

سوالات و پاسخ های شایع ویژه کارشناسان سامانه اطلاع رسانی مردمی ۱۹۰

مبانی پایه مربوط به بیماری

سؤال: کوروناویروس جدید ۲۰۱۹ چیست؟

پاسخ: یک ویروس جدید تنفسی است که که اولین بار در شهر ووهان Wuhan ، استان هوبی Hubei چین شناسایی شد. خانواده کوروناویروس ها بطور شایع در انسانها چرخش داشته اند و سبب بیماری سرماخوردگی میشده اند. ویروس جدید قبلاً در این خانواده دیده نشده بود.

سؤال: منبع (منشأ) کوروناویروس ۲۰۱۹ چیست؟

پاسخ: مسئولان جهانی بهداشتی و مؤسسات علمی همکار آنها بطور جدی در تلاش هستند تا منشأ کوروناویروس جدید ۲۰۱۹ را شناسایی نمایند . کوروناویروس ها خانواده بزرگی از ویروسها هستند که در میان حیوانات دیده میشوند مانند شترها، گربه ها و خفاش ها. تجزیه و تحلیل ژنتیکی ویروس جدید فعلی در جریان بوده تا حیوان نواده بزرگی امنبع ویروس را مشخص نماید.

کوروناویروس دیگر موسوم به سارس SARS که در سال ۲۰۰۲ ظاهر شد و سبب بیماری انسان شد از گربه های چینی منشأ گرفته بود در حالیکه کوروناویروس خاورمیانه MERS که در سال ۲۰۱۲ ظاهر و سبب بیماری انسان شد از شتر منشأ گرفت.

سؤال: ویروس چگونه منتشر میشود؟

پاسخ: احتمالاً ویروس در ابتدا از یک منبع حیوانی در چین منتقل شده باشد ولی هم اکنون انتقال آن بصورت انسان-به-انسان صورت می گیرد.

سؤال: آیا کوروناویروس جدید ۲۰۱۹ همانند SARS یا MERS است؟

پاسخ: خیر. کوروناویروس ها خانواده بزرگی از ویروس ها هستند بعضی از آنها برای انسان و بعضی دیگر برای حیوانات بیماریزا هستند. کوروناویروس جدید مانند عوامل ایجاد بیماری SARS و MERS نیست . در هر حال تجزیه و تحلیل های ژنتیکی در آزمایشگاه نشان داده که این ویروس از ویروسی شبیه SARS (احتمالاً در خفاش)

نشأت گرفته است. تحقیقات در این زمینه ادامه دارد. اطلاعات در خصوص این بیماری سرعت در حال افزایش است و به محض دسترسی به اطلاعات جدید، در اختیار عموم قرار خواهد گرفت.

اصول پیشگیری

سؤال: چگونه خود را در برابر این ویروس محافظت کنیم؟

پاسخ: در حال حاضر مانند ویروس های سرماخوردگی، واکسنی برای پیشگیری از این بیماری وجود ندارد. بهترین راه پیشگیری، خودداری از تماس با ویروس یعنی تماس نزدیک با افرادی است که علائم سرماخوردگی دارند (و دارای سابقه سفر به چین در دو هفته گذشته هستند). البته وزارت بهداشت توصیه میکند مردم همواره موازین پیشگیری از انتشار بیماریهای تنفسی را رعایت کنند شامل:

- شستشوی مکرر دستها با آب و صابون بمدت ۲۰ تا ۴۰ ثانیه بخصوص بعد از رفتن به دستشویی، پیش از غذا خوردن، بعد از تمیز کردن بینی، عطسه و سرفه (در درون دستها)
- اگر آب و صابون ب راحتی در دسترس نیست، از محلول های پایه الکلی ضد عفونی دست استفاده کنید. البته اگر دستها بوضوح کثیف هستند، همواره از آب و صابون استفاده نمائید
- از تماس دستهای شسته نشده با چشم ها، بینی و دهان خودداری کنید
- از تماس نزدیک با افرادی که علائم سرماخوردگی دارند، خودداری نمائید (حفظ فاصله حداقل ۱-۲ متر، خودداری از روبوسی، در آغوش گرفتن و دست دادن)
- در صورت داشتن علائم سرماخوردگی در منزل استراحت کنید
- هنگام عطسه و سرفه، دهان و بینی خود را با هر وسیله ممکن بپوشانید (دستمال کاغذی، آستین لباس یا ماسک جراحی معمولی). این عمل مانع پرتاب قطرات آلوده بر روی صورت سایر افراد یا سطوح و آلودگی آنها میشود و چرخه انتقال بیماری را قطع میکند. بعد از استفاده از ماسک یا دستمال آنها را در کیسه نایلون انداخته، درب کیسه را گره زده و در سطل زباله بیندازید.
- سطوح و اشیایی را که در معرض تماس مکرر با دستها هستند (مانند دستگیره ها) را با استفاده از اسپری ها یا پارچه های آغشته به مواد ضد عفونی کننده (برای سطوح مقاوم وایتکس و برای سطوح حساس الکل

۷۰ درجه) بصورت مکرر تمیز و ضدعفونی کنید

درمان:

پاسخ: در حال حاضر هیچ نوع داروی ضد ویروس اختصاصی برای کوروناویروس جدید ۲۰۱۹ وجود ندارد. با توجه به آنکه در حال حاضر از هر ده بیمار مبتلا نه نفر دچار علائم خفیف در حد سرماخوردگی میشوند (عمدتاً تب و سرفه بعنوان علائم اصلی باضافه علائم فرعی نظیر آبریزش، سردرد، احساس خستگی یا کوفتگی) افرادی که مبتلا به این بیماری شده اند باید از درمان های حمایتی و علامتی استفاده کنند (استراحت در منزل، مصرف مایعات فراوان نظیر سوپ و آب مرکبات، و مسکن های تب بر). در موارد شدید بیماری که نیاز به بیمارستان دارند (علاوه بر تب و سرفه علائم دشواری تنفس نظیر تنگی نفس به علائم اضافه میشود) درمانهای حمایتی از اعمال ارگانهای حیاتی بدن توسط کادر درمانی در بیمارستان انجام میشود.

افرادی که فکر میکنند با بیماران مبتلا به کوروناویروس تماس نزدیک داشته اند (در حال حاضر منظور از بیمار، افراد دچار علائم سرماخوردگی است که در دو هفته گذشته به چین مسافرت داشته اند) لازمست فوراً به نزدیک ترین مرکز بهداشتی درمانی یا پزشک مراجعه کنند.

سؤال: در صورت احتمال تماس نزدیک با بیماران مبتلا به کوروناویروس چگونه خود را از ابتلاء محافظت

کنیم (نحوه پیشگیری از انتشار ویروس در منازل و خوابگاه ها)؟

حالت اول: بیماران دچار علائم خفیف بیماری هستند نیاز به بستری در بیمارستان ندارند (اعم از موارد قطعی یا مشکوک به

بیماری)

حالت دوم: بیماران دچار علائم شدید بیماری که در بیمارستان بستری بوده اند (و ابتلاء آنها به بیماری قطعی شده است) و

بعد از بهبود وضعیت جسمانی از بیمارستان ترخیص شده و به منزل رفته اند

پاسخ: در حال حاضر این ویروس هنوز وارد کشورمان نشده است ولی چنانچه در آینده وارد کشور شود باید بدانیم

که تنها پزشکان و پرسنل بهداشتی میتوانند کسی را که دچار علائم بیماری است دقیقاً بررسی و مشخص نمایند که

وی نیاز به بستری در بیمارستان دارد یا آنکه درمان و جداسازی وی میتواند در منزل انجام شود. چنانچه پزشک

توصیه نماید که بیمار نیازی به بستری در بیمارستان ندارد، وی توسط پرسنل مرکز بهداشت شهرستان مسئول

تحت نظر قرار میگیرد. ضمناً بیمار باید در زمان استراحت در منزل موازین پیشگیری زیر را رعایت کند تا زمانی که مرکز بهداشت شهرستان (یا استان) به وی بگویند میتوانند به فعالیتهای روزمره خود بازگردند.

۱. توصیه میشود در منزل بمانید (یا اطاق مخصوص در خوابگاه) مگر برای مراجعه به پزشک

توصیه میشود فعالیتهای خود در خارج از منزل را محدود کنید با استثنای زمانی که نیاز به مشورت با پزشک دارید. به محل کار، دانشگاه (مدرسه) یا اماکن پر ازدحام عمومی نروید. از وسایل نقلیه عمومی، تاکسی های تلفنی یا عمومی استفاده نکنید.

۲. در زمان استراحت در منزل (خوابگاه) خود را از دیگران جدا کنید

تا حد امکان در منزل (خوابگاه)، در یک اطاق اختصاصی و دور از سایرین استراحت کنید. همچنین توصیه میشود در صورت دسترسی، توالت بیمار از سایرین جدا باشد.

۳. پیش از ویزیت پزشک، ترجیحاً با ایشان تماس بگیرید

اگر وقت ملاقات پزشک دارید، ایشان را از احتمال ابتلاء خود به کوروناویروس جدید مطلع نمائید. این موضوع به پزشک یا همکاران وی کمک میکند اقدامات احتیاطی لازم برای ممانعت از تماس نزدیک شما با سایر بیماران و پرسنل را فراهم نمایند (مثلاً اطاق انتظار ویژه برای شما فراهم و کادر درمانی را از اتخاذ موازین احتیاطی لازم مطلع نمایند)

۳. یک ماسک معمولی (ترجیحاً ماسک پارچه ای) بپوشید

زمانی که سایرین اطراف شما هستند (مثلاً در صورت استفاده از وسیله نقلیه عمومی یا تاکسی) و همچنین پیش از ورود به مرکز بهداشتی درمانی یا مطب پزشک، توصیه میشود یک ماسک جراحی بپوشید. اگر پوشیدن ماسک جراحی برای شما دشوار است (مثلاً در صورتی که تنفس را برایتان دشوار میکند)، توصیه میشود افرادی که با شما زندگی میکنند در اطاق دیگری باشند و زمانی که وارد اطاق خصوصی شما میشوند از ماسک استفاده کنند

۴. هنگام عطسه و سرفه، دهان و بینی خود را بپوشانید

برای این کار از یک دستمال کاغذی استفاده کنید. پس از استفاده، دستمال کاغذی را در یک سطل زباله حاوی کیسه زباله (ترجیحاً پدال دار) بیندازید. سپس دستهای خود را با آب و صابون بشوئید (حداقل ۲۰ ثانیه). اگر آب و

صابون در دسترس نیست، فوراً دستهای خود را با محلول های ضد عفونی دست حاوی الکل ۷۰ درجه تمیز کنید به نحوی که تمام سطوح دست به محلول آغشته شود و تا خشک شدن کامل دستها آنها را به همدیگر بمالید. اگر دستها بطور واضح کثیف هستند ترجیحاً از آب و صابون استفاده کنید.

۵. دیگران از استفاده از وسایل خصوصی شما خودداری نمایند

از ظروف غذاخوری، وسایل غاخوری، لیوان، فنجان، حوله، تخت مورد استفاده توسط سایر افراد منزل (خوابگاه) استفاده نکنید. بعد از استفاده از این وسایل، توصیه میشود آنها را بدقت با مواد شوینده و آب بشوئید.

۶. علائم بیماری خود را تحت نظر بگیرید

اگر علائم شما در حال بدتر شدن است (مثلاً علائم دشواری تنفس نظیر تنگی نفس به علائم تب و سرفه اضافه شده است) فوراً به پزشک مراجعه کنید. مجدداً قبل از ویزیت پزشک وی را از ابتلاء یا تحت نظر بودن با شک کرونایروس جدید ۲۰۱۹ مطلع نمائید. قبل از وارد شدن به مرکز بهداشتی درمانی یا مطب، یک ماسک جراحی بپوشید. این اقدامات به ارائه کنندگان خدمات درمانی کمک میکند تا از ابتلاء یا تماس نزدیک سایر بیماران با شما پیشگیری نمایند. پزشک وظیفه دارد در این مواقع مرکز بهداشت شهرستان/استان را با تلفن مطلع نماید (گزارشدهی تلفنی). بیمارانی که تحت نظر مرکز بهداشت یا خودمراقبتی قرار گرفته اند باید در پیگیری روند علائم خود بطور دقیق در تماس های تلفنی مرکز بهداشت یا حین مراجعه کارشناسان بهداشتی درمانی همکاری نمایند

۷. خاتمه جداسازی اختیاری در منزل

بیمارانی که ابتلاء آنها به کرونایروس جدید ۲۰۱۹ قطعی شده است باید در منزل بمانند تا زمانی که خطر انتقال به سایر افراد کاهش یابد. تصمیم به خاتمه دوره اقامت در منزل بصورت موردی و مشورت با مرکز بهداشت شهرستان/استان اتخاذ میگردد. اطلاعات فعلی در خصوص این بیماری جدید محدود است بنابراین جداسازی و اقامت اختیاری در منزل یک اقدام احتیاطی منبعث از تجربیات حاصل از کنترل همه گیری کرونایروس های قبلی مثل MERS و SARS است.

سؤال: آیا وزارت بهداشت، کاربرد ماسک در اماکن عمومی را بمنظور پیشگیری از گسترش بیماری در

جامعه توصیه میکند؟

پاسخ: مادامیکه ویروس وارد کشور نشده و در جامعه به گردش در نیامده است این اقدام توصیه نمیشود. یادآوری این نکته ضروری است که ماسک N95 مخصوص مراکز درمانی بوده و در اماکن عمومی کاربرد ندارد. کاربرد ماسک معمولی جراحی توسط افراد دچار علائم سرماخوردگی میتواند نقشی معادل پوشاندن دهان و بینی در حین عطسه و سرفه داشته باشد و از پرتاب قطرات آلوده بسمت صورت افراد سالم یا برروی سطوح پیشگیری کند. افراد سالمی که احتمال تماس نزدیک با افراد سرماخورده را دارند ولی از رعایت پوشش دهان و بینی توسط فرد بیمار در حین عطسه و سرفه وی اطمینان ندارند، ممکن است با پوشیدن ماسک معمولی، دهان و بینی خود را در برابر ورود قطرات آلوده پرتاب شده از سمت فرد دچار علائم سرماخوردگی محافظت نمایند.

اطلاعات پزشکی

سوال: علائم و عوارض بیماری کوروناویروس جدید ۲۰۱۹ چیست؟

پاسخ: علائمی که تاکنون در خصوص این بیماری گزارش شده شامل بیماری تنفسی خفیف تا شدید است. علائم اصلی بیماری تنفسی خفیف تب و سرفه است و در فرم شدید بیماری علاوه بر تب و سرفه، دشواری تنفس (تنگی نفس) نیز دیده میشود.

سوال: آیا من باید از نظر کوروناویروس جدید ۲۰۱۹ آزمایش بدهم؟

پاسخ: چنانچه شما تب و علائم تنفسی یعنی سرفه یا تنگی نفس را طی ۱۴ روز پس از مسافرت به چین پیدا کردید باید با یک پزشک مشورت نمائید و سابقه مسافرت اخیر خود یا تماس نزدیک با فرد علامت دار در زمان مسافرت را به وی گوشزد نمائید. همچنین اگر تماس نزدیک با کسی را داشته اید که اخیراً مسافر چین بوده است، این مورد را نیز به پزشک خود بگوئید. این پزشک شماست که در مشورت با مرکز بهداشت استان مشخص خواهد نمود که آیا شما به نمونه گیری نیاز دارید یا خیر.

سوال: نحوه انجام تست تشخیصی از نظر کوروناویروس جدید، برای یک بیمار چگونه است؟

پاسخ: در حال حاضر، تست آزمایشگاهی از نظر این ویروس در دو مرکز تشخیصی مورد تأیید وزارت

بهداشت انجام میشود.

زمانی که مرکز بهداشت شهرستان/استان یک بیمار مشکوک را تحت نظر می گیرند ، فوراً مورد را به مرکزهدایت عملیات پاسخ به اپیدمی در وزارت بهداشت (Public Health EOC) مستقر در مرکز مدیریت بیماریهای واگیر گزارش میکنند تا مشخص شود آیا نمونه گیری از بیمار ضرورت دارد. با راهنمایی آن مرکز ستادی، مرکز بهداشت شهرستان/استان نمونه گیری، قراردادن نمونه در شرایط مناسب و انتقال صحیح نمونه به آزمایشگاه های تعیین شده را انجام میدهند. این امر در خارج از ساعات اداری یا تعطیلات نیز جریان دارد.

وضعیت فعلی و سوالات مرتبط با نظام بهداشتی کشور

سوال: آیا خطر ابتلاء به کوروناویروس nCoV در ایران وجود دارد؟

پاسخ: در حال حاضر ویروس وارد کشور نشده است و خطر ابتلاء در افرادی که مسافرت به چین نداشته اند وجود ندارد. با این حال شرایط بیماری در جهان سرعت در حال تغییر است و لازمست به اطلاعیه ها و بروز رسانی های وزارت بهداشت در این خصوص دقت کنید.

بدیهی است ارزیابی خطر طغیان های کوروناویروس جدید بستگی به قدرت سرایت بیماری ، قدرن بیماریزایی (شدت بیماری) و همچنین درمانهای در دسترس (دارو یا واکسن) دارد. در حال حاضر علیرغم قدرت سرایت بالا، این بیماری تنها در حدود ده درصد موارد شدید شده و بیمار نیاز به بستری در بیمارستان دارد. از موارد بستری نیز تنها ده درصد بسیار شدید شده راهی ICU میشوند. میزان کشندگی بیماری حدود ۱٪ کل موارد بیماری است. بدلیل قدرت سرایت بالا ، مردم نگران شده اند ولی تا زمان کنونی بیماری در ۹۰٪ موارد خفیف (در حد سرماخوردگی) و با استراحت در منزل، مصرف مایعات و مسکن های تب بر بهبود می یابد و در طول استراحت موازین بهداشت تنفسی و شستشوی مکرر دستها را باید رعایت نمایند. البته مشخص نیست در آینده دو ویژگی نامبرده ویروس و درمانهای احتمالی چه وضعیتی پیدا کنند اما آنچه که محرز است خطر بیمار شدن مثل تمام بیماریای تنفسی و سرماخوردگی ها عمدتاً بستگی به تماس نزدیک با بیماران دچار علائم دارد. با توجه به عدم ورود ویروس به کشور **در حال حاضر**، خطر ابتلاء مردم کشور پائین ارزیابی میگردد.

سوال: آیا خطر ابتلاء به کوروناویروس nCoV در نتیجه واردات بسته ها و کالاهای چینی وجود دارد؟

پاسخ: برای پاسخ به این سوال باید از تجربیات SARS و MERS که هم خانواده ویروس جدید هستند، بهره گرفت. بطور کلی بعلت قابلیت بقای ضعیف و کوتاه مدت کوروناویروس ها بر روی سطوح ، احتمال بسیار ناچیزی دارد که بسته ها و کالاهای سبب انتقال ویروس شوند زیرا روزها یا هفته ها طول میکشد تا این اقلام به کشور برسند و در دمای محیط این ویروس در مدت کوتاهی غیرفعال میشود. بطور کلی کوروناویروس ها در تقریباً همه موارد از طریق قطرات تنفسی آلوده (دفع شده با عطسه و سرفه) منتقل میشوند. در حال حاضر، شواهدی در دست نیست که کوروناویروس جدید از طریق کالاهای وارداتی به کشورهای جهان وارد شده باشد.

مسافرت

سوال: آیا مسافرت به چین یا سایر کشورها که کوروناویروس جدید ۲۰۱۹ در آنها دیده شده است، بی خطر است؟

پاسخ: در حال حاضر توصیه وزارت بهداشت آن است که از سفرهای غیرضروری به چین خودداری شود. با توجه به گسترش این اپیدمی و تغییر رفتار بیماری ، همواره باید به توصیه های مسافرتی وزارت بهداشت در رابطه با این بیماری توجه کنید.

سوال: اگر اخیراً به چین مسافرت کرده و علائم بیماری را پیدا کرده ایم ، چه باید کرد؟ آیا خطری ما را تهدید میکند؟

پاسخ: اگر در دو هفته گذشته مسافر چین بوده اید و بعد از بازگشت به کشور علائم تب، سرفه یا دشواری تنفس پیدا کرده اید، توصیه میشود اقدامات زیر را انجام دهید:

- فوراً به پزشک مراجعه کنید. خواهشمند است قبل از آنکه به مطب پزشک یا اورژانس بیمارستان یا مرکز بهداشتی درمانی مراجعه نمائید، وی را از سابقه مسافرت اخیر به چین و علائم خود مطلع سازید
- از تماس نزدیک با دیگران خودداری کنید
- تا زمانی که بیمار هستید از مسافرت مجدد خودداری کنید
- هنگام عطسه یا سرفه، جلوی دهان و بینی خود را با یک دستمال کاغذی یا آستین لباس خود (و نه با

دستها) بپوشانید.

- دستهای خود را بطور مکرر با آب و صابون (حداقل ۲۰ ثانیه) بشوئید تا از انتشار ویروس به دیگران پیشگیری شود. اگر آب و صابون در دسترس نیست، از یک محلول ضدعفونی کننده دست که حاوی الکل ۷۰ درجه باشد استفاده کنید.

کوروناویروس جدید ۲۰۱۹ و حیوانات

سوال: آیا حیوانات یا فرآورده های حیوانی وارداتی از چین ما را تهدید میکنند؟

پاسخ: در حال حاضر شواهدی در دست نیست که حیوانات و فرآورده های حیوانی وارداتی از چین خطر انتشار بیماری در سایر کشورها ایجاد کنند. البته با توجه به حصول سریع اطلاعات در این روزها در صورت تغییر وضعیت اطلاع رسانی لازم از طریق وزارت بهداشت انجام خواهد شد.

سوال: آیا من باید در خصوص حیوانات خانگی و سایر حیوانات و خطر انتقال کوروناویروس جدید ۲۰۱۹

نگران باشم؟

پاسخ: در حالیکه بنظر میرسد ویروس از یک منبع حیوانی پدید آمده باشد، ولی در حال حاضر انتقال بیماری بصورت انسان-به-انسان صورت میگیرد. وزارت بهداشت توصیه میکند که در صورت اجبار به مسافرت به چین، از تماس با حیوانات زنده و مرده خودداری کنید اما دلایل علمی وجود ندارد که فکر کنید هر نوع حیوان وحشی یا خانگی در کشور ممکن است منبع عفونت کوروناویروس جدید باشد.

سوال: اگر علائم بیماری تنفسی داشته باشم، آیا باید از تماس با حیوانات خانگی و سایر حیوانات

خودداری کنم؟

پاسخ: زمانی که بیمار هستید از دست زدن به حیوانات خانگی و سایر حیوانات خودداری نمائید. اگرچه تاکنون گزارشی از انتقال بیماری کوروناویروس جدید از انسان به حیوانات وجود ندارد، اما چندین نوع کوروناویروس وجود دارد که میتوانند سبب بیماری در حیوانات شده و از آنها به سایر حیوانات و انسان منتقل شوند. تا زمانی که اطلاعات دقیقی در این مورد بدست آید، افراد مبتلا به کوروناویروس باید از تماس نزدیک با حیوانات خودداری

نموده و اگر لازمست نزدیک به حیوانات باشند یا از آنها مراقبت کنند، باید از ماسک جراحی استفاده نمایند

تهیه و تنظیم:

دکتر محمد مهدی گویا

دکتر پیمان همتی