

# اطلاعاتی درباره ویروس کرونا

## سوآلی دارید؟ با ۱-۱-۲ تماس بگیرید

برای دریافت جدیدترین اطلاعات، به [multco.us/covid19](http://multco.us/covid19) مراجعه کنید.

### "ویروس جدید کرونا" چیست؟



تنگی نفس



سرفه



تب

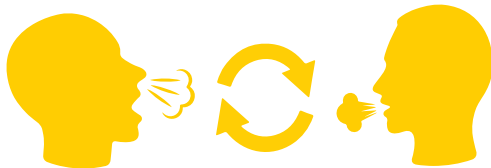
SARS-CoV-2 ویروس کرونای جدید است. بیماری ناشی از آن بیماری ویروس کرونای ۲۰۱۹ یا کووید-۱۹ نامیده شده است. علائم کووید-۱۹ شامل تب، سرفه و تنگی نفس است. بیشتر افراد در خانه بهبود پیدا می‌کنند، اما ممکن است در برخی افراد باعث بیماری شدید و سینه‌پهلو شود.

### چه کسانی در معرض خطر شدید هستند؟

- افراد مسن (بالای ۶۵ سال)
- افرادی که شرایط پزشکی حاد مزمن (مثل بیماری قلبی، بیماری ریوی، سیستم ایمنی ضعیف و دیابت) دارند
- افراد باردار



### چگونه سرایت می‌کند؟



وقتی فردی مبتلا به ویروس در نزدیکی فرد دیگری سرفه یا عطسه کند، ویروس سرایت می‌کند. فرد مبتلا به ویروس زمانی که علائمی مانند سرفه دارد، به احتمال زیاد ویروس را به دیگران سرایت می‌دهد. اگر سرفه یا عطسه می‌کنید، دهان و بینی خود را با دستمال یا آستین لباس‌تان بپوشانید.

### چگونه می‌توانیم سالم بمانیم؟

- به‌طور مداوم با آب و صابون دست‌هایتان را بشویید.
- با دست‌های نشسته به صورت‌تان دست نزنید یا غذا نخورید.
- در خانه بمانید و از حضور در گروه‌های بزرگ و مکان‌های عمومی شلوغ خودداری کنید.
- بین خود و دیگران به‌خصوص اگر جزء گروه افراد در معرض خطر شدید هستید- ۶ فوت (۲ قدم بزرگ) فاصله حفظ کنید.
- اشیاء و سطوح خانه را که به‌طور مکرر لمس می‌کنید، تمیز و ضدعفونی کنید.
- برنامه کاری تنظیم کنید. درباره مرخصی‌های استعلاجی و خطمشی‌های دورکاری کارفرمای خود اطلاعات کسب کنید تا در صورت لزوم بتوانید خانه بمانید.
- برنامه مراقبت از فرزند آماده کنید.
- مطمئن شوید غذا و داروهای لازم را برای ماندن در خانه در اختیار دارید.
- برای بررسی وضعیت همسایگانی که ممکن است به کمک بیشتری نیاز داشته باشند (مثلاً افراد مسنی که تنها زندگی می‌کنند)، تماس بگیرید یا پیام ارسال کنید.