



# ACCÉSSS

Alliance des Communautés Culturelles pour  
l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

## دانستنیها درباره ویروس COVID-19

تا به امروز سازمان بهداشت جهانی وضعیت همه گیر را برای COVID-19 اعلام کرده است. اگر چه در حال حاضر در کبک گسترش آن تحت کنترل است، اما هفته های آینده برای مقابله با این ویروس بسیار مهم می باشد و دولت در حال انجام همه اقدامات لازم علمی و اجتماعی برای یک پاسخ سریع و کارآمد است.

### ویروس کرونا چیست؟

ویروس COVID-19 ویروسی است از خانواده ویروس کرونا که می تواند باعث ایجاد مشکلات جدی در سلامتی، به ویژه در افراد مسن، افراد دارای ایمنی ضعیف یا افرادی با بیماریهای مزمن شود.

### علائم ویروس کرونا چیست؟

علائم این ویروس با علائم آنفولانزای فصلی یا سرماخوردگی قابل مقایسه است. ویژگیهای این ویروس:

- تب ناگهانی
- سرفه
- خستگی
- و مشکلات تنفسی است.

### آیا علائم برای همه یکسان است؟

برخی از افراد بدون نیاز به درمان خاص می توانند بدون علامت باشند و علائم زیادی نشان می دهند.

سایر بیماران ممکن است درد، آبریزش بینی یا اسهال را که به تدریج ایجاد می شود را تجربه کنند.

علائم می تواند ضعیف باشد (شبهه سرماخوردگی) یا شدیدتر (مانند ذات الریه، مشکلات تنفسی و یا مشکلات کلیوی) و در موارد شدید، این عفونت می تواند باعث مرگ شود.

### کدام ارگان ها آسیب پذیرترند؟

عموماً: بینی، گلو و ریه ها

## این بیماری چگونه انتقال می یابد؟

این بیماری به طرق زیر قابل انتقال است:

- تماس مستقیم با ترشحات تنفسی یک فرد آلوده هنگام سرفه یا عطسه کردن
- تماس نزدیک و طولانی با فرد آلوده
- تماس غیر مستقیم دستها، اشیاء یا سطوحی که ترشحات دهان، بینی یا چشم فرد مبتلا قبلاً آن را آلوده کرده است.

## تا چه مدت این ویروس زنده است؟

به طور کلی، ویروس کرونا روی اشیاء به طور طولانی زنده نمی ماند.

- حدود 3 ساعت روی اجسام و سطوح خشک

- 6 روز روی اشیاء یا سطوح مرطوب

## چه اقداماتی باید انجام دهم اگر این علائم را داشته باشم؟

تمام کسانی که از سفر خارج از کانادا برگشته اند و علائم تب، سرفه یا مشکلات تنفسی دارند، می توانند با خط 1 877 644 4545 تماس بگیرند.

کلینیک های برای تشخیص سریع افرادی که ممکن است مبتلا باشند، برنامه ریزی شده اند و شما باید قبل از رفتن به این مراکز غربالگری با شماره 1 877 644 4545 تماس بگیرید.

توجه داشته باشید هنگام تماس یا مراجعه به مراکز درمانی و بیمارستان ها، اگر از ابتدای سال 2020 به کشور دیگری سفر کرده اید یا با افرادی که مسافرت یا مهاجرت کرده اند تماس داشته اید حتماً این موضوع را ذکر کنید.

## آیا واکسن یا درمانی برای این ویروس وجود دارد؟

در حال حاضر، هیچ واکسن یا درمانی وجود ندارد، اما درمانهای حمایتی برای تسکین علائم در دسترس می باشد.

بیشتر مبتلایان به تنهایی بهبود می یابند.

بهترین راه برای محافظت از خود در برابر ویروس، اعمال قوانین پیشگیرانه به شرح ذیل است:

چگونه می توانم از این ویروس پیشگیری کنم؟

در اینجا اقدامات بهداشتی شناخته شده ای که برای همه توصیه می شود آورده شده است:

- دستان خود را به مدت حداقل 20 ثانیه با آب گرم و صابون بشویید.
- در صورت عدم دسترسی به آب و صابون، از مواد ضد عفونی کننده الکل دار استفاده نمایید.
- هنگام سرفه یا عطسه، قوانین بهداشتی زیر را رعایت نمایید:
  - . دهان و بینی خود را با بازوی خود بپوشانید تا انتشار ترشحات را کاهش دهید.
  - . اگر از دستمال کاغذی استفاده می کنید در اسرع وقت آن را دور انداخته و دستان خود را بلافاصله بشویید.
  - از بازدید از افرادی که در بیمارستان ها یا مراکز مراقبت یا کسانی که در قرنطینه 14 روزه هستند ( به علت بیماری یا بازگشت از کشور خارجی) جداً خودداری نمایید.
  - از تماس مستقیم برای احوالپرسی، مانند دست دادن و بوسیدن خودداری کنید.

برای همه COVID-مدیر کل بهداشت و درمان منطقه ای مونترال تأیید کرد که دسترسی به مراکز غربالگری 19 افراد، صرف نظر از وضعیت اقامتی آنها، با یا بدون پوشش بیمه درمانی امکانپذیر است.

تکنیک های غربالگری با یا بدون گرفتن وقت قبلی برای ارائه خدمات رایگان آماده سرویس دهی هستند.

لطفاً جهت کسب اطلاعات بیشتر به سایت های دولتی مراجعه کرده یا با شماره 1-877 644-4545 تماس بگیرید.

#### منابع دسترسی

خط اطلاع رسانی عمومی در ارتباط COVID-19 از دوشنبه تا جمعه از ساعت 8 صبح تا 18 عصر فعال می باشد. 1 877 644 4545

<https://santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/>

راههای ارتباطی دولت کانادا برای اطلاع رسانی عمومی در مورد COVID-19 :

L'OMS: <https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

دولت کبک:

[c46333#https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/](https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/c46333#)