

بیماری کووید ۱۹

تهیه و تنظیم:
آرزو معینی

پانزگري :
اسفند ۱۴۰۱

منابع:
ویرایش دوازدهم راهنمای تشخیص و درمان
بیماری کووید

مقدمه

بیماری کووید ۱۹ به صورت طیفی از علائم از بی علامتی قبل از بروز علائم تا موارد پنومونی شدید و سندروم دیسترس حاد تنفسی و نارسایی تنفسی تظاهر می کند .

دوران کمون بیماری کووید ۱۹ حدود ۲-۱۴ روز می باشد و بطور متوسط در طی ۴-۵ روز پس از تماس با فرد مبتلا علائم آشکار می شود با پیدایش سوبه های جدید دوره کمون در بسیاری موارد کاهش یافته و اغلب بروز علائم بالینی در طی ۲-۳ روز بعد از تماس می باشد . از دست دادن حس بویایی و نیز حس چشایی از جمله علائمی هست که در بسیاری از مبتلایان گزارش شده ولی شیوع آن در واریانت های مختلف متفاوت بوده است . از علائم دیگر می توان به بی اشتها، ضعف، بی حالی، خستگی زود رس، دل درد، تهوع، استفراغ و اسهال، گوش درد، سرگیجه، گلو درد اشاره نمود .

کووید ۱۹ با تظاهرات روانی و عصبی از جمله اضطراب، افسردگی، مشکلات خواب، سردرد، سرگیجه، اختلال در حس بویایی یا چشایی، میالژی، هذیان، بی قراری، سکنه مغزی مرتبط است .

خاطر نشان میشود که در سالمندان ممکن است در شروع بیماری علائم خفیف تر و تدریجی باشد و همین موضوع مشکلات تشخیص و درمان به هنگام را در آنان میتواند ایجاد نماید . به نظر میرسد که علائم بیماری در مراحل ابتدایی عمدتاً مربوط به تاثیر مستقیم ویروس باشد و در مراحل پیشرفته بیماری پاسخ های ایمنی بیشترین تاثیر رادر بروز علائم دارند البته واکنش های ویروسی تا انتهای بیماری کم و بیش ادامه دارند .

راه انتقال :

عموما انتقال ویروس از طریق ترشحات تنفسی از فردی به فرد دیگر به واسطه سرفه، عطسه، صحبت کردن با ایجاد انواع قطرات تنفسی و در شرایط خاص از طریق آئروسول میباشد .

علائم های تشخیصی بیمار

- حداقل به مدت ۲۲-۴۸ ساعت تب بدون استفاده از تب بر قطع شده باشد و

- علائم تنفسی نظیر سرفه در حال بهبودی باشد (قطع سرفه پایدار) و تنگی نفس نداشته باشد و

- اصلاح هیپوکسی ($SpO_2 \geq 93\%$) بدون حمایت در هوای اتاق باشد. در صورت تهیه حمایت تنفسی مناسب در منزل

و پایان دوره درمان بیمارستانی و پایداری شرایط بالینی، به صلاحدید پزشک $SpO_2 < 93\%$ نیز می تواند پذیرفته باشد

- سایر علائم حیاتی بیمار به تشخیص پزشک معالج پایدار شده باشد

بهداشت روان :

مداخلات رواني اجتماعي و دارويي براي درمان مشكلات رواني بيماران توصيه ميشود .

تنگي نفس : تمرين هاي تنفسي قرا رگرفتن دروضعيت هاي مناسب بدن و بازتواني ريوي ميتواند به بهبود تنگي نفس بيمار كمك كند .

اختلالات خواب : افراد دچار اختلالات خواب نيازمنند مشاوره درمورد بهداشت خواب ، تكنيك هاي آرامش و كنترل محرك ها هستند .

طپش قلب و تاكي كاردی :

د رافرادي كه دچار تاكي كاردی سينوسي و سندروم تاكي كاردی وضعيتي اورتوستاتيك هستند . مداخلات رفتاري ، مصرف مايعات كافي ، نمك كافي ، جوراب هاي فشاري ، بتابلوكر ها ميتواند كمك كننده باشد . بديهي است د راین شرایط اشاره با متخصص قلب توصيه ميشود.

ليست علائمي كه در ۱۹- covid post conditionتواند ايجاد شود :

دل درد ، مشكلات قاعدگي زنان ، اختلال حس بويائي و چشائي ، اضطراب ، تاري دید ، درد قفسه سينه ، مه مغزي ، سرفه ، افسردگي ، گيجي ، ضعف ، تب متناوب ، سردرد ، اختلالات حافظه ، اختلالات خواب ، طپش قلب ، وزوزگوش و اختلالات شنوايي .

نكاتي در مورد مديريت علائم شايع كوييد طولاني / مزمن :

خستگي و ضعف پس از فعاليت

-قدم زدن و فعاليت هاي ورزشي ساده

-الويت بندي فعاليت ها

-براي كارهاي روزمره و هفتگي خود برنامه ريزي داشته باشد .

-در وضعيت راحت فعاليت مورد نظر را انجام دهد مثلا در حالت نشسته

واكسيناسيون كوييد ۱۹

در طي دو سال گذشته انواع مختلف واكسن هاي موثر بر كوييد ۱۹ توليد شده است كه ميتوان به دو گروه بزرگ ساخته شده از بدنه ويروس كامل و بخشي از اجزاي ويروسي تقسيم كرد . مطالعات نشان ميدهد كه در افرادي كه واكسن كوييد ۱۹ را دريافت کرده اند ميزان بروز بيماري شديد و مرگ کاهش مي يابد .

