

# کوید-۱۹ و بیماریهای غیر واگیر

فروردین ۱۳۹۹

مراقبت بیماران غیر واگیر

## افراد مبتلا به بیماریهای غیر واگیر و یا در معرض ابتلا

- \* افراد در هر سنی می توانند توسط ویروس جدید کرونا(کوید-۱۹) آلوده شوند.
- \* خطر ابتلا شدید به کوید-۱۹ در افراد با سن ۶۰ سال و بالاتر بیشتر می شود.
- \* افراد با سابقه بیماریهای غیر واگیر در صورت ابتلا به بیماری کوید-۱۹ به شدت آسیب پذیرتر هستند. این بیماریها شامل بیماری قلبی عروقی (فشار خون بالا ، افرادی که دچار حمله قلبی یا سکته مغزی شده اند یا در معرض خطر ابتلا به آن هستند)، دیابت، بیماریهای مزمن تنفسی و آسم،سرطان است

افراد مسن و افراد با سابقه

بیماری غیر واگیر (مانند بیماری

های قلبی ، دیابت بیماریهای

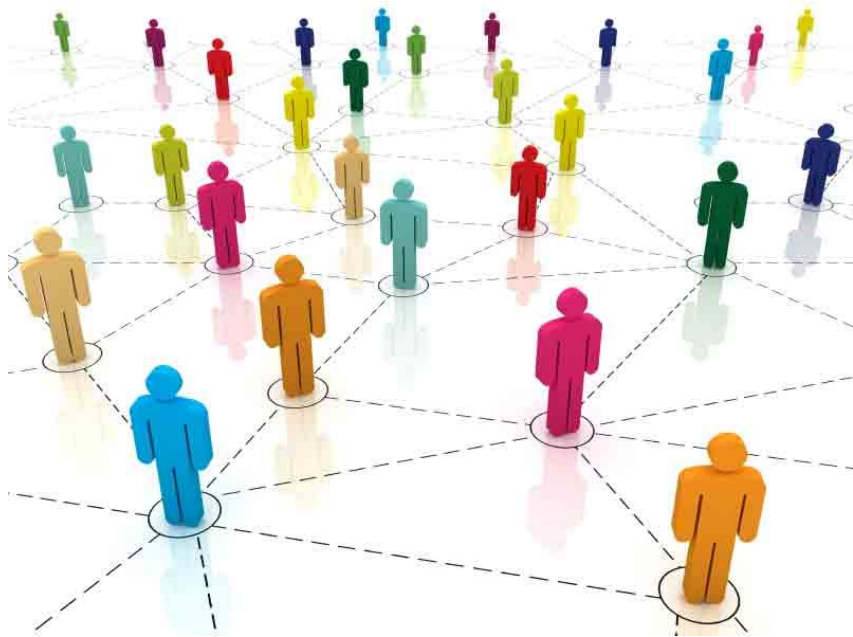
مزمن تنفسی و آسم تنفسی)

مستعد ابتلا به نوع شدید بیماری

کوید-۱۹ هستند



حفظ سلامت روان  
خصوصاً در مواقع  
فاصله گذاری  
اجتماعی ضروری  
است



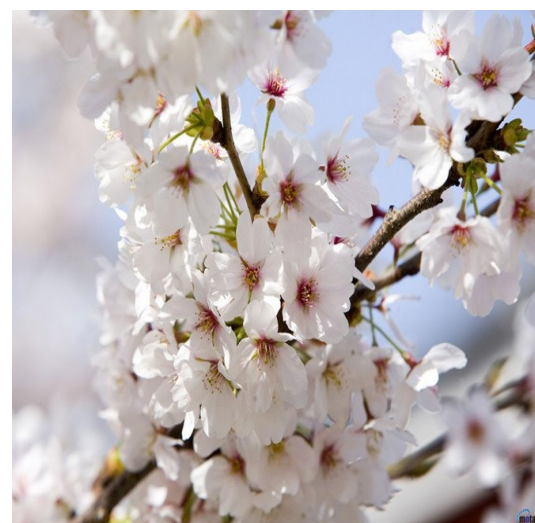
سبک زندگی سالم  
باعث می شود که  
عملکرد بدن از جمله  
سیستم ایمنی در مقابل  
تهاجم ویروس بهتر  
عمل کنند

**عوامل خطر و شرایطی که افراد را در مقابل ابتلا به بیماری کوید-**

**۱۹ آسیب پذیرتر می کند:**

⇒ افراد سیگاری در برابر بیماری کوید-۱۹ آسیب پذیرتر هستند زیرا سیگار کشیدن به معنای این است که انگشتان دست (و احتمالاً سیگار آلوده) با لب در تماس هستند و این رفتار احتمال انتقال ویروس از دست به دهان را افزایش می دهد. افراد سیگاری نیز ممکن است در حال حاضر دچار بیماریهای ریوی و یا کاهش ظرفیت ریه باشند که این خود شانس ابتلا به بیماری را به شدت افزایش می دهد. مصرف دیگر محصولات دخانی از جمله قلیان باعث استفاده مشترک از آن انتقال بیماری کوید-۱۹ در محیط های عمومی و اجتماعی را تسهیل میکند.

⇒ افرادی که در شرایطی قرار دارند که نیاز به اکسیژن را افزایش می دهد و یا توانایی بدن در استفاده از آن کاهش می یابد، در معرض خطر بیشتری از عوارض ناشی از پنومونی ویروسی دو طرفه قرار می گیرند.



⇒ سبک زندگی سالم باعث می شود که سیستم ایمنی بدن در مقابل تهاجم ویروس بهتر عمل کنند. رژیم های غذایی سالم همراه با میوه و سبزیجات فراوان، فعالیت منظم بدنی، ترک سیگار، اجتناب از مصرف الکل و خواب کافی از اجزای اصلی سبک

زندگی سالم هستند

به مصرف  
داروهای خود  
ادامه دهید و  
توصیه های  
پزشکی را  
رعایت کنید.



شناخت از  
اولویت بیماران  
برای مداخلات  
مستمر حائز  
اهمیت است.



## مدیریت بیمار، راهنمای فنی:

- ⇒ بیماران مبتلا به بیماری کوید-۱۹ که دارای بیماری زمینه ای غیرواگیر هستند را به جهت تعدیل در رژیم دارویی و میزان مصرف آنها شناسایی نمائید
  - ⇒ ارتباط زودهنگام با فرد مبتلا به کوید-۱۹ با بیماریهای زمینه ای غیرواگیر حائز اهمیت است
  - ⇒ در طول مراقبت ویژه و درمان بیمار کوید-۱۹ با سابقه بیماریهای غیرواگیر، مشخص کنید کدام دارو باید ادامه یابد و کدام یک موقتا متوقف یا تعدیل شود. با بیماران و خانواده های آنان به صورت فعالانه ارتباط برقرار کرده و اطلاعات تکمیلی را به آنان ارائه و پیش آگهی بیماری را توضیح دهید.
- شناخت از اولویت بیماران برای مداخلات مستمر ضروری است.

## نکاتی چند برای افرادی که دارای سابقه بیماری های غیرواگیر هستند یا در معرض خطر ابتلا به آنها قرار دارند:

- ⇒ مصرف داروهای خود ادامه دهید و توصیه های پزشکی را رعایت کنید
- ⇒ نسبت به تهیه داروهای اساسی خود حداقل برای مصرف یکماه یا بیشتر اقدام نمائید
- ⇒ حداقل یک متر فاصله از افراد با سرفه ، سرماخوردگی و آنفولانزا الزامی است
- ⇒ دستان خود را مرتبا با آب و صابون بطور صحیح بشوئید
- ⇒ سیگار را ترک کنید و از مصرف الکل یا مواد مخدر اجتناب نمائید

متن برگرفته از سایت سازمان جهانی بهداشت

دپارتمان بیماریهای غیرواگیر و سلامت روان

۲۰۲۰

نسبت به تهیه  
داروهای اساسی  
خود حداقل  
برای مصرف  
یکماه یا بیشتر  
اقدام نمائید

لطفا نظرات خودتان را به آدرس زیر ارسال فرمائید

[a-moghisi@health.gov.ir](mailto:a-moghisi@health.gov.ir)

