



سورة التوبة





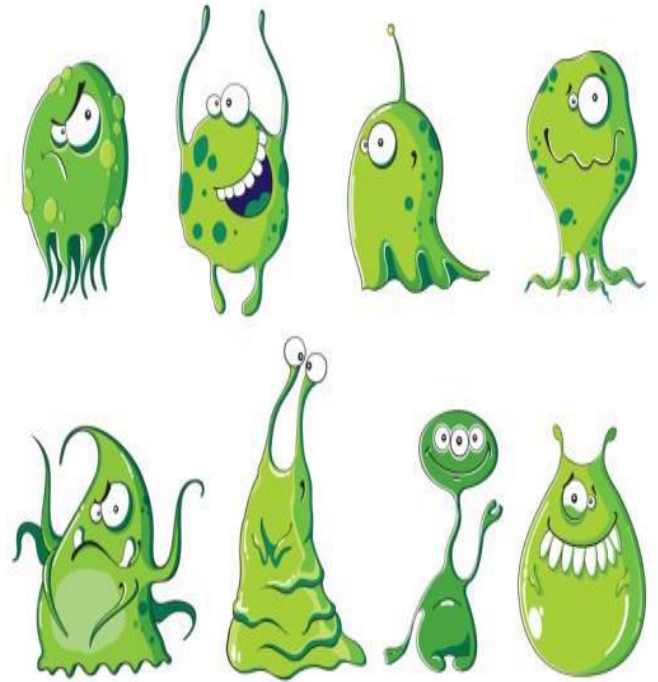
دانشگاه علوم پزشکی و  
خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان غربی  
معاونت بهداشت

**بسته آموزشی کورونا ویروس  
ویژه دانش آموزان**

- همه ما در زندگی لاقل یک بار سرما خوردیم و یا دچار آنفلوآنزا شدیم. در چنین شرایطی بدن ما انسان ها خیلی آسیب پذیر میشود.

- این بیماریها توسط ویروس ها وارد بدن انسان شده و از فردی به فرد دیگر منتقل می شوند.

- ویروس ها موجودات بسیار بسیار ریزی هستند که میتوانند از طریق بینی، دهان و چشم وارد بدن شوند.

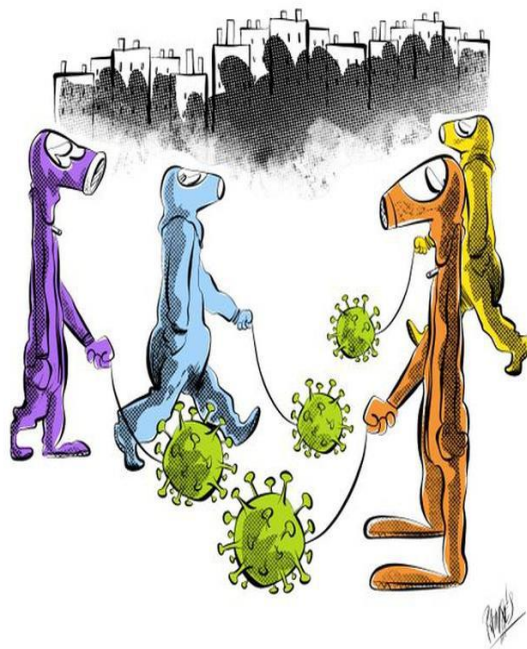


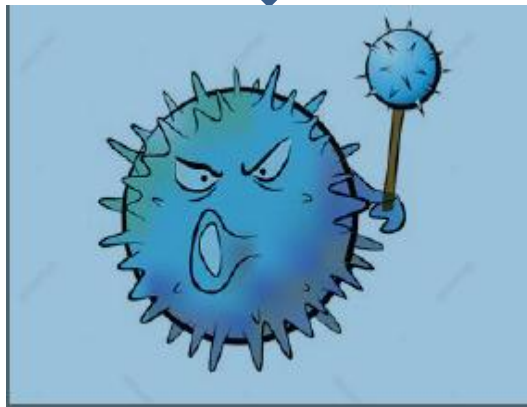
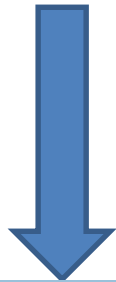
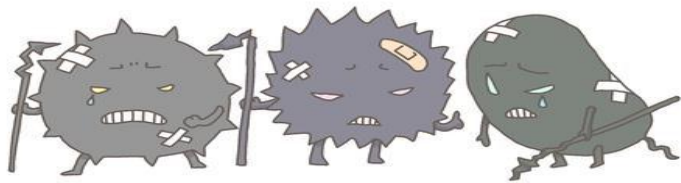
# کرونا ویروس ها

- ویروس ها انواع زیادی دارند که یک خانواده از ویروس ها کرونا ویروس نام دارند.



- کرونا ویروس ها می توانند هم در حیوانات و هم در انسان ایجاد بیماری کنند.

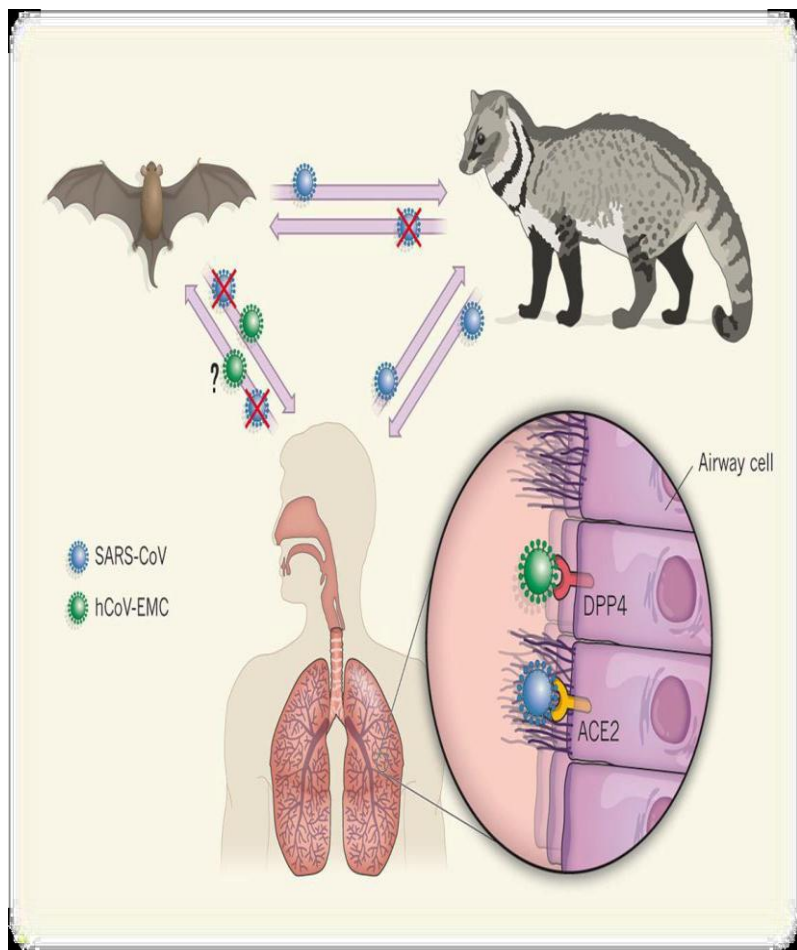




- کروناویروس‌ها عامل سرماخوردگی هستند.

- این ویروس‌ها می‌توانند تغییر شکل داده و تبدیل به ویروس‌های قوی‌تر شوند که بیماری‌های شدیدی در انسان ایجاد می‌کنند!

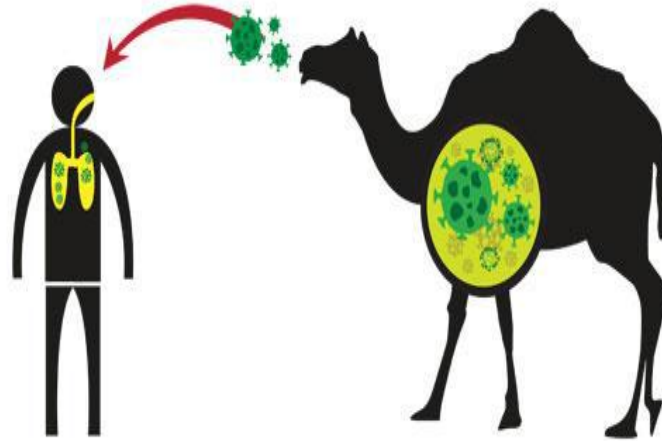
# بیماری سارس (SARS)



- یکی از این کروناویروس ها چندین سال قبل باعث بیماری سارس در کشور چین شد که از خفاش به گربه و بعد به انسان منتقل شد.

# بیماری مرس (MERS)

- یکی دیگر از این کروناویروس ها می باشد که در عربستان شایع بوده و از شتر به انسان منتقل شده است.





# نوع کرونا ویروس جدید COVID-19

• از اواخر دسامبر سال ۲۰۱۹ عضو جدیدی از خانواده کروناویروس‌ها در کشور چین شیوع پیدا کرد و در حال حاضر این بیماری در برخی از شهرستانهای کشور نیز گزارش شده است.

• قدرت سرایت (انتقال از انسان به انسان) در این ویروس زیاد است،

اما کشندگی بیماری پایین تر از سایر کوروناویروس‌ها می باشد.

# علائم بیماری کروناویروس



# راه های انتقال بیماری کروناویروس



• ریزقطرات پخش شده در هوا از عطسه و سرفه

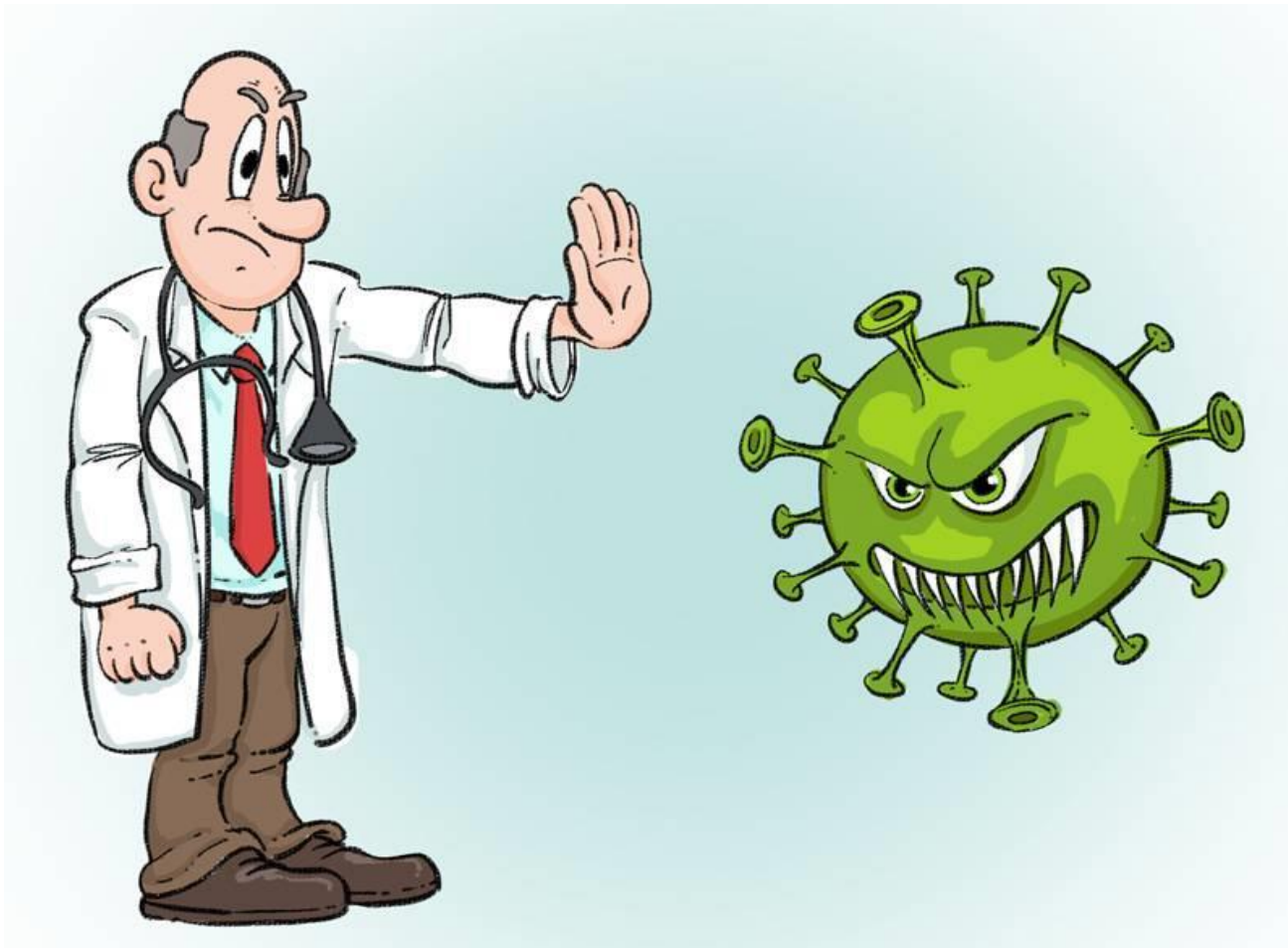
• تماس مستقیم با ترشحات فرد بیمار



• تماس با سطوح آلوده



# راههای پیشگیری از انتقال بیماری



- دهان و بینی خود را هنگام سرفه و عطسه بپوشانیم و بلافاصله دستمال را در سطل زباله درب دار انداخته و دست های خود را فوراً با آب و صابون بشوئیم.

- اگر دستمال همراه نداشتیم، از قسمت داخلی آرنج موقع سرفه و عطسه استفاده کنیم تا دوستان و اطرافیانمان را بیمار نکنیم.



• باید مرتب دست ها را با آب و صابون مایع

بطور صحیح بشوئیم.



# روش درست شستن دست‌ها

## در ۱۰ مرحله



دست‌ها را خیس کرده و بعد آن‌ها را صابونی کنید.



کف دست‌ها را با هم بشویید.



بین انگشتان را در قسمت پشت بشویید.



بین انگشتان را از روبرو بشویید.



نوک انگشتان را در هم گره کرده و به خوبی بشویید.



شست‌ها را جداگانه و دقیق بشویید.



خطوط کف دست را با نوک انگشتان بشویید.



دور مچ هر دو دست را بشویید.



دست‌ها را با دستمال خشک کنید.



با همان دستمال شیر آب را ببندید و دستمال را در سطل زباله بیاندازید.

مدت زمان  
صحیح شستن  
دستها ۲۰-۳۰  
ثانیه

اگر علائم سرماخوردگی داشتیم، توسط  
والدین به مدرسه اطلاع داده و تا  
بهبودی کامل در منزل استراحت  
کنیم.



اگر علائم بیماری شدید شد، حتما به  
پزشک مراجعه کنیم.





از تماس نزدیک (دست  
دادن و روبوسی) با افراد  
پرهیز کنیم و حداقل  
فاصله یک متر از افراد  
بیمار را رعایت کنیم.



○ استفاده از ماسک در بیماران و کسانی که از بیماران مراقبت می کنند  
یا با آنها در تماس هستند الزامی است و افراد سالم نیاز به استفاده از  
ماسک ندارند.



## نحوه پوشیدن، در آوردن و دور انداختن ماسک:

❖ قبل از قراردادن ماسک بر روی صورت، دستان خود را با آب و صابون مایع بشوید.

❖ دهان و بینی را با ماسک بپوشانید و مطمئن شوید که هیچ شکافی بین صورت و ماسک شما وجود ندارد.

❖ درحین استفاده، از لمس ماسک خودداری کنید.

❖ به محض مرطوب شدن ماسک، آن را با ماسک جدید جایگزین کنید.

❖ برای در آوردن، ماسک را از بند آن جدا کنید (جلوی ماسک را لمس نکنید) و

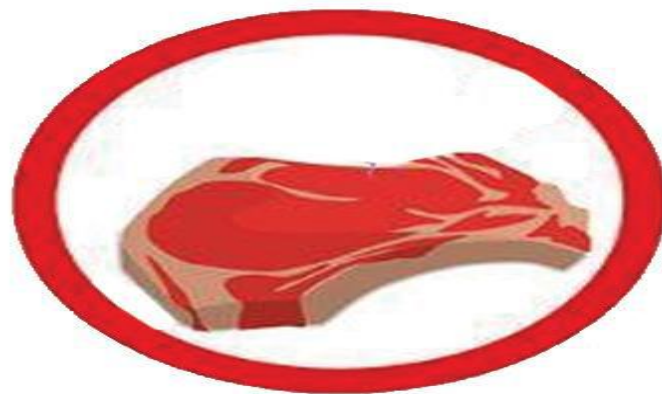
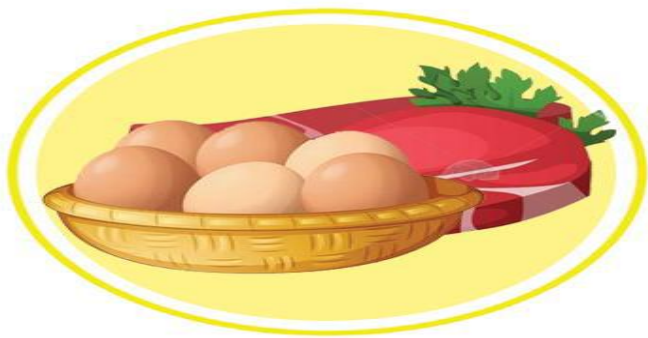
بلافاصله در سطل دربسته بیندازید. دستان خود را با آب و صابون مایع بطور

صحیح بشوید.

بی دلیل به حیوانات نزدیک  
نشویم و به حیوانات دست  
نزنیم. اگر حیوانی را نوازش  
کردیم و دست زدیم حتما  
دستهایمان را با آب و  
صابون بشویم.



- غذاهایی که کامل پخته نشده را نخوریم.
- حتی المقدور از غذای خانگی استفاده کنیم.
- از خوردن غذاهای آماده و فست فود تا حد امکان پرهیز کنیم.



# مربیان و دانش آموزان عزیز

به کسانی که:

✓ تب و علایم تنفسی (سرفه و تنگی نفس) داشته باشند،

✓ سابقه تماس با فرد بیمار داشته باشند،

✓ مسافرت به سایر کشورها بخصوص کشور چین یا شهرهای آلوده

کشور را داشته باشند:

**توصیه کنید در منزل استراحت نموده و در صورت تشدید علایم**

**فوری به پزشک مراجعه کنند.**

با آرزوی سلامتی و موفقیت  
شهادتش آموز عزیز

