



۲۶ ژانویه ۲۰۲۰

جامعه گرامی USD،

شما احتمالاً گزارشهای خیری در مورد [کروناویروس جدید که باعث شیوع](#) بیماری تنفسی شده و یک مورد تایید شده نیز در اورنج کانتی مشاهده شده را شنیده اید. ما واقفیم که این موضوع باعث نگرانی جامعه شده و از شما تقاضا داریم که اطلاعات مهم زیر را بخوانید.

بررسی اجمالی

اولین مورد شناخته شده سال ۲۰۱۹-nCoV - مخفف برای 2019 novel coronavirus کروناویروس جدید - در ماه دسامبر در شهر ووهان، چین گزارش شد. ویروسهای کرونا خانواده بزرگی از ویروسها هستند که باعث بیماریهای تنفسی از سرماخوردگی گرفته تا بیماریهای شدیدتری مانند [MERS](#) می شوند. این کروناویروس جدید - غالباً به این صورت "nCoV" نشان داده می شود - گونه ای جدید این ویروس بوده که قبلاً در انسان شناسایی نشده بود.

به گزارش آژانس مراقبتهای بهداشتی و درمانی اورنج کانتی (OCHCA) خطر ابتلای دانش آموزان اورنج کانتی کم می باشد. در سطح بین المللی این بیماری بزرگسالان - بیماران سالخورده دارای بیماری پیشینه را درگیر نموده است.

طبق گفته ی OCHCA، کروناویروس همانند دیگر بیماریها مانند آنفولانزا و سرماخوردگی معمولی، از طریق سرفه یا عطسه ی دیگر بیماران مبتلا سرایت می کند. علائم آن می تواند شامل تب، سرفه و مشکلات تنفسی باشد.

راهنمای مراکز کنترل و پیشگیری بیماری و آژانس مراقبت های بهداشتی و درمانی اورنج کانتی (OCHCA)

[The Centers for Disease Control and Prevention](#) و [OCHCA](#) توصیه می کنند این اقدامات پیشگیرانه روزانه را برای این یا هر بیماری دیگر انجام دهید:

مسافرائی که بیمار هستند باید در خانه مانده و با پزشک معالج خود تماس بگیرند.

اگر به تازگی در شهر ووهان، چین بوده اید و در ۱۴ روز اخیر سفر خود تب همراه با سرفه یا تنگی نفس داشته یا با فردی که مشکوک به داشتن کروناویروس جدید است تماس داشته اید در خانه مانده و فوراً با پزشک معالج خود تماس بگیرید. اگر پزشک معالج ندارید یا نیاز به بستری شدن در بیمارستان دارید، مستقیماً به بیمارستان نروید. لطفاً قبل از رفتن به بیمارستان به بخش اورژانس بیمارستان تلفن زده و راهنمایی های لازم را دریافت کنید.

زمانی که بیمار هستید در خانه بمانید.

زمانی که بیمار هستید در خانه مانده و سر کار یا مدرسه نروید و از انجام کارهای روزمره در بیرون خودداری کنید. این کار از شیوع بیماری و سرایت آن به دیگران جلوگیری می کند.

"دانش آموزان و کارکنان دارای علائم آنفلانزا شامل تب، سرفه یا گلودرد باید در خانه مانده و در کلاس یا دیگر فعالیتهای گروهی حداقل تا ۲۴ ساعت پس از قطع کامل تبشان بدون استفاده از داروی کاهش-تب شرکت نکنند" گفته پاملا کن، هماهنگ کننده بخش آموزشی سلامت و بهداشت اورنج کانتی.

از تماس نزدیک با افراد بیمار خودداری کنید.

از تماس نزدیک با افرادی که بیمار هستند خودداری کنید. زمانی که شما بیمار هستید، فاصله خود را با دیگران حفظ نمایید تا از بیمار شدن آنها جلوگیری کنید.

بینی و دهان خود را بپوشانید.

هنگام سرفه یا عطسه بینی و دهان خود را با دستمال کاغذی بپوشانید. این کار ممکن است از مبتلا شدن اطرافیان شما جلوگیری کند. آنفلانزا و دیگر بیماریهای جدی تنفسی مانند ویروس (RSV) syncytial، سیاه سرفه، و سندرم شدید حاد تنفسی (سارس) با سرفه، عطسه یا دستهای آلوده شیوع پیدا می کنند.

دستهای خود را تمیز کنید.

شستن دستها اغلب شما را در میکربها محافظت می نماید. اگر آب و صابون در دسترستان نیست، از ژلهای الکلی ضدعفونی کننده استفاده نمایید. به این ویدیو آموزشی سه-دقیقه ای شستشوی صحیح دست از CDC توجه نمایید:

<https://youtu.be/eZw4Ga3jg3E>

سایر عادات خوب سلامتی را تمرین کنید.

سطوح لمس شده در خانه، محل کار یا مدرسه، مخصوصا وقتی کسی بیمار است را مرتب تمیز و ضدعفونی کنید. خواب کافی داشته، از نظر جسمی فعال باشید، استرس خود را مدیریت کنید، مایعات فراوان بنوشید و غذای مغذی بخورید.

برای آگاهیهای بیشتر، به تارنمای آژانس مراقبتهای بهداشتی اورنج کانتی مراجعه نمایید:

ohealthinfo.com/phs/about/epidasmt/epi/dip/prevention/novel_coronavirus

راهنمایی های IUSD

اگر فرزندان بیمار است، لطفا از راهنمایی های زیر برای هنگام نگهداری فرزند خود در خانه استفاده نمایید:

- تب ۱۰۰ درجه (فارنهایت) یا بالاتر
- دانش آموز برای بازگشت به مدرسه می بایست حداقل ۲۴ ساعت بدون مصرف داروی کاهش تب (مانند تاینالول یا موتیرین) بدون تب باشد
- استفراغ و/یا اسهال. دانش آموز ۲۴ ساعت پس از آخرین اتفاق می تواند به مدرسه بازگردد
- سرفه غیر قابل کنترل یا خس خس سینه یا تنگی نفس
- بیماری مسری مشکوک (مانند آبله مرغان)

- مشکوک به عفونت
- جوش با منشاء نا شناخته – دانش آموز می تواند با ارائه مجوز کتبی از پزشک معالج خود به مدرسه بازگردد
- دانش آموز می بایست زمان ۲۴ ساعت اول آنتی بیوتیک درمانی را در خانه بمانند

قدم بعدی

کارمندان منطقه آموزش و پرورش ارواین به نظارت دقیق این وضعیت و همکاری با آژانسهای مربوطه ادامه خواهند داد. ما در صورت لزوم آگاهیهای به روز را ارائه خواهیم داد.

لطفا بدانید که ایمنی دانش آموزان و کارکنان اولویت ما می باشد. اگر ما همگی این دستور العمل های مهم را رعایت کنیم، می توانیم در سلامت نگهداشتن جامعه مان موثر باشیم. لطفا این اطلاعات را با خانواده و اطرافیان خود در به اشتراک بگذارید.

پیشاپیش سپاسگزار همکاری شما هستیم.

خالصانه،

Terry L. Walker
Superintendent of Schools
Irvine Unified School District