



دانشگاه علوم پزشکی تهران
معاونت بهداشتی و مرکز بهداشت استان

گاه نگار کرونا ویروس

شماره ۲

آمار کرونا در ایران و جهان

۱۳۹۹/۰۱/۲۵

دوشنبه

آمار ۲۴ ساعت اخیر

۱۱۷ فوت
۱,۶۵۷ مبتلا

کل بهبودیافتگان

۴۳,۸۹۴

کل فوت شدگان

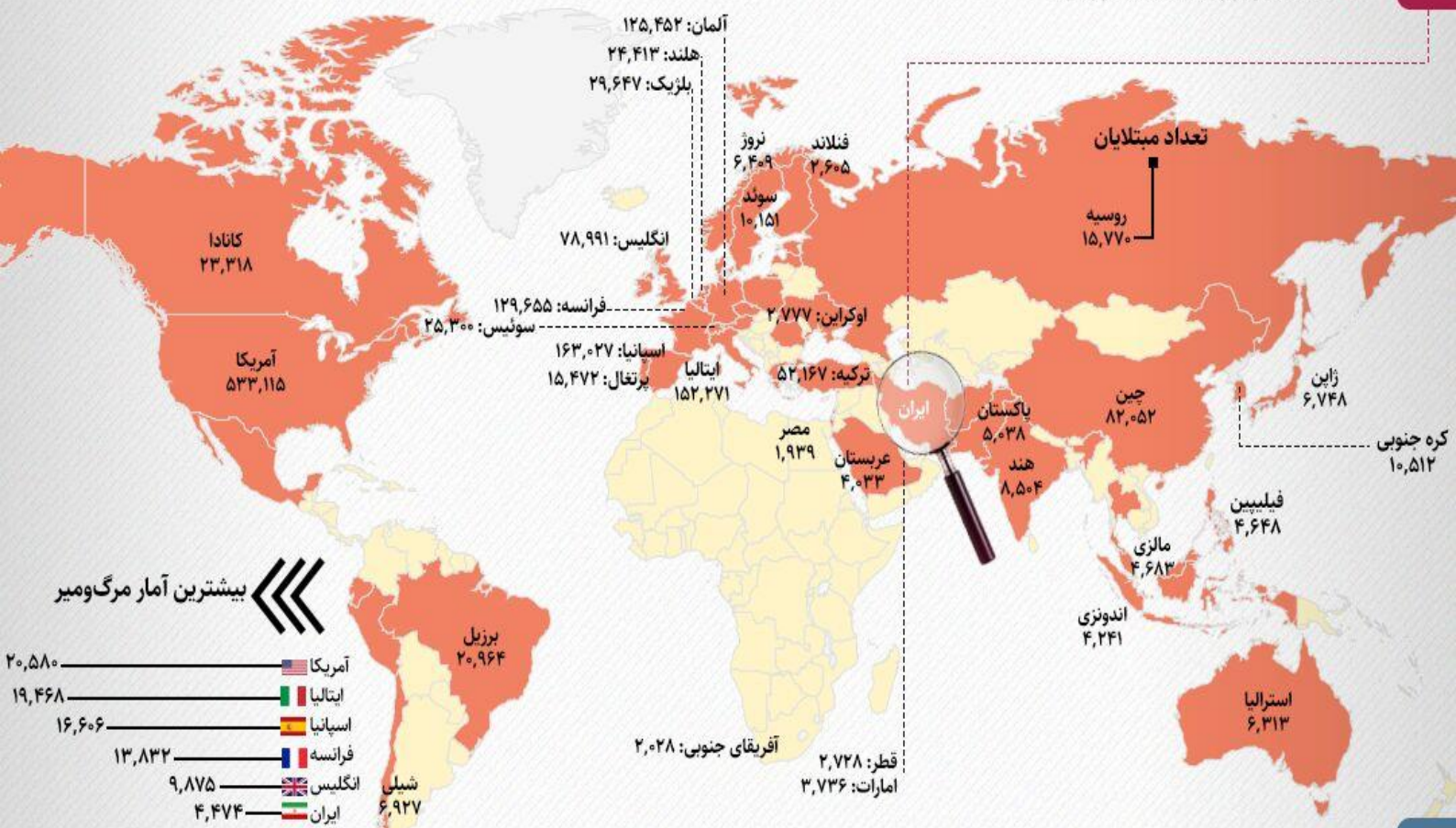
۴,۴۷۴

کل مبتلایان

۷۱,۶۸۶

آمار ایران

۳,۹۳۰ نفر در وضعیت شدید قرار دارند



بیشترین آمار مرگ و میر



کشورهای درگیر

۲۱۰ کشورهای درگیر
شیوع پایین
شیوع بالا

کل بهبودیافتگان

۴۰۶,۱۰۹

کل فوت شدگان

۱۰۹,۲۸۸

کل مبتلایان

۱,۷۸۷,۱۴۹

آمار جهانی

فهرست مطالب

عنوان..... شماره صفحه

۱..... مقدمه

۲..... وضعیت بیماری کرونا در جهان

۳..... وضعیت بیماری کرونا در ایران

۴..... وضعیت بیماری کرونا در استان همدان

۵..... روشهای انتقال ویروس COVID-19:

۶..... محل کار خود را برای مقابله با ویروس کرونا آماده کنید

۷..... ویروس کرونا، شایعات و واقعیت هایی که باید بدانیم

۸..... فاصله مقاله ای در مورد کرونا ویروس:

۹..... تجربه های کشور ژاپن در مقابله با ویروس کرونا

مقدمه

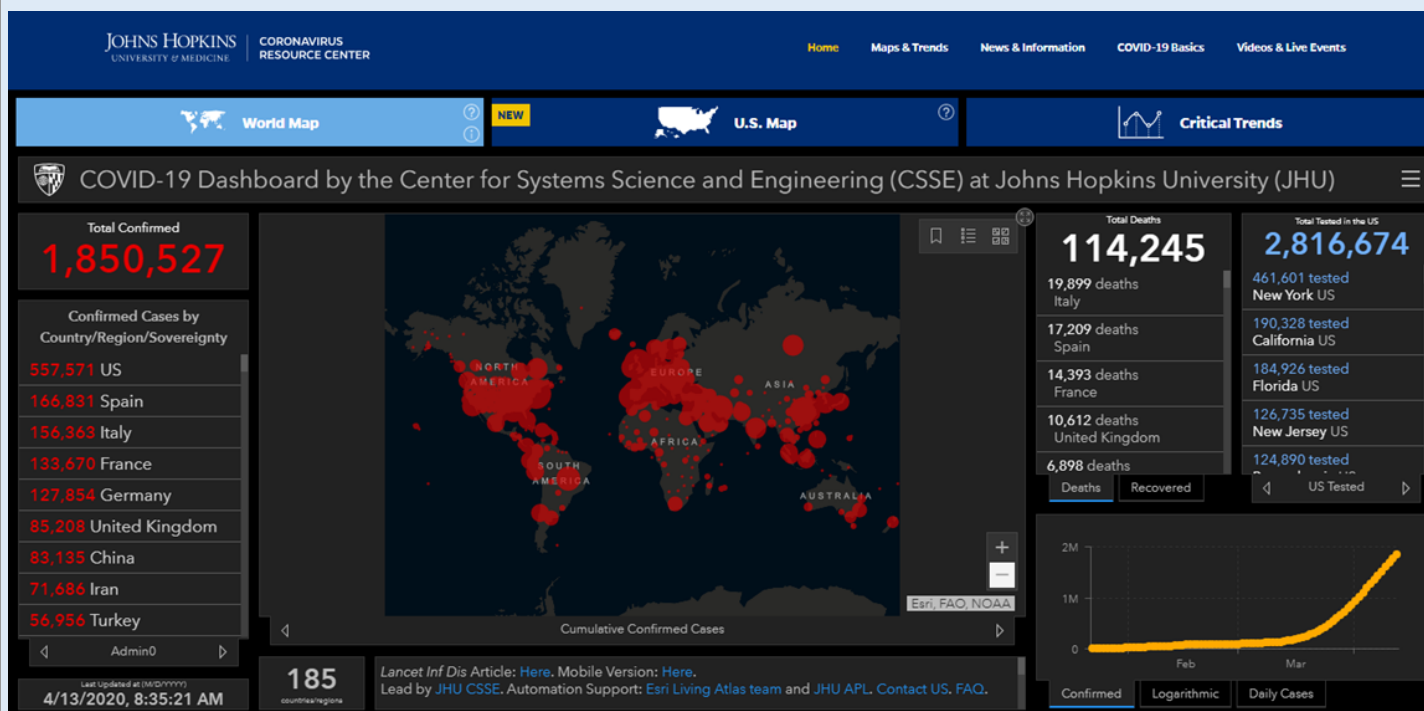
در اواخر دسامبر ۲۰۱۹ برای اولین بار در شهر ووهان استان هوبئی چین، پس از اینکه تعدادی از مردم بدون علت مشخصی دچار علائمی شامل تب، سرفه های خشک، خستگی، بدن درد و گاهی مشکلات تنفسی مانند تنگی نفس و دیسترس تنفسی شدند، بیماری کووید ۱۹ گزارش شد. پس از آنکه واکسن‌ها و درمان‌های موجود برای پیشگیری و درمان مؤثر نبودند، نوع جدیدی از کروناویروس با همه‌گیری در انسان شناسایی شد. از میان نخستین افرادی که به این ویروس آلوده شده‌اند، مشخص شد که دو سوم آنها با بازار عمده‌فروشی غذاهای دریایی هوانان، که در آن حیوانات زنده نیز به فروش می‌رسد، ارتباط داشته‌اند. اولین مبتلایان این بیماری در ووهان در بازار خوراک دریایی کار می‌کردند یا در آنجا حضور داشتند، ولی با توجه به گسترش بیماری در افرادی که با حیوانات در تماس نبودند سازمان بهداشت جهانی انتقال انسان به انسان را نیز مد نظر قرار داد.

مدتی بعد مشخص شد این بیماری بسیار مسری است و به سرعت گسترش یافت. بطوری که بخش‌هایی از چین و برخی کشورهای دیگر ظرف مدت یک ماه از زمان انتشار اولین گزارش یعنی در ۱۱ فوریه ۲۰۲۰، موجب بروز ۴۴۶۵۳ مورد عفونت تایید شده و ۱۱۱۳ مرگ و میر در سرزمین اصلی چین و ۳۹۵ مورد عفونت و یک مورد مرگ در خارج از چین شد.

در مورخه ۱۳ آوریل ۲۰۲۰ عامل بیماری ۱۸۵ کشور جهان را فرا گرفت و موجب ۱۸۵۰۵۲۷ مورد ابتلا و ۱۱۴۲۱۵ مورد مرگ شده است.

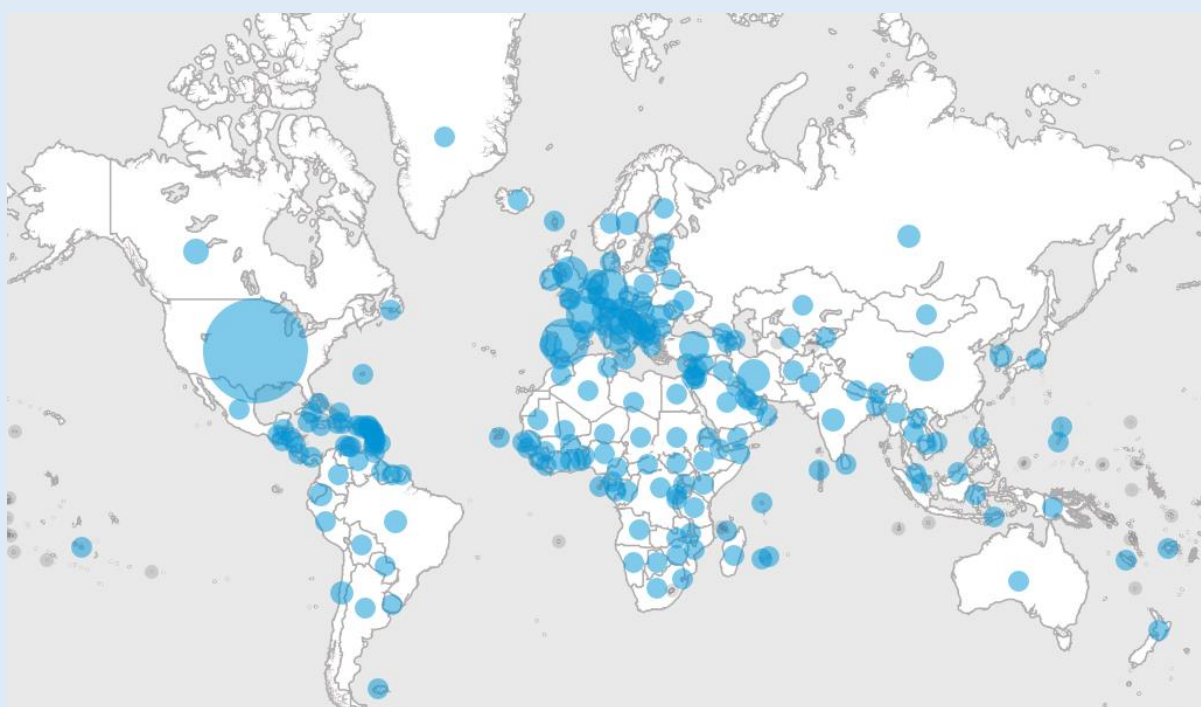
وضعیت بیماری کرونا در جهان

شکل زیر آخرین وضعیت توزیع موارد مثبت بیماری در سطح جهان را نشان میدهد که بیانگر آن است که ایالات متحده آمریکا با ۵۵۷۵۷۱ مورد در صدر جدول از نظر تعداد موارد مثبت بیماری قرار دارد و بعد از آمریکا به ترتیب کشورهای اسپانیا، ایتالیا، فرانسه و آلمان قرار داشته و ایران از نظر تعداد موارد مثبت در رده هشتم قرار می‌گیرد. لازم به توضیح است که در طی روزهای اخیر با روند افزایشی و سریع اپیدمی در کشورهای آمریکا، اسپانیا، ایتالیا، آلمان، فرانسه و انگلیس این کشورها در جایگاه بالاتری از ایران قرار گرفته‌اند. همچنین تعریف مورد و وسعت بیماریابی نیز در تغییرات روزهای اخیر می‌تواند موثر باشد. از نظر تعداد مرگهای ناشی از بیماری ایتالیا با ۲۲۱۰۸ مورد در صدر جدول مرگها قرار گرفته در طی روزهای اخیر تعداد مرگها در آمریکا و انگلستان به سرعت افزایش یافته است و در کشورهای ایتالیا و اسپانیا روند کاهشی کندی دیده می‌شود. یکی از مهمترین دلایل بالا بودن تعداد مرگها در کشورهای غربی مسن بودن جمعیت این کشورها بیان شده است.



بر اساس گزارش مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری های اتحادیه اروپا (CDC) که در تاریخ ۱۲ آوریل ۲۰۲۰ منتشر شده بیانگر آن است که کشورهای آمریکا، ترکیه و انگلیس از نظر میزان موارد جدید و روزانه (به ازای یک میلیون نفر جمعیت) به ترتیب در رده های بالاتری قرار دارند. کشورهای کانادا، برزیل، روسیه، فرانسه، اسپانیا، ایتالیا و ایران در رده های بعدی قرار می گیرند.

نقشه زیر پراکندگی موارد ابتلا به کووید ۱۹ در دنیا را نشان می دهد که توسط WHO منتشر شده و همانطوری که مشاهده می شود بیشترین فراوانی ابتلا به بیماری کووید ۱۹ مربوط به کشور ایالات متحده آمریکا و کشورهای اروپایی نظیر ایتالیا و اسپانیاست.

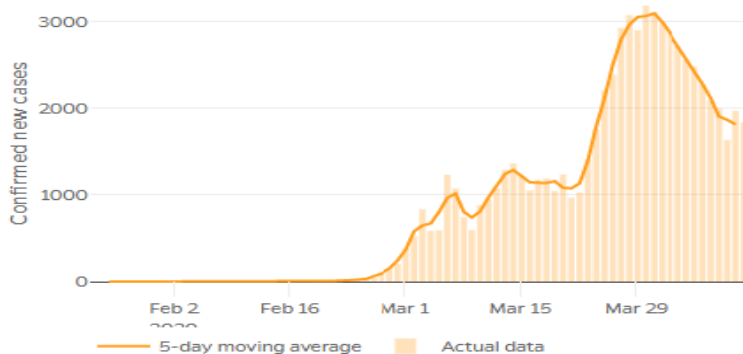


بر اساس گزارشات موجود، میزان مرگ و میر کووید ۱۹ در کل ۲/۳ درصد و آنفلوآنزای فصلی ۰/۱ درصد است که اختلاف زیادی باهم دارند. اختلاف میزان مرگ و میر بیماری در گروه سنی بالای ۶۰ سال به حداکثر می رسد. لازم به ذکر است که این مقایسه ها بر اساس داده های چین انجام شده است. روند اپیدمی و مرگ و میر ناشی از بیماری در کشورهای ایتالیا و اسپانیا نشان می دهد که میزان مرگ و میر بیماری به ساختار سنی جمعیت ها بستگی زیادی دارد و در جمعیت های مسن میزان مرگ و میر بیماری بسیار بیشتر از آنفلوآنزای فصلی است.

وضعیت بیماری کرونا در ایران

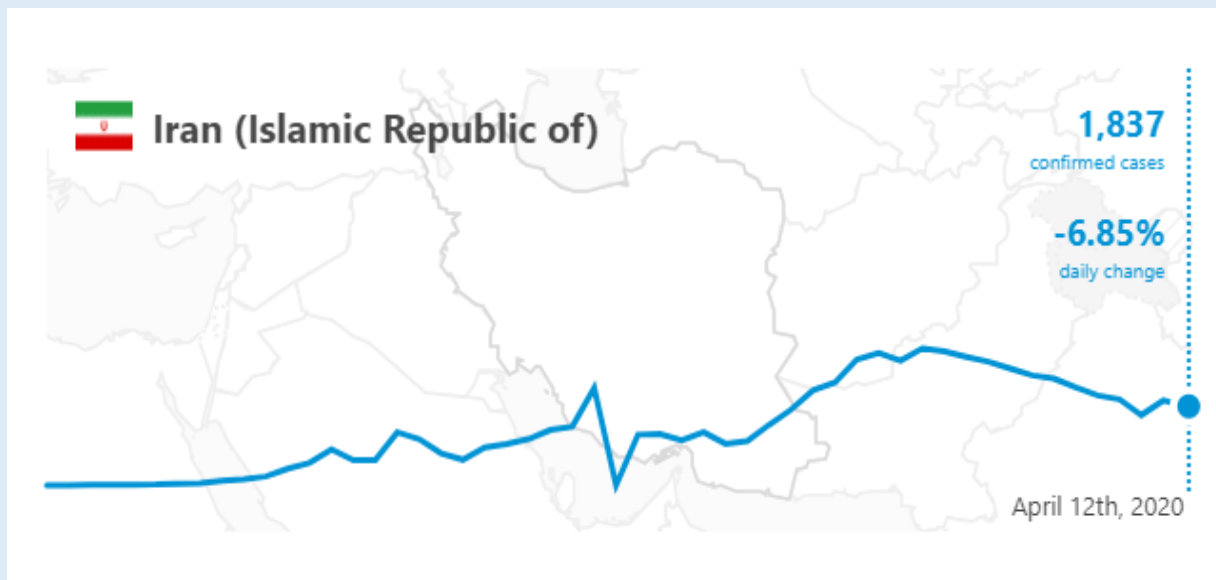
در ایران بر اساس گزارشهای رسمی شیوع بیماری از ۲۹ بهمن ۱۳۹۸ آغاز شده و اولین موارد بیماری در قم تشخیص داده شد. بیماری به سرعت در قم و بعد از آن در تهران و شهرهای شمالی کشور گسترش یافت. بر اساس آمارهای وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی تا مورخه ۲۴ فروردین ۱۳۹۹ در مجموع ۷۱۶۸۶ مورد ابتلا قطعی به بیماری و ۴۴۷۴ مورد مرگ از سراسر کشور گزارش شده و دامنه اپیدمی همه استان های کشور را فرا گرفته است.

The first case of COVID-19 in Iran was reported 52 days ago on 2/19/2020. Since then, the country has reported 70,029 cases, and 4,357 deaths.



نمودار روبرو روند اپیدمی بیماری کووید ۱۹ در کشور جمهوری اسلامی ایران را تا تاریخ ۱۲ آوریل مطابق با ۲۴ فروردین ماه نشان می دهد.

<https://coronavirus.jhu.edu/data/new-cases>

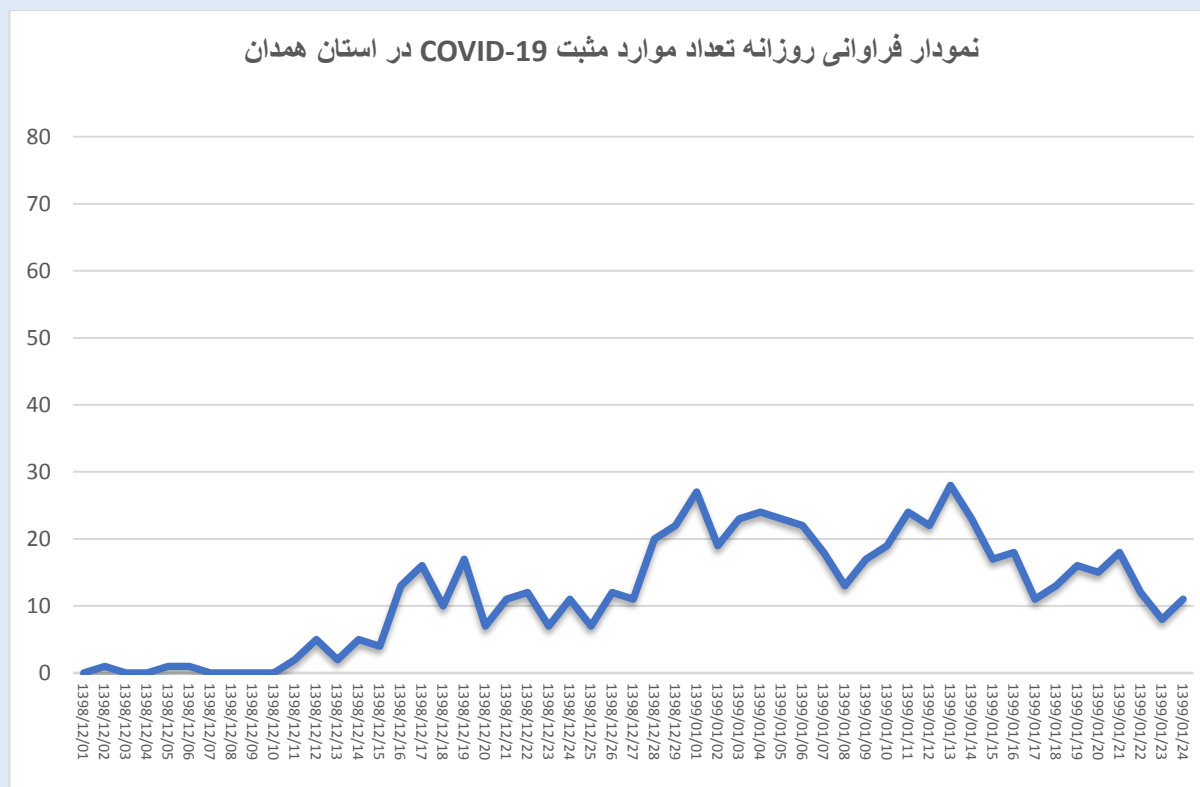


تصویر فوق روند اپیدمی کووید ۱۹ در کشور جمهوری اسلامی ایران بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت را نشان می دهد و شواهد حاکی از آن است که این روند در کشور در روزهای اخیر کاهشی است به طوری که در تاریخ ۱۲ آوریل، ۱۸۳۷ مورد قطعی گزارش شده و نسبت به روز قبل ۶/۸۵٪ کاهش را نشان می دهد.

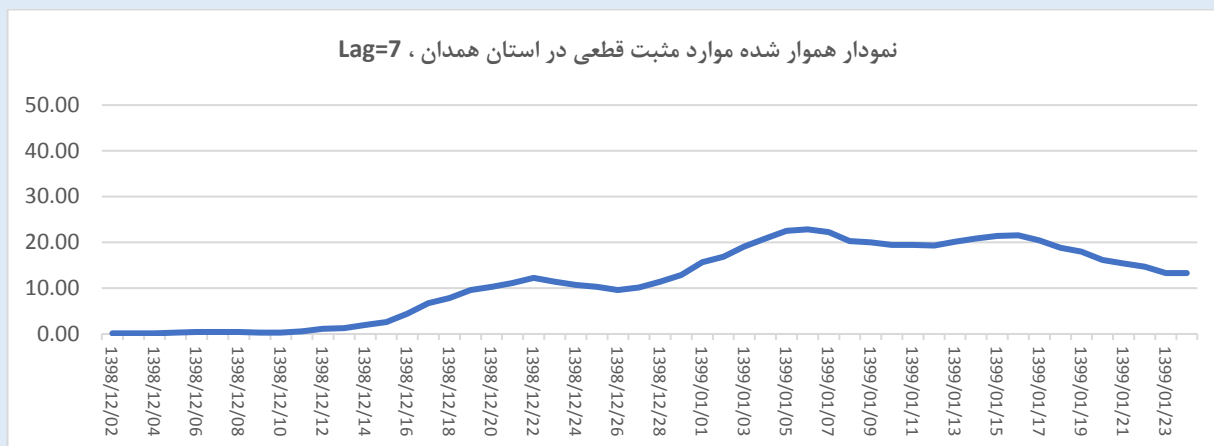
وضعیت بیماری کرونا در استان همدان

تا تاریخ ۱۳۹۹/۱/۲۴ تعداد ۲۰۸۳ موارد بستری و سرپائی مشکوک به کووید ۱۹ در استان همدان شناسایی، که از این تعداد ۶۲۷ نفر مثبت قطعی گزارش شده است. از بین موارد مثبت شناسائی شده ۴۷۵ نفر (۷۶٪) بهبود یافته و یا از بیمارستان مرخص شده اند. ابتلا به بیماری از نظر جنسیت تفاوتی نداشته و در هر دو جنس به یک نسبت مشاهده می شود. بیشترین موارد بیماری نیز در گروه سنی ۷۰ سال و بالاتر با ۲۶ درصد موارد مشاهده شده است.

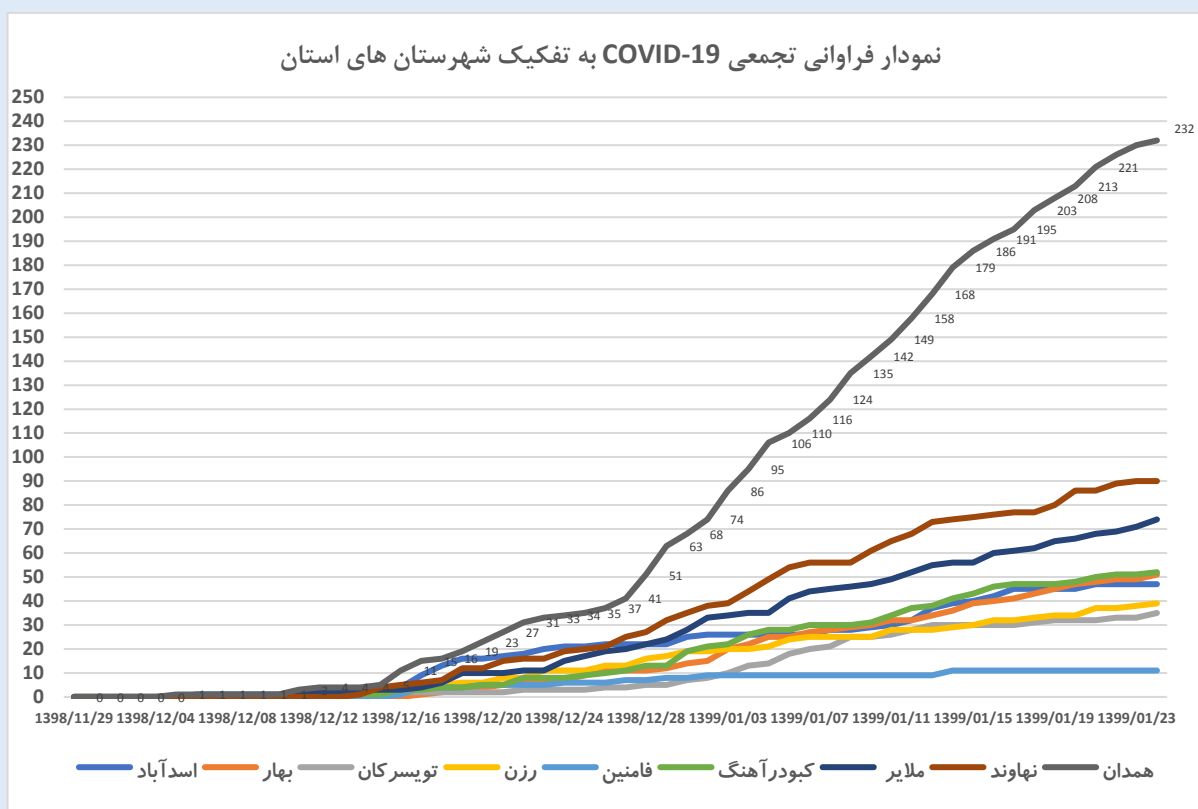
نمودار فراوانی روزانه تعداد موارد مثبت COVID-19 در استان همدان



نمودار فوق موارد گزارش شده مثبت قطعی کووید-۱۹ در استان همدان را نشان می دهد. شواهد حاکی از روند افزایشی موارد در طول اپیدمی و با موج های محدود در هر موج نسبت به قبل است. با تداوم این حالت شرایط مناسبی برای مدیریت اپیدمی در استان فراهم می گردد.

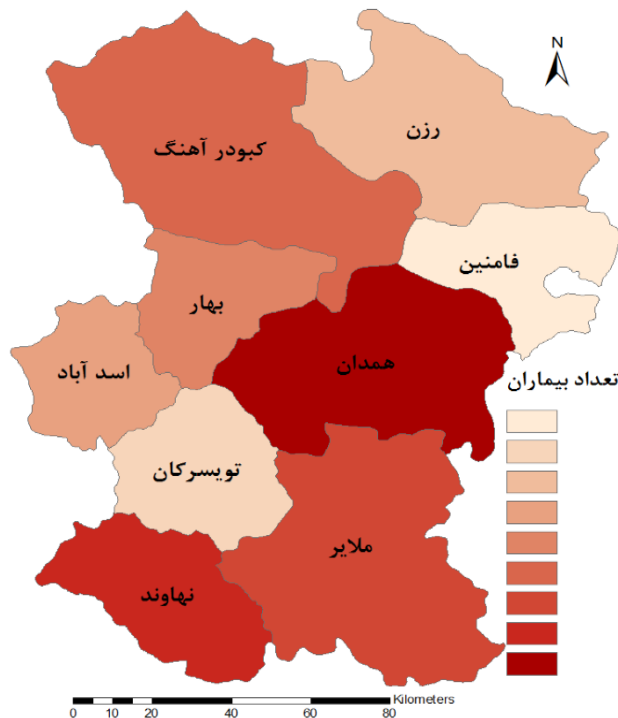


نمودار فوق روند اپیدمی کووید ۱۹ در استان همدان را پس از هموارسازی با میانگین متحرک ۷ روز نشان می دهد. این منحنی در تفسیر روند اپیدمی با توجه به لحاظ نوسات روزانه و الگوی قابل توجه کمک کننده است.



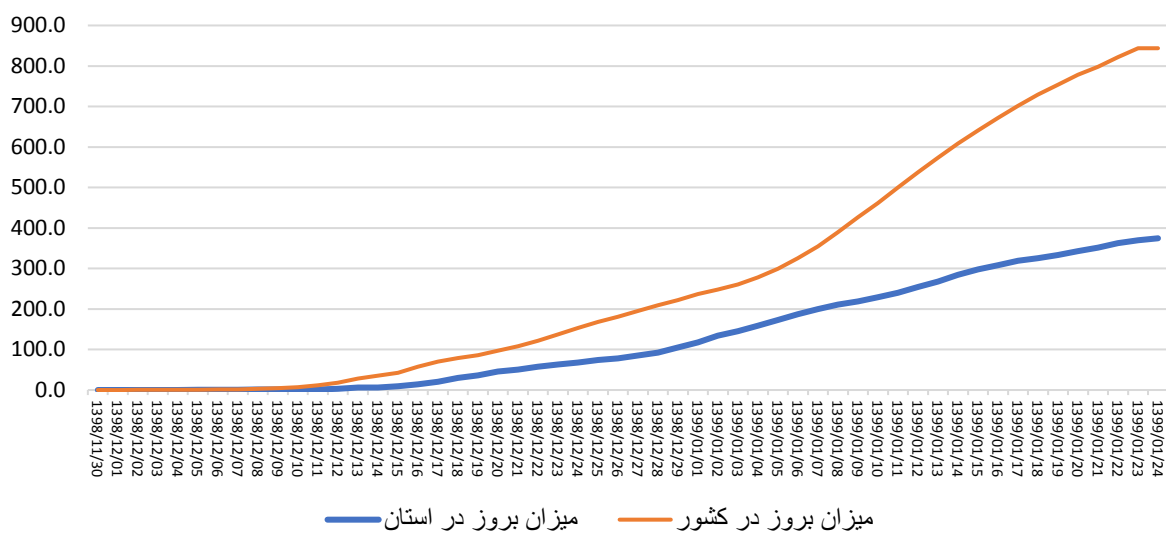
نمودار فوق فراوانی موارد ابتلا به کووید ۱۹ به تفکیک شهرستان های استان همدان نشان می دهد. بیشترین فراوانی مربوط به شهرستان همدان با ۲۳۲ نفر و کمترین آن مربوط به شهرستان فامینین با ۱۱ نفر می باشد.

فراوانی موارد قطعی بیماری کوید-۱۹ در شهرستان های استان همدان

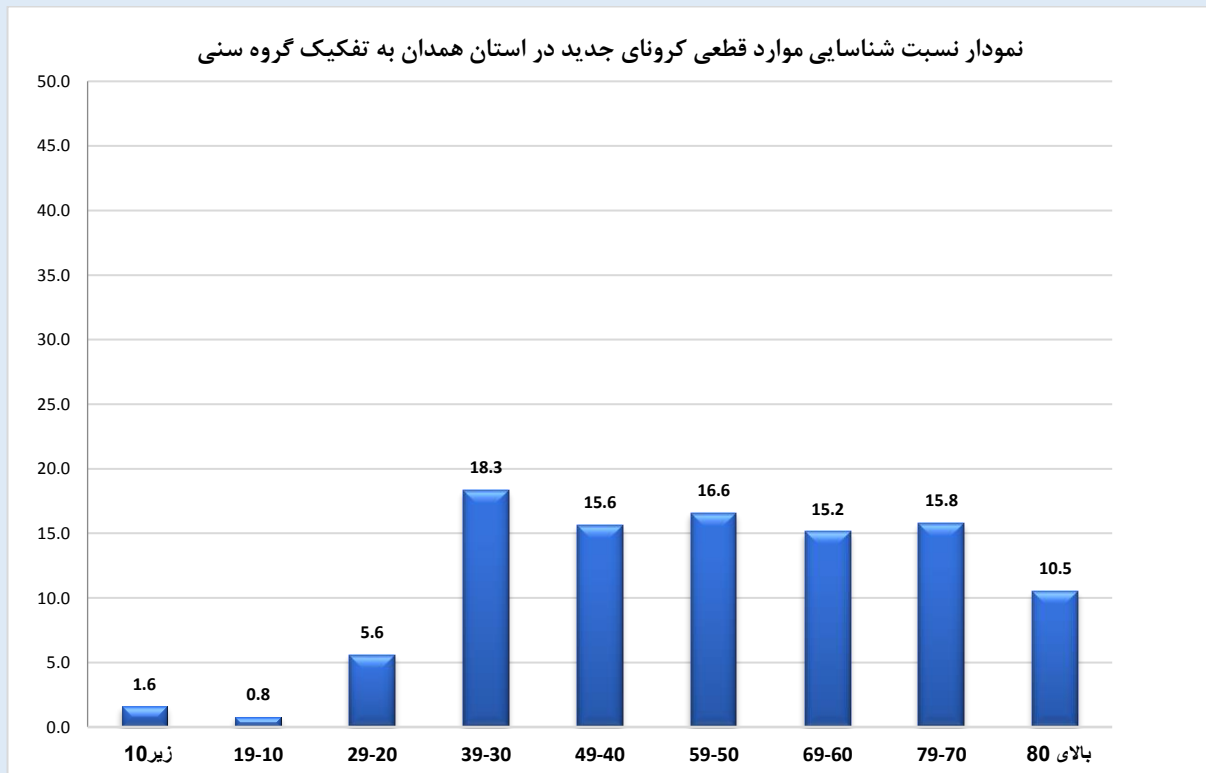


در نقشه روبرو فراوانی موارد قطعی کوید-۱۹ به تفکیک شهرستان های استان نمایش داده شده است. همانطوری که ملاحظه می گردد و پیش تر نیز بیان شد بیشترین موارد مربوط به شهرستان همدان و کمترین آن مربوط به شهرستان فامین است. ضمناً در بررسی انجام شده بالاترین بروز تجمعی ابتلا به بیماری کوید ۱۹ مربوط به شهرستان نهاوند با تقریباً ۵۰ نفر به ازای هر یکصد هزار نفر جمعیت و کمترین آن مربوط به شهرستان ملایر با ۲۵ در یکصد هزار نفر جمعیت می باشد.

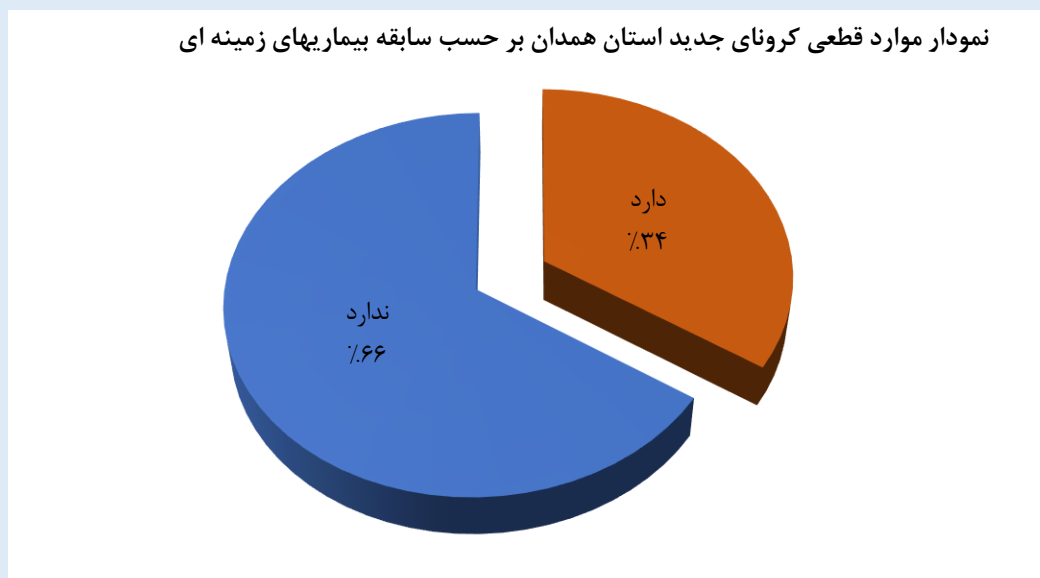
نمودار مقایسه ای میزان بروز تجمعی گزارش شده COVID-19 استان همدان و کشور (در یک میلیون نفر)



بر اساس اطلاعات مندرج در تصویر فوق میزان بروز تجمعی ابتلا به کوید ۱۹ در استان همدان ۳۷۵ نفر به ازای هر یک میلیون نفر جمعیت هست در حالی که این شاخص در سطح کشوری بیش از ۲ برابر و ۸۴۴ نفر به ازای هر یک میلیون نفر جمعیت می باشد.



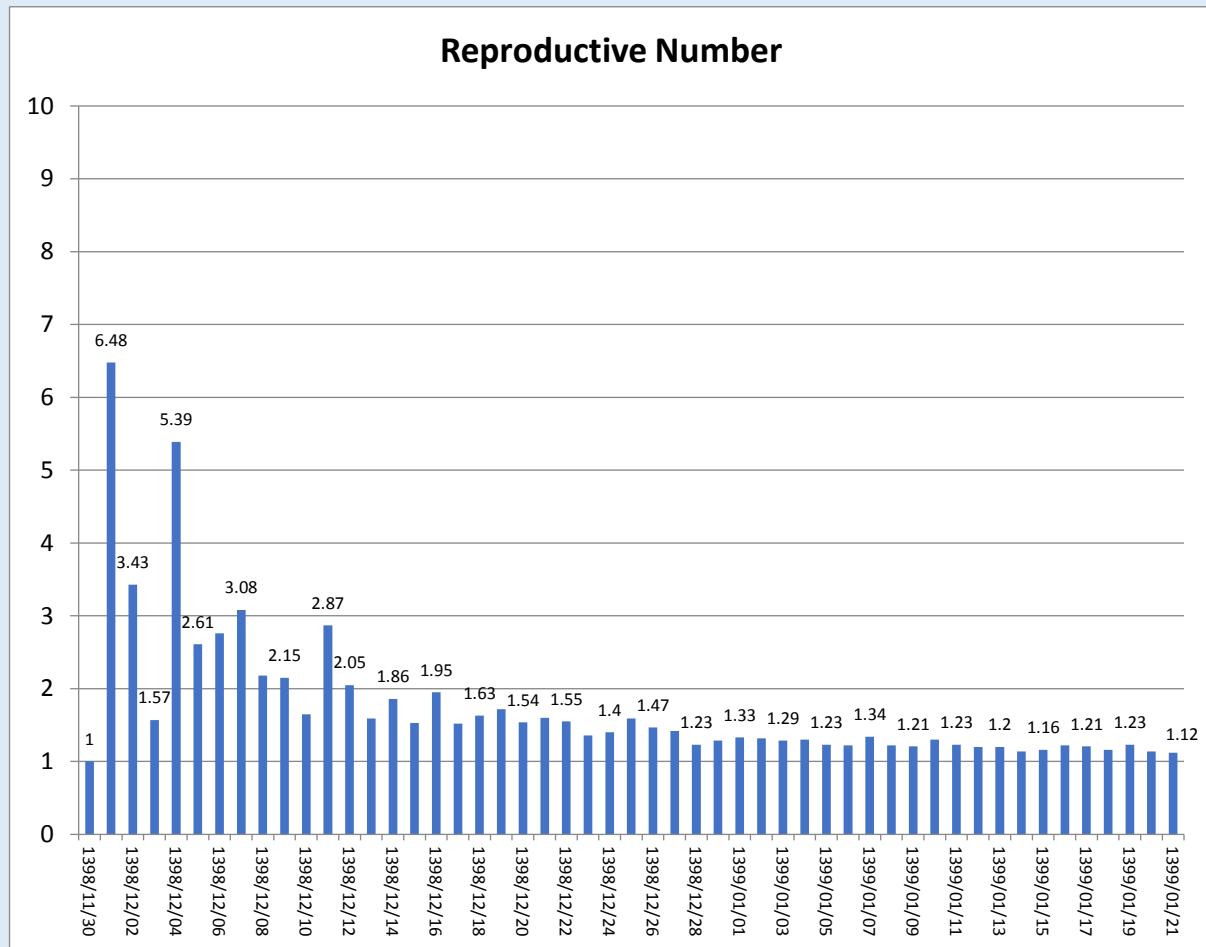
بر اساس اطلاعات مندرج در نمودار فوق، بیشترین موارد مربوط به گروه سنی ۷۰ سال و بالاتر بوده به طوری که بیش از ۲۶ درصد موارد را به خود اختصاص داده است.



بر اساس نمودار فوق در حدود یک سوم بیماران مبتلا به کووید ۱۹ حداقل به یک بیماری زمینه ای نیز مبتلا بودند.

شاخص سرایت پذیری

برای برآورد شاخص سرایت پذیری، داده های بروز کل موارد در استان همدان از تاریخ ۱۳۹۸/۱۱/۳۰ لغایت ۱۳۹۹/۱/۲۱ استفاده شد. فاصله نسلی برآورد شده با میانگین ۵/۹۸ و انحراف معیار ۳/۷۴ با استفاده از توزیع لگ نرمال استفاده شد. در مدل پیش بینی، آخرین مقدار R برابر ۱/۱۲ بدست آمد که در شکل زیر نمایش داده شده است.



همچنین در جدول زیر برآورد R به صورت هفتگی نشان داده شده است، همانطوری که ملاحظه می گردد این شاخص در اولین هفته شروع اپیدمی ۳/۶۷ بوده که در هفته هفتم به ۱/۱۹ رسیده و نشان دهنده روند کاهشی است.

شاخص سرایت پذیری (فاصله اطمینان ۹۵ درصد)	هفته
۳/۶۷ (۱/۰۴: ۶/۷۹)	اول
۲/۱۲ (۱/۱۱: ۳/۰۶)	دوم
۱/۷۱ (۱/۰۷: ۲/۳۲)	سوم
۱/۴۸ (۱/۰۲: ۱/۹۲)	چهارم
۱/۲۹ (۰/۹۲: ۱/۶۵)	پنجم
۱/۲۴ (۰/۹۳: ۱/۵۵)	ششم
۱/۱۹ (۰/۹۱: ۱/۴۶)	هفتم

روشهای انتقال ویروس COVID-19:

بر اساس آخرین رهنمود سازمان جهانی بهداشت در این زمینه عفونت های تنفسی می توانند از طریق قطرات در اندازه های مختلف منتقل شوند، وقتی ذرات قطره ای به قطر بیشتر از ۱۰-۵ میکرومتر هستند، از آنها به عنوان قطرات تنفسی یاد می شود و هنگامی که قطر آنها مساوی یا کمتر از ۵ میکرومتر باشد، به آنها هسته های قطره ای گفته می شود. براساس شواهد موجود، مهمترین راه انتقال ویروس کووید-۱۹ در بین افراد از قطرات تنفسی و مسیره های تماسی است. در تجزیه و تحلیل ۷۵۴۶۵ مورد کووید-۱۹ در چین، انتقال از طریق هوا گزارش نشده است.

انتقال از طریق ریز قطره ها زمانی اتفاق می افتد که شخص در تماس نزدیک (با فاصله کمتر از ۱ متر) با شخصی که علائم تنفسی مانند سرفه و عطسه دارند، باشد. بنابراین مخاط (دهان و بینی) و ملتحمه چشم افراد در معرض خطر در مواجهه با قطرات تنفسی بالقوه عفونی قرار می گیرند. ممکن است انتقال ویروس از طریق تماس فوری با مایعات یا اشیائی که در محیط اطراف آن فرد آلوده قرار دارند، رخ دهد. بنابراین انتقال ویروس کووید-۱۹ می تواند از طریق تماس مستقیم با افراد آلوده و تماس غیر مستقیم با سطوح یا اشیاء استفاده شده توسط فرد آلوده (به عنوان مثال استتوسکوپ یا دماسنج) رخ دهد.

انتقال هوابرد با انتقال از طریق ریز قطرات متفاوت است، زیرا انتقال از طرق قطرات به حضور میکروارگانیسم ها در هسته های قطره ای اشاره دارد که بطور کلی عبارتند از: ذراتی به قطر از ۵ میکرومتر که می توانند برای مدت طولانی در هوا بمانند و به دیگران در مسافت های بیشتر از ۱ متر منتقل شوند.

در زمینه بیماری کووید-۱۹، انتقال هوابرد ممکن است در شرایط خاص و در مجموعه هائی که فرآیند ها یا درمان های پشتیبان باعث تولید مواد معلق در هوا می شوند، اتفاق بیفتد. اقداماتی مانند لوله گذاری داخل تراشه، برونکوسکوپی، ساکشن باز، تجویز معالجه عصبی، تهویه دستی قبل از لوله گذاری، تبدیل بیمار به حالت مستعد، قطع ارتباط بیمار از تهویه، تهویه فشار مثبت غیر تهاجمی، تراکئوستومی و احیاء قلبی-ریوی شواهدی وجود دارد که نشان می دهد که ممکن است ویروس کووید-۱۹ منجر به عفونت روده شود و در مدفوع وجود داشته باشد. با این حال تا امروز هیچ موردی از ویروس کووید-۱۹ در یک نمونه مدفوع تکثیر نکرده است و گزارشی از انتقال مدفوعی-دهانی گزارش نشده است.

محل کار خود را برای مقابله با ویروس کرونا آماده کنید

محل کار شما مکانی است که ساعت‌های زیادی را در آن می‌گذرانید و احتمالاً با افراد زیادی نیز سروکار دارید. برای اینکه خطر ابتلاء به ویروس کرونا را به حداقل برسانید، به توصیه‌های سازمان جهانی بهداشت که در ادامه می‌آید توجه کنید و سعی نمایید که این توصیه‌ها را در محل کارتان به اجراء گذارید. بدینگونه علاوه بر محافظت از خودتان، احتمال انتقال ویروس از محیط بیرون به خانه و همسر و کودکان‌تان را نیز به میزان قابل توجهی کاهش خواهید داد.

دستورالعمل‌های آماده‌سازی محل کار عبارتند از:

سطوح (مثل میزهای کنفرانس، میزهای کار) و وسایل (مثل تلفن، صفحه کلید) باید مرتباً با مواد ضدعفونی تمیز شوند. در سازمان خود «دورکاری» را تشویق کنید. اگر در منطقه زندگی شما ویروس کرونا شیوع پیدا کرده، مقامات بهداشتی ممکن است به مردم توصیه کنند از وسایل نقلیه عمومی و اماکن شلوغ دوری کنند. بنابراین دورکاری می‌تواند راهکاری برای ادامه فعالیت سازمان شما و در عین حال حفظ سلامت همکاران‌تان باشد. کارکنان شما باید محدودیت‌های اعمال شده محلی درخصوص سفر، تردد و یا حضور در گردهمایی‌های بزرگ را جدی گرفته و کاملاً رعایت کنند. برای کارکنان، پیمانکاران و مشتریان خود توضیح بدهید که به هنگام شیوع ویروس کرونا در اجتماع، هر کسی حتی با علائم خفیف تب یا سرفه باید در خانه بماند.

به کارمندان و پیمانکاران توصیه کنید که قبل از انجام هر سفر کاری حتماً با مقامات محلی مشورت کنند. آداب تنفسی مناسب را رعایت کنید و بقیه را نیز به رعایت این نکات تشویق کنید. در محل کار حتماً ماسک صورت، دستمال کاغذی و سطوحی زباله درب دار، به خصوص برای کسانی که آبریزش بینی دارند یا سرفه می‌کنند، داشته باشید. شستشوی مرتب و کامل دست‌ها را با آب و صابون انجام دهید و بقیه را نیز به این کار تشویق کنید. در محل کار خود ظرف‌های مخصوص ژل ضدعفونی دست‌ها را در جاهای مختلف و در دسترس همگان قرار داده و اجازه بدهید ارباب رجوع، پیمانکاران و مشتریان از آب و صابون برای شستشوی دست‌ها استفاده کنند.

خلاصه آنچه باید در محل کار برای مقابله با ویروس کرونا باید انجام دهید:

- محل کار خود را در وضعیت تمیز و بهداشتی نگه دارید.
- دست‌های خود را مرتب و کامل بشویید و بقیه را نیز به این کار تشویق کنید.
- قبل از هر سفر کاری، حتماً به توصیه‌های کشوری سفر به آن منطقه توجه کنید.
- به کسانی که بیمار هستند توصیه کنید که در منزل بمانند.

ویروس کرونا، شایعات و واقعیت هایی که باید بدانیم

با همه گیر شدن ویروس کرونا مطالب بسیاری در فضای مجازی درباره این بیماری منتشر شده است، مطالب زیر واقعیات مرتبط با شیوع، پیشگیری، مقابله و درمان این بیماری را بازگو می کند

ویروس کووید ۱۹ می تواند در مناطقی که اقلیم گرم و مرطوب دارند منتقل شود.

بر اساس مستندات موجود، ویروس کرونای می تواند در تمام مناطق، شامل مناطق با هوای گرم و مرطوب، منتقل شود. در صورتی که در منطقه دچار ویروس کرونای جدید زندگی می کنید و یا قصد سفر به چنین منطقه ای را دارید، تمهیدات حفاظتی را صرف نظر از وضعیت اقلیمی رعایت کنید.

هوای سرد و برف نمی تواند ویروس کووید ۱۹ را نابود کند.

هیچ مدرکی وجود ندارد که باور کنیم هوای سرد می تواند ویروس کووید ۱۹ یا هر بیماری دیگری را نابود کند. دمای عادی بدن انسان، صرف نظر از دما یا هوای بیرون، در حدود ۳۶.۵ تا ۳۷ درجه سانتیگراد است. کارآمدترین روش برای محافظت از خود در برابر ویروس کرونای جدید ضد عفونی کردن مداوم دست ها با مواد دارای الکل یا شستشوی آنها با آب و صابون است

حمام آب داغ از بیماری ویروس کرونا جلوگیری نمی کند.

حمام آب داغ از ابتلای شما به بیماری کرونا جلوگیری نخواهد کرد. دمای نرمال بدن شما، صرف نظر از دمای حمام، ۳۶/۵ تا ۳۷ درجه سانتیگراد است. در حقیقت، حمام با آب بسیار داغ می تواند مضر بوده و پوست شما را بسوزاند. بهترین راه برای محافظت از خود در برابر بیماری کرونا رعایت مداوم بهداشت دست ها است. با این کار ویروسی که ممکن است بر روی دست هایتان باشد نابود شده و از عفونتی که پس از تماس دست ها با چشم، دهان یا بینی بوجود می آید، جلوگیری می شود.

ویروس کرونای نمی تواند از طریق کالاهای ساخت چین یا سایر کشورهای دچار بیماری، منتقل شود.

اگرچه ویروس کرونای می تواند بسته به نوع سطح تا چندین ساعت روی سطوح باقی بماند، اما بسیار نامحتمل است که ویروس بتواند پس از جابجایی، مسافرت و نیز قرار گرفتن در معرض انواع شرایط و دما، به حیات ادامه دهد. اگر فکر می کنید که ممکن است سطحی آلوده باشد، از مواد ضد عفونی کننده برای تمیز کردن آن استفاده کنید. پس از تماس با سطح، دستان خود را با مایع ضد عفونی کننده الکل دار تمیز کرده یا با آب و صابون بشویید.

ویروس کرونای نمی تواند از طریق گزیدگی پشه ها منتقل شود.

تاکنون هیچ اطلاعات یا مدرکی دال بر انتقال ویروس کووید ۱۹ از طریق گزیدگی پشه ها گزارش نشده است. ویروس کرونای یک ویروس تنفسی است که عمدتاً از طریق قطرات عطسه یا سرفه فرد مبتلا، یا قطرات بزاق یا ترشحات بینی، پخش می شود. برای مراقبت از خود، دست ها را با مایع ضد عفونی کننده الکل دار تمیز کرده یا با آب و صابون بشویید. همچنین از تماس نزدیک با هر فردی که علائم عطسه یا سرفه دارد پرهیز کنید.

آیا خشک کننده برقی دست در نابودی ویروس کرونا مؤثر است؟

خیر. خشک کننده دست در نابودی ویروس کرونا مؤثر نیست. برای مراقبت از خود، دست ها را با مایع ضد عفونی کننده الکل دار تمیز کرده یا با آب و صابون بشویید. پس از پاک شدن دست ها، باید آنها را با استفاده از حوله کاغذی یا خشک کننده هوای گرم، خشک کنید.

آیا لامپ ماوراء بنفش وپروس کرونای جدید را نابود می کند؟

لامپ های ماوراء بنفش نباید برای ضد عفونی کردن دست ها یا دیگر قسمت های پوست مورد استفاده قرار گیرند زیرا تشعشع ماوراء بنفش می تواند به تحریک و سوزش پوست بیانجامد.

اسکنرهای حرارتی در تشخیص افراد مبتلا به وپروس کرونای چقدر کارآمد است؟

اسکنرهای حرارتی در تشخیص افرادی که به دلیل ابتلا به وپروس کرونای تب دارند (یعنی دمای بدن شان از حد نرمال بیشتر شده) کارآمد است، اما این دستگاه ها نمی توانند افرادی را که آلوده هستند اما هنوز تب ندارند شناسایی کند. زیرا در حدود ۲ تا ۱۰ روز طول می کشد که افراد مبتلا علائم بیماری و تب نشان دهند.

آیا اسپری کردن الکل یا کلر بر روی بدن تان وپروس کرونا را از بین می برد؟

خیر. اسپری کردن الکل یا کلر بر روی بدن تان وپروس هایی را که قبلا به بدن تان وارد شده نابود نخواهد کرد. اسپری کردن چنین موادی می تواند به لباس ها یا غشاء مخاطی (برای مثال در چشم ها یا دهان) آسیب برساند. آگاه باشید که هم الکل و هم کلر می تواند برای ضد عفونی کردن سطوح مفید باشد، اما باید مطابق دستورالعمل های مناسب استفاده شوند. با همه گیر شدن وپروس کرونا شایعات بسیاری در فضای مجازی درباره این بیماری منتشر شده اند، این مطلب واقعیات مرتبط با اطلاعات نادرست را بازگو می کند.

آیا حیوانات خانگی می توانند وپروس کرونای را منتشر کنند؟

در حال حاضر، شواهدی مبنی بر این که حیوانات خانگی مثل سگها یا گربه ها آلوده به وپروس کرونای باشند، وجود ندارد. با این حال، همیشه احتیاط شرط عقل است و شستشوی دستها با آب و صابون پس از تماس با حیوانات خانگی ایده خوبی است. با این کار خود را در برابر باکتری های شایعی مثل ای کولای و سالمونلا که بین انسان و حیوان مشترک هستند مصون می دارید.

آیا واکسن سینه پهلوی (ذات الریه) می تواند از شما درمقابل وپروس کرونا محافظت کند؟

خیر. واکسن سینه پهلوی، واکسن پنوموکوک و واکسن هموفیلوس آنفلوانزای نوع ب نمی توانند از وپروس کرونا پیشگیری کنند. این وپروس خیلی جدید و متفاوت است و واکسن مربوط به خودش را می خواهد. محققان در حال تهیه واکسنی برای مقابله با وپروس کرونا هستند و سازمان بهداشت جهانی از این تلاشها حمایت می کند. گرچه واکسنهای فوق الذکر برای مقابله با وپروس کرونا موثر نیستند، ولی به طور کلی واکسیناسیون برای پیشگیری از بیماریهای تنفسی و تضمین سلامت شما بسیار توصیه می شود.

آیا شستشوی مداوم بینی با محلول نمک می تواند از ابتلا به وپروس کرونای جدید جلوگیری کند؟

خیر. هیچ مدرکی وجود ندارد که نشان دهد شستشوی مداوم بینی با محلول نمک از ابتلای افراد به وپروس کرونا جلوگیری کرده است. برخی مشاهدات محدود وجود دارند که نشان می دهند شستشوی مداوم با محلول نمک می تواند به بهبود سریع تر سرماخوردگی معمولی کمک کند، اما شستشوی مداوم بینی علائم پیشگیری از عفونت های تنفسی را نشان نداده است.

آیا مصرف سیر می تواند از ابتلا به ویروس کرونای جدید پیشگیری کند؟

سیر یک ماده غذایی سالم است که می تواند محتوی مقداری مواد ضد میکروب باشد. اما هیچ مدرکی در وضعیت همه گیری فعلی وجود ندارد که نشان دهد خوردن سیر از افراد در برابر ویروس کرونای جدید محافظت می کند.

آیا ویروس کرونا تنها بر افراد مسن تأثیر می گذارد، یا افراد جوان تر نیز آسیب پذیر هستند؟

افراد در همه رده های سنی ممکن است از ویروس کرونا متأثر شوند. ظاهراً افراد مسن تر و افرادی که دارای بیماری قلبی هستند (مانند آسم، دیابت، بیماری های قلبی) ممکن است در صورت ابتلا به ویروس دچار بیماری شدید گردند. سازمان جهانی بهداشت به تمام افراد در همه رده های سنی توصیه می کند که با اتخاذ اقداماتی از خود در برابر ویروس محافظت کنند، برای مثال از طریق رعایت بهداشت دست ها و نیز رعایت آداب تنفسی.

آیا آنتی بیوتیک ها در پیشگیری و درمان ویروس کرونا موثرند؟

خیر، آنتی بیوتیک ها در مقابل ویروس ها موثر نیستند و فقط برای مبارزه با باکتری ها عمل می کنند. کرونا یک نوع ویروس است و بنابراین نباید از آنتی بیوتیک ها به عنوان وسیله پیشگیری یا درمان آن استفاده شود. با این حال، اگر شما به دلیل ویروس کرونا در بیمارستان بستری شوید، ممکن است به دلیل احتمال عفونت مشترک باکتریایی آنتی بیوتیک هم برایتان تجویز شود.

آیا داروی خاصی برای پیشگیری و یا درمان ویروس کرونا وجود دارد؟

تا به امروز، هیچ دارویی برای پیشگیری و یا درمان ویروس کرونا توصیه نشده است. با این حال، افرادی که به این ویروس مبتلا شده اند باید از مراقبت های مناسب برخوردار شوند تا بهبود یافته و علائم بیماری فروکش کند و افرادی که دچار بیماری شدید شده اند باید مراقبت های حمایتی بهینه دریافت کنند. تحقیقات درباره برخی درمان های خاص ادامه دارد و از طریق آزمون های بالینی مورد آزمایش قرار خواهند گرفت.

منبع

[https://www.unicef.org/iran/stories:](https://www.unicef.org/iran/stories)

خلاصه مقاله ای در مورد کرونا ویروس:

دیوید و همکاران در مقاله ای تحت عنوان Escaping Pandora's Box - Another Novel Coronavirus به مقایسه پاندمی COVID-۱۹ و پاندمی آنفلوانزای ۱۹۱۸ پرداخته اند.

در این مطالعه عنوان شده که درحالیکه با بیماری همه گیر و رو به رشد کرونای جدید مواجه هستیم باید پاندمی آنفلوانزای ۱۹۱۸ که با بیش از ۵۰ میلیون مرگ معادل ۲۰۰ میلیون مرگ با توجه به جمعیت امروز جهان- مرگ آورترین رویداد در تاریخ بشری بوده است را به خاطر داشته باشیم ۸ میلیون سال به طول انجامید تا تنها یک درصد از ژنوم انسان تکامل یابد درحالیکه بسیاری از RNA ویروسهای حیوانی در طی چند روز میتوانند بیش از ۱٪ رشد کنند لذا درک این مسئله که چرا ما به طور فزاینده ظهور ویروسهای ژئونوتیک را مشاهده میکنیم دشوار نیست. بنابراین جلوگیری و کنترل وقایع همه گیر در آینده یک اولویت جهانی است.

آیا با COVID-۱۹ شاهد تکرار سال ۱۹۱۸ هستیم؟

اگرچه ما شاهد شروع پاندمی سال ۱۹۱۸ نبودیم، شواهد نشان میدهد که این پاندمی از هر کجا که شروع شد، بی سروصدا در سرتاسر جهان پخش شد، اگرچه باعث موارد عمدتاً خفیف میشد ولی باعث مرگومیر ۰/۵ تا ۱ درصد یا بالاتر شد. ما اکنون مراحل اولیه ظهور COVID-19 را در قالب کل موارد در حال رشد و گسترش جغرافیایی در حال تشخیص هستیم و شباهتهای نگران کنندهای بین دو ظهور بیماری تنفسی وجود دارد. مانند آنفلوانزای همه گیر در سال ۱۹۱۸ COVID-19 با گسترش بیماری تنفس همراه است، درصد نامشخصی از افراد آلوده با موارد پیش بالینی یا بدون علامت که در حال انتقال عفونت به دیگران هستند و میزان مرگ و میر بالایی دارند. ما برای جلوگیری از پاندمیک شدن بیماری اقدامات بهداشت عمومی سریع از جمله ایزوله کردن بیماران و جلوگیری از تماسها را انجام میدهیم. اما آیا این اقدامات کافی خواهد بود؟ اگر متخصصان قبول دارند که چنین اقداماتی نتوانسته اند مانع از بروز پاندمی آنفلوانزا در سال ۱۹۱۸ شود. در واقع، طی قرن گذشته ما هرگز نتوانسته ایم حتی از طریق واکسیناسیون و داروهای ضدویروسی به طور کامل از شیوع آنفلوانزا در سطح جامعه جلوگیری کنیم.

تجربه های کشور ژاپن در مقابله با ویروس کرونا

الف- اقدامات قبل از شیوع کرونا:

اتخاذ بودجه عمومی جهت شناسایی سریع کروناویروس در بیماران ذات الریه

نخست وزیر شینزوآبه بعد از تشخیص موارد جدید از کروناویروس با هدف ایجاد امکان فوریت های درمانی برای بیماران تخصیص مبالغی از بوجه عمومی به منظور مقابله با این بیماری اعلام نمود. این تصمیم به دولت این امکان را داد که بدون صرف وقت و اصلاح قانون، اقدامات مشابهی را که برای SARS و MERS در چند سال گذشته انجام شده، اتخاذ کند. این اقدامات شامل بستری افراد آلوده در یکی از ۴۰۰ موسسه پزشکی تعیین شده در ژاپن و ضدعفونی مکان هایی که کروناویروس در آن شناسایی شده بود. در این برنامه پزشکان موظف شدند هر بیماری را که از نظر ویروس مثبت هست گزارش کنند.

تعلیق پروازها به شهر ووهان

ژاپن اعلام نمود یک هواپیما را به شهر مرکزی ووهان اعزام خواهد کرد تا شهروندانی را که مایل به بازگشت به خانه در زمان شیوع بیماری هستند، بازگرداند. در این زمان تمام پروازها بین ووهان و ناریتا به دلیل شیوع این بیماری به حالت تعلیق در آمدند. پروازهای مستقیم معمولاً ووهان را به حدود ۰۴ شهر جهان از جمله توکیو و اوزاکا متصل می کند.

استراتژی قرنطینه برای کشتی تفریحی Diamond Princess برای جلوگیری از ابتلا به کروناویروس

توکیو (رویترز) در مرحله ای گزارش کرده که به نظر می رسد، اطلاعات تازه منتشر شده از انستیتوی تحقیقاتی ژاپن نشان می دهد که استراتژی قرنطینه برای کشتی تفریحی Diamond Princess در جلوگیری از ابتلا به کرونا ویروس در بین مسافران موفق بوده است. هر چند در مواردی ژاپن به دلیل بکارگیری قرنطینه مورد انتقاد قرار گرفته بود و مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریهای ایالات متحده (CDC) بیان نموده بود که قرنطینه ممکن است کافی نباشد. البته در نهایت به نظر می رسد که مواردی از بیماری از طریق این کشتی پخش شده است.

تخلیه ژاپنی ها از ووهان

تا ۱۷ فوریه ۲۰۲۰ ژاپن بیش از ۸۰۰ نفر از اتباع خود را از شهر ووهان و استان هوبی در پنج پرواز ویژه تخلیه کرد.

ب- اقدامات بعد از شیوع کرونا

تعطیلی مدارس دارای موارد مبتلا و کاهش مراسم جشن فارغ التحصیلان

در ژاپن در ابتدا مدرسی که در آنها حتی یک نفر به بیماری مبتلا شده اند تعطیل شدند، و مراسم جشن فارغ التحصیلی دانشجویان محدود و کوتاه برگزار شد. به طور مثال یک دبیرستان در کانازاوا، در ایشیکاوا، تصمیم گرفته شد پس از آلوده شدن یک دانش آموز پسر، تا ۵ مارس مدرسه تعطیل شود. همچنین امتحان نهایی برای ترم چاری به تعویق افتاد و فعالیت های فوق برنامه نیز متوقف شد. این در حالی است که در روز های اخیر نخستوزیر ژاپن در نشست کابینه این کشور اعلام کرد بهمنظور جلوگیری از شیوع ویروس کرونا در بین دانشآموزان، تمام مدارس این کشور باید تا اوایل ماه آوریل (بیش از یک ماه آینده) تعطیل شود.

جلوگیری از تجمع در بیمارستانها و اجبار ماندن بیماران با وضعیت خفیف در خانه

براساس دستورالعمل های وزارت بهداشت مقرر شد، برای جلوگیری از انتشار ویروس، از ازدحام در بیمارستان ها جلوگیری شود و اولویت بر درمان کسانی باشد که در معرض ابتلا به پنومونی جدی هستند. به افراد مبتلا به علائم سرماخوردگی خفیف توصیه شد، به اجبار در خانه بمانند و از مراجعه به بیمارستانها خودداری کنند، تا از احتمال انتشار عفونت جلوگیری شود و از افراد آسیب پذیری مانند سالخوردهگان و افراد دارای بیماری های زمینه ای محافظت گردد. همچنین اگر افراد سالخورده و افراد با بیماری زمینه ای دارای علائم سرماخوردگی نباشند، اما نیاز به نسخه دارند، طبق مکالمه با پزشک از طریق تلفن بتوانند آن را دریافت کنند. حتی بیمارستانهایی که به عنوان محل پذیرش بیماران مبتلا به بیماریهای عفونی تعیین نشده بوند، در مناطق با شیوع بالا، موظف شدند در موارد کووید-۱۹ احتمالی را پذیرش نمایند.

پایش مستمر موارد مشکوک به کرونا

در نشست هیات دولت ژاپن مقرر گردید، بطور پیوسته آزمایش های شناسایی ویروس بر روی موارد مشکوک به ابتلا به این بیماری انجام گردد و مراکز مشاوره پزشکی در سراسر کشور تا ساعت ۲۴ فعال باشند.

اهدای بسته های حمایتی به کارگران ژاپن

برای کمک بیشتر به کارمندان و کارگران صاحب فرزند، بسته های حمایتی خود را از طریق ایجاد صندوق حمایتی شرکتها در اختیار کارگرانی قرار داد که در طول تعطیلی مدارس برای مراقبت از فرزندان خود نیاز به اخذ مرخصی ساعتی داشتند.

ممنوعیت ورود اتباع خارجی

ورود اتباع خارجی که طی ۷۰ روز قبل از ورود به ژاپن به استانهای چین هوئی و ژجیانگ سفر کرده اند ممنوع شد. علاوه بر این، اتباع خارجی که دارای گذرنامه های صادر شده در این دو استان را داشتند، از ورود به ژاپن محروم می شدند. علاوه بر این، از ورود اتباع خارجی سزنشین کشتی مسافری MS Weterdam به ژاپن موقتاً منع شد.

اقدامات مربوط به فرودگاه ها و خطوط هوایی

در فرودگاه های ژاپن به مسافران و افراد با علائم تب و سرفه توصیه شد که ماسک بپوشند. برای جلوگیری از شیوع و عفونت، کارکنان فرودگاه ها تشویق به پوشیدن ماسک شدند. همچنین دستگیره درها و نرده های دستی در پایانه های فرودگاه های داخلی و بین المللی به صورت مستمر ضد عفونی و تمیز می شوند.

دورکاری و شیفت کاری در ژاپن برای مقابله با کرونا

شرکتهای بزرگ ژاپنی، بر خلاف فرهنگ کاری این کشور که مبتنی بر حضور کارکنان در محل کار است، به دلیل نگرانیهای به وجود آمده از شیوع کرونا در آن کشور، به کارمندان خود اجازه میدهند، از طریق دورکاری، وظایف روزانه خود را در خانه انجام دهند. همچنین دولت ژاپن از شرکتها خواسته است که در تلاش برای جلوگیری از گسترش کرونا ویروس از شیفت بندی نیروی کار استفاده نماید.

به حداقل رساندن استفاده از وسایل نقلیه عمومی

دولت ژاپن هم چنین از مردم این کشور خواسته است تا استفاده از وسایل نقلیه عمومی را به حداقل برسانند. هر چند این موضوع اثر اقتصادی مهمی بر وضعیت حمل و نقل ژاپن داشته است.

به تعویق انداختن المپیک تابستانی و بازی های جام فوتبال

طبق تصمیم دولت ژاپن بازیهای المپیک تابستانی ۲۰۲۰ به مدت یک سال و مسابقات لیگ فوتبال این کشور موسوم به "جی لیگ" تا اطلاع ثانوی به تعویق افتاده است. جی لیگ ژاپن اعلام کرده است که به دلیل نگرانی در مورد شیوع کرونا وپروس هفت مسابقه لوپین جام را که قرار است بود برگزار شود به تعویق افتاد و دولت در نظر دارد همه بازی های فوتبال داخلی را تا نیمه اول مارس به تعویق بیندازد.

آمادگی قبلی کلینیک ها و بیمارستان ها برای پذیرش بیماران عفونی

کازوهیرو تاتتا، مدیر انجمن بیماریهای عفونی ژاپن، معتقد است که دستورالعمل در خصوص شیوع آنفولانزای ۱N۱H در سال ۲۰۰۹ باعث شده است تا کلینیک ها و بیمارستان ها آمادگی لازم را برای معالجه بیماران مبتلا به بیماری های عفونی را داشته باشند. در خصوص این بیماری استفاده از دستورالعمل ذکر شده توصیه شده است.

جلوگیری از اجتماعات بزرگ

طبق سیاست های کلان، دولت به همه مردم توصیه کرده که از اجتماعات بزرگ خودداری کنند، و به کسانی که در مناطقی هستند که موارد شیوع بالا دارد توصیه کرده در خانه خود بمانند. همچنین به افراد مسن و افراد دارای بیماری های زمینه ای توصیه شده است که از تردد در مناطق شلوغ خودداری کنند.

پدیدآورندگان:

۱. محمد میرزائی، کارشناس ارشد اپیدمیولوژی و کارشناس مبارزه با بیماریهای معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان
۲. دکتر علی مرادی، اپیدمیولوژیست و کارشناس HSR معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان
۳. دکتر امین دوستی ایرانی، اپیدمیولوژیست و عضو هیئت علمی دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی همدان

با همکاری:

۱. دکتر رشید حیدری مقدم، رئیس دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی همدان
۲. دکتر منوچهر کرمی، معاون بهداشتی دانشگاه و رئیس مرکز بهداشت استان همدان
۳. دکتر علی عطایی، معاون فنی معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان
۴. دکتر محمد خزایی، معاون اجرایی معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان
۵. سید جلال الدین بطحائی، رئیس گروه پیشگیری و مبارزه با بیماریهای واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان
۶. علی ظهیری، کارشناس ارشد مدیریت خدمات بهداشتی درمانی و کارشناس مبارزه با بیماریهای معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان
۷. رضا زمانی، کارشناس ارشد آموزش بهداشت و کارشناس مبارزه با بیماری های معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان
۸. مسعود شجاعیان، کارشناس مبارزه با بیماری های معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان
۹. ناصر فیاضی، کارشناس ارشد مدیریت خدمات بهداشتی درمانی و کارشناس مبارزه با بیماریهای معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان
۱۰. علی افسر، مسئول روابط عمومی معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان
۱۱. حامد صفاری، کارشناس مبارزه با بیماریهای مرکز بهداشت شهرستان همدان

با تشکر فراوان از:

۱. اعضای محترم هیات رئیسه دانشگاه
۲. دکتر فریبا کرامت متخصص محترم بیماریهای عفونی و گرمسیری و فوکال پوینت کرونا ویروس
۳. دکتر فرید عزیز جلیلیان، متخصص محترم ویروس شناسی و مسئول فنی آزمایشگاه مولکولی معاونت بهداشتی دانشگاه
۴. کلیه مدیران، روسا و کارشناسان محترم گروه ها و واحد های فنی و اجرایی معاونت بهداشتی دانشگاه
۵. مدیران محترم شبکه های بهداشت و درمان و روسای محترم مراکز بهداشت شهرستانهای تابعه
۶. کلیه مسئولین محترم واحدها و کارشناسان مبارزه با بیماری ها، گسترش شبکه ها، بهداشت محیط و حرفه‌ای، سلامت خانواده و جمعیت، سلامت روان، مدیریت بحران، آموزش سلامت، بهداشت مدارس، آزمایشگاه و واحد های پشتیبانی مراکز بهداشت شهرستان های تابعه