



إعداد:

د. شويحات و

د. سراي م

كيفية علاج مرض الكورونا:

- حتى وقتنا الحالي لا يتوفر أي علاج نوعي فعال أولقاح مضاد للفيروس المسبب للمرض، إنما يتم تقديم الرعاية الصحية للمصابين بالفيروس عن طرق تخفيف حدة الأعراض والعمل على الحد من تطورها ودخول المريض في مضاعفات تؤدي إلى الوفاة، وتتمثل الرعاية الصحية في:
- تناول الأدوية المسكنة للألام والمخفضة للحرارة.
- عمل حمامات ماء ساخنة أو تبخيرة لتخفيف الاحتقان والسعال.
- إلتزام المنزل والحصول على قسط وافر من الراحة.
- شرب كميات وفيرة من السوائل الدافئة.

الوقاية من مرض الكورونا:

- وذلك باتباع الارشادات التالية:
- الاهتمام بالنظافة الشخصية، والحرص على غسل اليدين بالماء والصابون لمدة كافية بشكل منتظم، واستخدام المواد المعقمة والمطهرة وبشكل خاص عند السعال أو العطس.

- تجنب الاحتكاك مع الأشخاص المصابين بعدوى فيروس كورونا.
- الحرص على استخدام المناديل عند العطس والتخلص من المناديل في سلة المهملات.
- تجنب ملازمة الفم والأنف والعينين بالأيدي.
- الحرص على ارتداء الكمامات في الأماكن المزدحمة وبشكل خاص في مواسم الحج والعمرة.
- إتباع نمط حياة صحي؛ عن طريق تناول الأطعمة الغنية بالفيتامينات والمعادن الأساسية والنوم لساعات كافية في الليل وممارسة التمارين الرياضية بشكل منتظم.
- لا يتعين على الأشخاص غير المصابين بأعراض تنفسية مثل السعال، أن يستخدموا كمامات طبية وينصح باستخدامها إلا إذا كنت مشتببه أولتقديم الرعاية





- ♦ لذا في حالة الاحساس بالأعراض السابق ذكرها ووجود ك في مكان ينتشر فيه الوباء والاختلاط بأناس يشتهبه فهم الإصابة عليك التقرب من المصالح الصحية المعنية لاجراء الفحوصات اللازمة والتدخل الصحي السريع .



عادات خاطئة يجب اجتنابها:

لأنها لم تثبت جدواها في مواجهة فيروس covid19

- ♦ -التدخين
- ♦ -تعاطي العلاجات العشبية التقليدية
- ♦ -استخدام كمادات متعددة
- ♦ -التطبيب الذاتي مثل تعاطي المضادات الحيوية

طرق انتقال مرض الكورونا:

- ♦ الاتصال المباشر بالشخص المصاب بالفيروس؛ عن طريق المصافحة بالأيدي أو اللمس.
- ♦ استنشاق الهواء الملوث **برذاذ** سعال أو عطاس الشخص المصاب بالفيروس.
- ♦ لمس الأسطح الملوثة بالفيروس مثل لمس الفم أو الأنف أو العينين.
- احتمال انتقال الفيروس عن طريق الإبل.

أعراض الإصابة بمرض الكورونا:

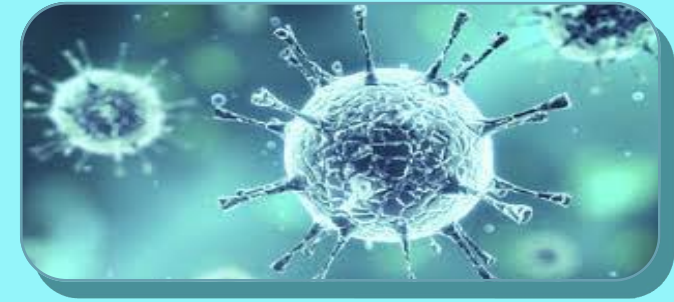
- ♦ احتقان في الأنف والحلق والصداع والسعال وارتفاع في درجة الحرارة.
- ♦ ضيق في التنفس.
- ♦ التهاب حاد في الرئة؛ بسبب تورم الأنسجة في الرئة ونلف الحويصلات الهوائية.
- ♦ قصور في أداء معظم أعضاء الجسم وحدوث فشل كلوي.
- ♦ الإسهال.

ويعتبر الأطفال وكبار السن ومن يعانون من أمراض المناعة وأمراض القلب الأكثر عرضة للإصابة بالفيروس.

الكورونا فيروس ينتمي الى زمرة واسعة من الفيروسات التي تسبب عدة امراض للإنسان والحيوان وهي .شائعة بين الخفافيش وبعض الحيوانات. ويصاب الأشخاص في حالات نادرة بعدوى هذه الفيروسات التي ينقلونها بعد ذلك للآخرين .

الكورونا حديث الظهور، مستجد اكتشف في مدينة يوهان الصينية في ديسمبر 2019 مسببا **مرض الكورونا** هما (COVID-19 او SRAS-CoV-2)ينتقل بين الأشخاص عن طريق العدوى مسببا الوباء .

هل يمكن أن تنتقل عدوى مرض كوفيد-19 إلى البشر من مصدر حيواني؟



لحماية نفسك، عندما تزور أسواق الحيوانات الحية مثلاً، تجنب الملامسة المباشرة للحيوانات وللأسطح الملامسة للحيوانات. وتأكد من اتباع ممارسات السلامة الغذائية الجيدة في جميع الأوقات بتوخي العناية الواجبة عند التعامل مع اللحوم النيئة والحليب الخام وأعضاء الحيوانات لتلافي تلوث الأغذية غير المطهورة. وتجنب تناول المنتجات الحيوانية النيئة أو غير المطبوخة جيداً.