

## درمان

تک به تک دارو ها رو مرور کنیم:

ایمی خوابی

ملاتونین هر شب یک عدد

مصرف مایعات، اصلاح ویتامین D، استراحت

مطلق، عدم استرس، عدم خروج از منزل به

جز مراجعه به مراکز درمانی و پزشکی

## تست

اما تست ها رو مرور می کنیم یک به یک

CBC

خوب دقت کنید:

دو تا فاکتور توی CBC مهمه:

WBC و Lymphocyte (درصد گزارش میشه)

ضرب این دو فاکتور اگر بیاد زیر ۱۵۰۰

میریم سمت کرونا

کاهش لنفوسیت برای ما مهمه در حقیقت

۲/

CRP مثبت، ESR بره بالا، LDH بره بالا و D-dimer هم بالا

نکته: ممکنه یکی از موارد فوق

رو ببینیم ولی فرد مبتلا باشه

۳/

## علائم

علائم های شایع این روزها:

قطع یا کم شدن بویایی، چشایی یا هر دو (قطعا کرونا بی برو برگرد) = مهم ترین علامت ابتلا

بدن درد (کم درد بسیار شایع شده)، ضعف، بی اشتها

تب، سوزش، درد قفسه سینه، گلودرد، اسهال، سرفه و خلط

هر علامت مشکوک حتی یکی از موارد

ذکر شده کرونا در نظر گرفته می شود مگر

خلافش ثابت بشه

## تست

اگر علائم تپیک رو داشتید مثل از دست رفتن بویایی یا چشایی، تب، بدن درد و سرفه نیاز به تست نیست چون مبتلا هستید

اما تست ها رو مرور می کنیم یک به یک

قطعی ترین تست: PCR

۱/

مثبت شدن PCR: قطعا مبتلا هستید

منفی شدن PCR: اگر علامت دارید

و PCR منفی شد باز هم شانس رو به

کرونا میدیم چون احتمال نتیجه

منفی کاذب PCR وجود داره

Dattums

# تمام اطلاعات

# ابتلا به کرونا

## کوید ۱۹

گایدلاین درمانی به ما میگوید که هفته دوم بیماری کرونا فازی هست که اگر بیماری تشدید بشه زنگ خطر رو داره به صدا در میاره

پس به دقت علائم رو از روز هشتم به بعد چک کنید

## کوید ۱۹

# چه زمانی مجدداً به پزشک مراجعه کنیم؟!

## علائم خطرناک

علائم خطرناک در هفته اول:

تب بالای ۴۰ درجه

تب بالای ۳۹ درجه بیش از ۵ روز

تنگی نفس

درد زیاد قفسه سینه- سچوریشن زیر ۹۳

در صورت مشاهده این علائم برای دریافت یا تغییر دارو حتماً به پزشک مراجعه شود

## درمان

تک به تک داروها رو مرور کنیم:

تب، درد و التهاب ناپروکسن ۵۰۰ هر ۸ ساعت

استامینوفن ۵۰۰ هر ۶ ساعت

سرفه دکسترومتورفان یا دیفن

هیدرامین هر ۶ ساعت

ضد ویروسی داکسی سایلکین ۱۰۰ میلی گرم

روزانه یک عدد

گوارشی فلوئیدین ۴۰ میلی گرم هر

۱۲ ساعت یک فرص

## جمع بندی

همه ی صحبت هایی که کردیم برای مبتلایان خفیف تا متوسط بود

اگر به این صورت مبتلا شدید حداقل ۱۰ و حداکثر ۱۴ روز ناقل هستید

استرس عاملی هست که در تشدید حال بد بیمار دخالت مستقیم داره

همه ی تصمیمات زیر نظر پزشک باید گرفته بشه

ما تمام سعی رو کردیم که فقط اطلاعات مفید و بدیم، شما هم به شدت مراقب باشید.

کوید ۱۹

نشانه

کوید ۱۹

کوید ۱۹

کوید ۱۹

بدانید و آگاه باشید که سی تی اسکن ریه در هفته اول بیماری برای ما ارزشی ندارد چون تظاهرات ریوی رو

خب این ۸ و ۱۳ چی داره میگه؟؟

میگه روز هشتم ریه بیمار ملتهب میشه و بین فاصله روز هشتم تا روز سیزدهم اینقدر

زمانیکه فرد به جزئیات علائم توجه داشته باشه و به موقع دوباره برگرده پیش پزشک می تونیم جلوی رفتن بیمار به آی

نکنه بسیار مهم که به پیامی تو دلش هست:

تب قطع نشده

بلند مدت تشدید شده

عالمی که در هفته دوم مهمه برامون چیه؟

## ممنوعات

از لوازم آرایشی و بهداشتی پرهیز شود.

برای ضدعفونی سرویس‌ها از سرکه و جوش شیرین استفاده شود.

به جای مواد شوینده شیمیایی، از پودر صابون کودکان آنزیم‌دار استفاده شود.

از جوهر نمک و وایتکس به شدت پرهیز شود.

از خوردن سربجات بویژه لبنیات پرهیز شود.

به مایع ظرفشویی سرکه اضافه کنید.

✿ خوردن دم کرده یک قاشق غذا خوری کندر

✿ خوردن خاکشیر بدون شکر، روزی دو بار

✿ هلیله سیاه، شکر سرخ و مصطکی به طور

مساوی بکوبید تا نرم شود، هر ده روز یک

قاشق مرباخوری برای بزرگسال و نیم قاشق

روشایی برای افزایش ایمنی بدن

• خوردنی‌های مفید

✿ هویج، کدو تنبل، کلم، گل کلم، فلفل دلمه‌ای،

فلفل تند، نارنج، لیموترش، پرتقال، زنجبیل