Yeni Korona virusu

Korona virusu nədir?

Korona bir böyük virus ayiləsidir ki gahdan insan və heyvan arasında müştərəkdir və xəstəliyə nədən olur. İnsanlar arasında 7 növ Korona virusu tanınıbdır. Bu viruslar fərqli tənəffüs yoluxmalara nədən olur ümumi soyuqdəymədən tut şiddətli xəstəliklərə qədər. Çinin Vuhan şəhərində görünən Yeni Korona virusuun, COVID-19 adlandırıblar.

Yeni Korona virusun əlamətləri nədir?

Ən çox görülən əlamətlər hərarət, yorğunluq və şiddətli öskürəkdir. Elə də xəstələrdə baş ağrısı, boğaz ağrısı, ishal, əzələ spazmı və burun axması görünür. Bu əlamətlər xəfif olur və tədricən başlayır. Xəstlərin 80 fayizi xəstəxanada yatmadan yaxşılaşırlar.

Yaşlı və qan təzyiqi, diabet və ürək xəstılikləri olanlar daha çox təhlükədə olanlardılar. Bu xəstələrin 2 fayizində, Korona virus ölümə nədən olur. Hərarət, yorğunluq və şiddətli öskürəkləri olanlar həkimə müraciət etmələri gərəkir.

Koronavirusun qarşısın alınmaq üçün ümumi tövsiyələr

1- Əllərinizi su sabun və alkoqollu mayelərlə yuvun.
2- Asqırma və öskürmədə, əlinizi ağzınızın qabağına tutun yaxudda dirsəyinizin boşluğuna tutun.
3- Əllərinizi yuvub alkoqollamadan, göz və yüzünüzə vurmayın.
4- Soyuxdəyməsi yaxudda qrip olan şəxslərdən ən az 1 metr uzaxda durun.
5- Dolu yerlərdən çəkinin. Zəruri hallarda maskadan faydalanın.
6- Kimsəni öpüb, əl verməyin. Sadə maskanı 3 saat və n95 filterli maskanı 8-12 saata qədər istifadə edin.
7- Başardıqca elevatordan faydalanmayın ama istifadə etdiginiz təqdirdə, düymələr və dəstələrə müstəqim dəyməyin və Kleenexdın faydalanın, sonra onları qapaqlı zibi qabına atıb və əllərinizi alkoqollayın.
8- Elevatordan istifadə etdiginiz təqdirdə, yüzünüzü qapıya sarı tutun və kimsəynən üz bə üz durmayın.
9- Başardığınız qədər restoran və qalabalıq yerlərə getməyin. Restoran və qəhvə dükkanında müştərək qənd qabından faydalanmayın. Yaxşı olar ki açıq yeməklərdən uzaq qalıb, pakatlı yeməklərdən faydalanaq. Meyvə göyü diqqətlə yuvun. Supermarketdən aldığınız hər nəyin kisəsin qapaqlı zibil qabına atın. Aldlıxlarınızı evin içinə daşımaq üçün bir ləyən qullanın.
10- Bitki mənşəli və Antibiotik dərmanları həkim demədən faydalanmayın.
11- Siqaret nə təkcə xəstəliyin qarşısın almaz, bəlkə zərəlidir, xüsusilə müştərək qəlyan virus köçürülməsinə nədən olur.
12- Soyux dəydiysə, evdə qalın, əllərinizi tez tez yuvun və xəstəliyin qarşısın almaq üçün, sadə maska qullanın.
13- Maska qullandığınız təqdirdə, onun eşih üzünə əl vurmayın. Ama əlinizi vurduğunuz zaman, yuvun.
14- Maska və ağız suyun yerə atmayın, çünkü virus yayılmasına nədən olur.
15- Eşih giyimlərin giriş qapısının arxasına asın və başqa giyimlərə dəydirməyin. Başadıqca giyimlərinizi tez tez yuvun. Qapı dəstələrin, toxunduğunuz səth və əşyaları müntəzəm olaraq alkoqollayın.
16- İmmun sistemin gücləndirmək üçün, düzgün qidalanın və yatın.
17- Ət və yumurtanın yaxşı pişməsindən əmin olun.

Əlavi Oftalmologiya Mərkəzinin təhsil bölməsi, Təbriz

2020 Fevral

Ünvan: Pəncum Murdad Meydanı (Münəccim Bülvarı)

Əlavi Oftalmologiya Mərkəzi

Tel: 04132663933

Poçt kodu: 5146614599

http://alavihospital.tbzmed.ac.ir