کنند که با افراد دارای علامت بیماری سر و کار دارند مانند کادر درمان و تیم‌های بالینی که در محیط‌های در بسته و در معرض با موارد مشکوک احتمالی بالایی قرار دارند. تهیه وسایل حفاظت شخصی برای این افراد در بیمارستان‌ها از نکات حائز اهمیت است.

او از عموم مردم خواست تا در هنگام مراجعه به مراکز درمانی و مشاهده همکاران در پوشش‌های استاندارد و تعریف شده برای کادر درمان از گرفتن عکس و انتقال متن‌های غیرمتعارف و ایجادکننده هیجانات کاذب برای دیگر افراد جامعه خودداری کنند.

او پرهیز از مراجعه غیرضروری به مراکز درمانی به ویژه دندانپزشکی‌ها را از دیگر اقدامات پیشگیرانه در خصوص احتمال انتقال و شانس ابتلا عنوان کرد و افزود: تبادل پول کاغذی راهی برای انتقال بسیاری بیماری‌ها محسوب می‌شود، بنابراین بهتر است از کارت‌های عابریانک و دیگر روش‌های پرداخت مانند انتقال از سیستم‌های گوشی استفاده کنیم.

او از فروشندگان خواست تا به طور مکرر اقدام به ضدعفونی کردن دستگاه‌های کارتخوان خود کنند و افزود: با توجه به اینکه هنوز دارو و واکسن تایید شده قطعی برای این بیماری وجود ندارد، به جای ایجاد اضطراب در مثبت یا منفی بودن نتایج و اینکه آمار مربوط به موارد چقدر است بهتر است تمام تمرکز در کاهش اضطراب و رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی به ویژه بهداشت فردی صورت گیرد.

رئیس کمیته اجرایی کنترل عفونت دانشگاه علوم پزشکی شیراز، در پایان از هموطنان تقاضا داریم که اطلاعات ضروری و موردنیاز خود را تنها از مراجع رسمی مانند شبکه‌های خبری ملی و روابط عمومی دانشگاه‌های علوم پزشکی دریافت کرده و در صورت مواجهه با اخبار، کلیپ و صداهای ضبط شده غیر رسمی و غیر معتبر که تحت نام افراد مسوول خود را معرفی می‌کنند، از انتشار آن خودداری کنند.