

بیماری کرونا (COVID-19)

بیماری کرونا (COVID-19) ناشی از ویروس کرونا است. بیماری COVID-19 در کل دنیا از جمله بریتیش کلمبیا گسترش یافته است و به یک پاندمی جهانی تبدیل شده است.

طرح واکسیناسیون COVID-19 در بریتیش کلمبیا

برنامه واکسیناسیون COVID-19 بریتیش کلمبیا برای نجات جان انسان‌ها و جلوگیری از انتشار COVID-19 طراحی شده است. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره واکسن‌های COVID-19 از جمله موضوعاتی مثل روند تأیید واکسن و برنامه بریتیش کلمبیا در مورد توزیع واکسن به مطلب [واکسیناسیون COVID-19](#) رجوع کنید.

برای اطلاعات و خدمات غیر بهداشتی مرتبط با COVID-19 با شماره 19 COVID-888 1 (1-888-268-4319) تماس بگیرید. خدمات از ساعت 7:30 صبح الی 8 شب ارائه می‌شوند.

علائم

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره علائم COVID-19، کارهایی که باید در صورت بیماری انجام دهید و افرادی که در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به عوارض قرار دارند به این مطالب رجوع کنید

- [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: علائم](#)

- [علائم COVID-19](#)

قرنطینه و COVID-19

قرنطینه به معنای این است که نباید خانه را ترک کنید و با دیگران تماس داشته باشید. این امر برای توقف شیوع بیماری گامی مهم محسوب می‌شود. اگر علائمی دارید و نتیجه آزمایش COVID-19 شما مثبت بود، می‌توانید بیماری خود را مشابه با سایر عفونت‌های تنفسی مانند آنفلوانزا (فلو) مدیریت کنید. اگر احساس بیماری کردید در خانه بمانید و اقدامات پیشگیرانه را برای محدود کردن گسترش عفونت انجام دهید. دلایل متعددی وجود دارد که چرا باید یا ممکن است از شما خواسته شود که خود را قرنطینه کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره قرنطینه به این مطالب رجوع کنید:

- [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: قرنطینه و نظارت بر خود](#)

- [دولت کانادا: COVID-19 - پیشگیری و خطرات](#)

نظارت بر خود

نظارت بر خود به این معنا است که وضعیت جسمانی خود را کاملاً زیر نظر داشته باشید. همه باید به طور معمول علائم COVID-19 را کنترل کنند، حتی علائم خفیف. اگر احساس تب و لرز دارید، میزان دمای بدن خود را یادداشت کنید همچنین ممکن است نیاز باشد که به کودکان یا افرادی که با شما تماس نزدیک داشته‌اند و مسن هستند یا بیماری مزمن دارند و روند خود نظارتی را برای خود اجرا می‌کنند کمک کنید.

برای آگاهی از علائمی که باید مراقبت آنها باشید به [مطلب مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: قرنطینه و نظارت بر خود](#) رجوع کنید.

آزمایش دادن

آزمایش COVID-19 زمانی توصیه می‌شود که نتیجه مثبت یا منفی تاثیری در تصمیم‌گیری در مورد درمان یا مراقبت داشته باشد.

توصیه می‌شود افراد دارای علائم COVID-19 و افرادی که شرایط زیر را دارند، آزمایش بدهند:

- افرادی که در بیمارستان بستری هستند (در هر سنی)
- افرادی که باردار هستند
- افرادی که در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به نوع شدیدتر بیماری هستند و [اکنون برای درمان واجد شرایط هستند](#)

برای اطلاعات بیشتر درباره آزمایش دادن به این مطالب رجوع کنید:

- [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: چه زمانی باید برای COVID-19 آزمایش بدهید](#)
- [آزمایش \(COVID\)](#)

درمان

چند روش خاص برای درمان COVID-19 وجود دارد. برای کسب اطلاعات بیشتر به این مطلب رجوع کنید: [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: درمان](#).

برای اطلاع از اینکه آیا درمان ممکن است برای شما مناسب باشد، به صفحه [درمان COVID-19 دولت بریتیش کلمبیا](#) مراجعه کنید.

بیماری اکثر افراد مبتلا به COVID-19 به خودی خود درمان می‌شود. به مطلب [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: در صورت ابتلا به COVID-19](#) رجوع کنید تا یاد بگیرید که چگونه در صورت ابتلا به COVID-19 علائم خود را درمان کنید.

پزشکان و پرستارها در طول پاندمی COVID-19 برای ارائه خدمات مراقبتی به صورت حضوری آماده هستند. در برخی از مطب‌ها ممکن است امکان ملاقات تلفنی و تصویری نیز وجود داشته باشد. اگر به خدمات مراقبتی نیاز دارید، لطفاً با مسئول مراقبت‌های پزشکی خود تماس بگیرید. اگر برای خدمات پزشکی معمولاً نزد فرد خاصی نمی‌روید، می‌توانید از [فهرست HealthLinkBC](#) استفاده کنید یا با شماره **8-1-1** تماس بگیرید تا یک ارائه‌دهنده خدمات پزشکی در منطقه خود پیدا کنید.

وقتی نزد ارائه‌دهنده خدمات پزشکی می‌روید، لطفاً این موارد را به آن‌ها اطلاعات دهید

- علائم شما
- شهرهایی که به آن‌ها سفر کرده‌اید یا در آنجا زندگی کرده‌اید
- اگر نزدیک فردی بیماری بوده‌اید یا تماس طولانی با چنین فردی داشته‌اید به ویژه اگر این فرد به علائمی مثل تب، سرفه یا مشکلات تنفسی مبتلا بوده است

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره کارهایی که باید در صورت ابتلا به علائم انجام دهید به مطلب [علائم COVID-19](#) مراجعه کنید.

کاهش احتمال ابتلا

ما ابزارهای زیادی مانند واکسن‌ها، درمان‌ها و اقدامات خودمان داریم که می‌توانند از ما در برابر تأثیرات COVID-19 محافظت کنند.

این ابزارها به همه کمک خواهند کرد تا در برابر COVID-19 و سایر بیماری‌ها ایمن‌تر باشند، و اگر در معرض خطر بیشتر ابتلا به بیماری شدید ناشی از COVID-19 باشید، از اهمیت بیشتری برخوردار هستند.

برای تصمیم‌گیری در مورد نحوه و زمان استفاده از این ابزارها، [از این جعبه ابزار استفاده کنید](#).

همانطور که تعاملات اجتماعی در جامعه ما ادامه دارد، ممکن است شما نیز نگران معاشرت ایمن باشید. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره معاشرت ایمن به منظور کاهش خطر قرار گرفتن در معرض COVID-19، به مطلب [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: تعاملات اجتماعی ایمن‌تر](#) رجوع کنید. کسب اطلاعات بیشتر راجع به [کاهش احتمال ابتلای خود](#).

سفر در وضعیت COVID-19

برای کسب آخرین پیشنهادات درباره سفر به این مطالب رجوع کنید:

- [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: سفر](#)
- [دولت کانادا: توصیه‌های سفر و اعلامیه‌ها](#)

بیماری بلندمدت COVID

اگر هنوز بعد از گذشت سه ماه از بیماری اولیه خود علائم بیماری را تجربه می‌کنید، ممکن است دچار علائم پس از COVID یا بیماری بلندمدت COVID شده باشید. [سازمان خدمات بهداشتی استانی: شبکه مراقبت‌های بالینی چندرشته‌ای علائم پس از COVID-19 بلندمدت](#) می‌تواند مراقبت‌های بالینی، آموزش (برگه‌های اطلاع‌رسانی و ویدیوهای آنلاین)، و دسترسی به فرصت‌های پژوهشی را به منظور حمایت از روند بهبودی شما ارائه نماید.

سلامت روانی

پاندمی COVID-19 می‌تواند موجب سردرگمی، ناراحتی و نگرانی شود که کنار آمدن با آن‌ها مشکل است. داشتن این احساسات در مواقعی که با تردید و شک روبرو هستیم عادی است. مراقبت از سلامت روانی خود و خوب رفتار کردن با خود مهم‌تر از هر زمان دیگری است. کسب اطلاعات بیشتر درباره سلامت روانی و COVID-19:

- [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: سلامت روانی در طول پاندمی COVID-19](#)
- [دولت کانادا: مراقبت از سلامت روانی خود](#) (PDF 371KB)
- [سلامت روانی و COVID-19](#)

کودکان، جوانان و خانواده‌ها

انجام وظایف پدر و مادری در دوره پاندمی می‌تواند مشکل باشد. اگر باردار هستید یا کودک شما از شیر خود شما تغذیه می‌کند ممکن است سوالاتی درباره سلامتی خود و کودک خود داشته باشید. همچنین ممکن است سوالات بیشتری درباره انجام وظایف پدر و مادری خود هنگامی که فرزندان شما در خانه هستند داشته باشید. کسب اطلاعات بیشتر درباره [کودکان، جوانان و خانواده‌های در طول پاندمی COVID-19](#).

داروها

با طولانی‌تر شدن پاندمی COVID-19، داروسازها در نحوه ارائه داروها تغییراتی ایجاد کرده‌اند. این موارد شامل گرفتن مجدد دارو و تأمین اضطراری داروهای تجویزی می‌شود. داروسازها نمی‌توانند داروهای جدید را بدون نسخه در اختیار افراد قرار دهند. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره تغییرات ایجاد شده در خدمات داروسازی لطفاً به مطلب [کالچ داروسازان بریتیش کلمبیا: کرونا و ویروس جدید \(COVID-19\)](#) رجوع کنید.

منابع مفید

اطلاعات زیادی در زمینه COVID-19 و پاسخ استان ما به این پاندمی وجود دارد. برای مشاهده لیستی از منابع مورد اعتماد که مرکز تماس 8-1-1 HealthLink BC از آن‌ها استفاده می‌کند تا اطلاعات و توصیه‌های بهداشتی را در اختیار ساکنین بریتیش کلمبیا قرار دهد به مطلب [منابع مفید درباره COVID-19](#) رجوع کنید.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره COVID-19 به زبان‌های دیگر به این مطالب رجوع کنید:

- [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: اطلاعات COVID-19 به سایر زبان‌ها](#)
- [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: متون ترجمه شده](#)

همچنین امکان استفاده از ویدیوهای زبان اشاره مخصوص کشور آمریکا وجود دارد.

در صورت داشتن نگرانی یا سوال درباره سلامتی خود، می‌توانید در هر زمانی با HealthLink BC (8-1-1) تماس بگیرید یا با مسئول مراقبت‌های پزشکی خود صحبت کنید.

آخرین به‌روزرسانی: 17 نوامبر 2022

اطلاعات ارائه شده در این مطلب بهداشتی مخصوص بیماری کرونا (COVID-19) از مطالب [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: آزمایش، مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: علائم، مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: ماسک، مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: سفر، مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: واکسن‌های COVID-19، دولت کانادا: سفر، آزمایش، قرنطینه و مرزها و دولت کانادا: مسافران ورودی به کانادا که در برابر COVID-19 واکسینه شده‌اند](#) در تاریخ 24 اکتبر 2022 گرفته شده‌اند.

برای مشاهده سایر پرونده‌های آگاهی‌سازی HealthLinkBC، به وبسایت www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files یا واحد محلی بهداشت عمومی خود مراجعه کنید. جهت دریافت اطلاعات و مشاوره بهداشتی غیر اضطراری در بریتیش کلمبیا به www.HealthLinkBC.ca مراجعه کنید یا با شماره 1-8-1 (رایگان) تماس بگیرید. افراد ناشنوا و کم شنوا می‌توانند با شماره 7-1-1 تماس بگیرند. در صورت درخواست، خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان موجود است.