



کرونا کووید ۱۹

ویژه‌ی کودکان



نویسنده: جانت رابیت

مترجم: شهرزاد امینیان

ناشر: نشر فرشته



انتشارات فرشته

کرونا ویژه‌ی کودکان

نویسنده: جاینت رابیت

مترجم: شهرزاد امینیان

ناشر: فرشته

انتشار: اول ۱۳۹۸

قطع: خستی

تعداد صفحات: ۲۴

مدیر محتوا: علی محمدپور @qaribi

قیمت: رایگان

شابک: 978-622-7275-07-0

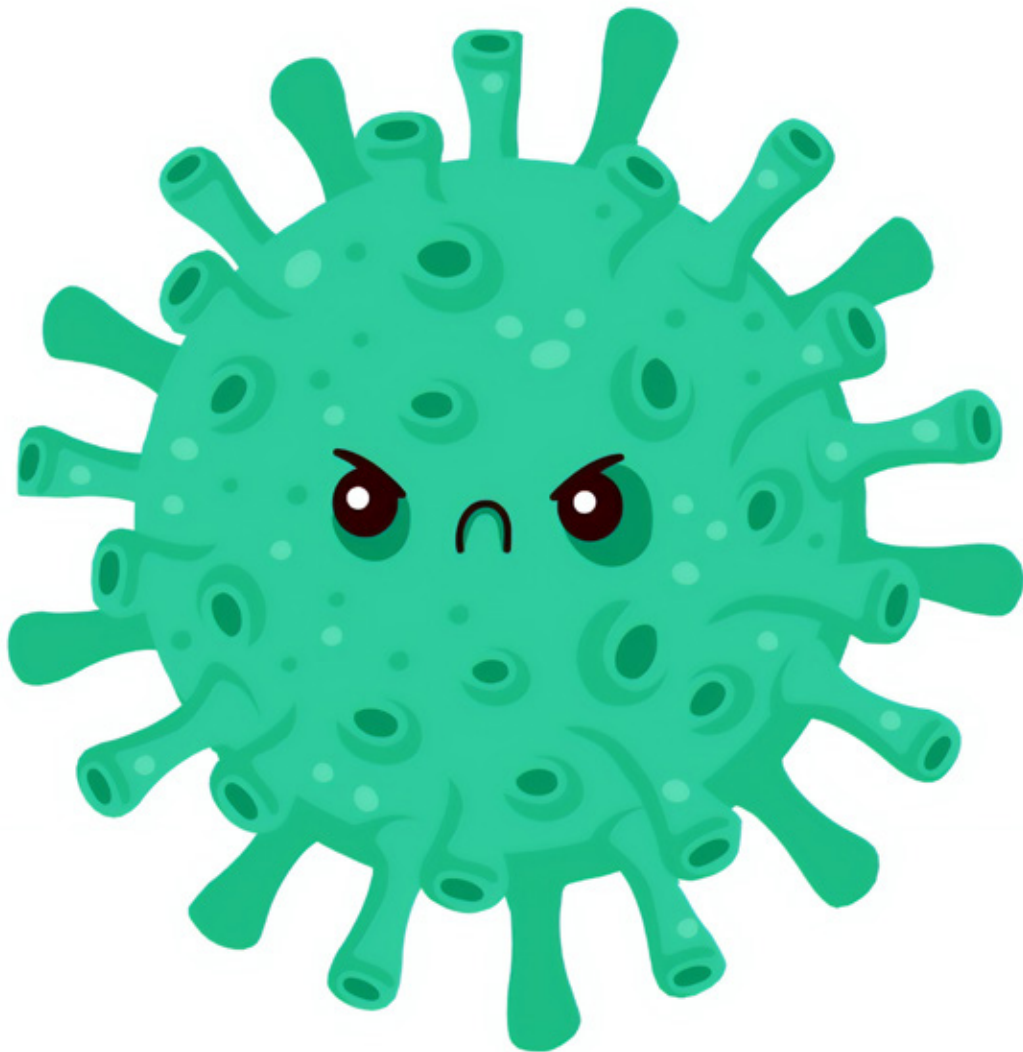
این کتاب در حال حاضر به صورت رایگان و در قالب الکترونیک منتشر شده است



که سلامت بخش از شبکه سلامت

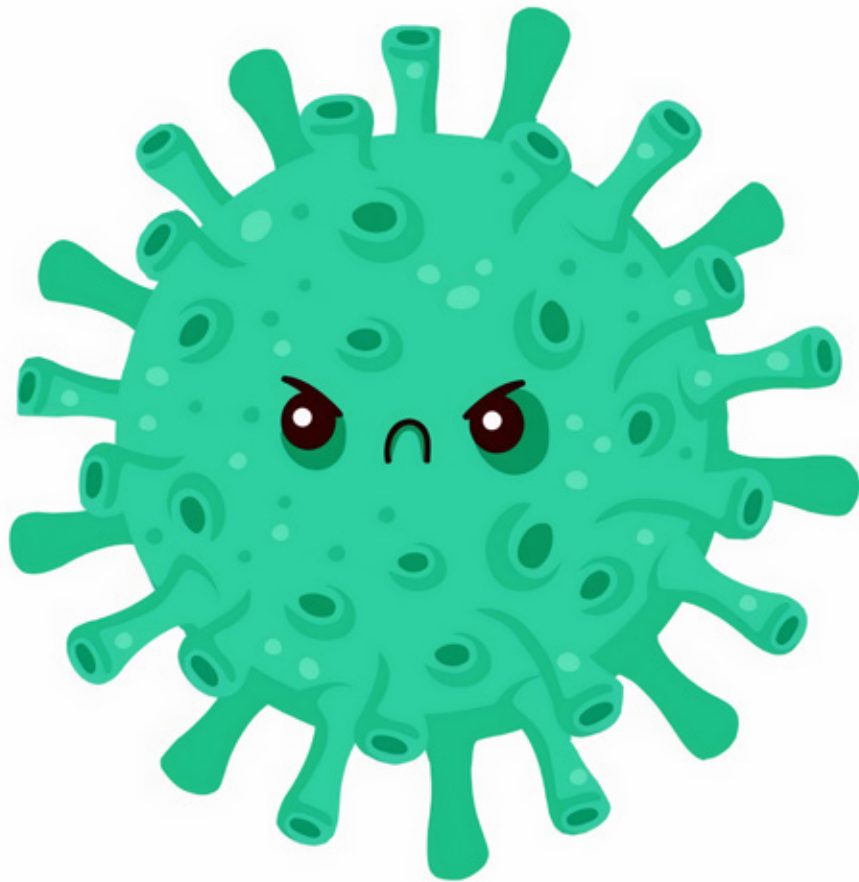
 **behdasht_channell**

که سلامت بخش از شبکه سلامت



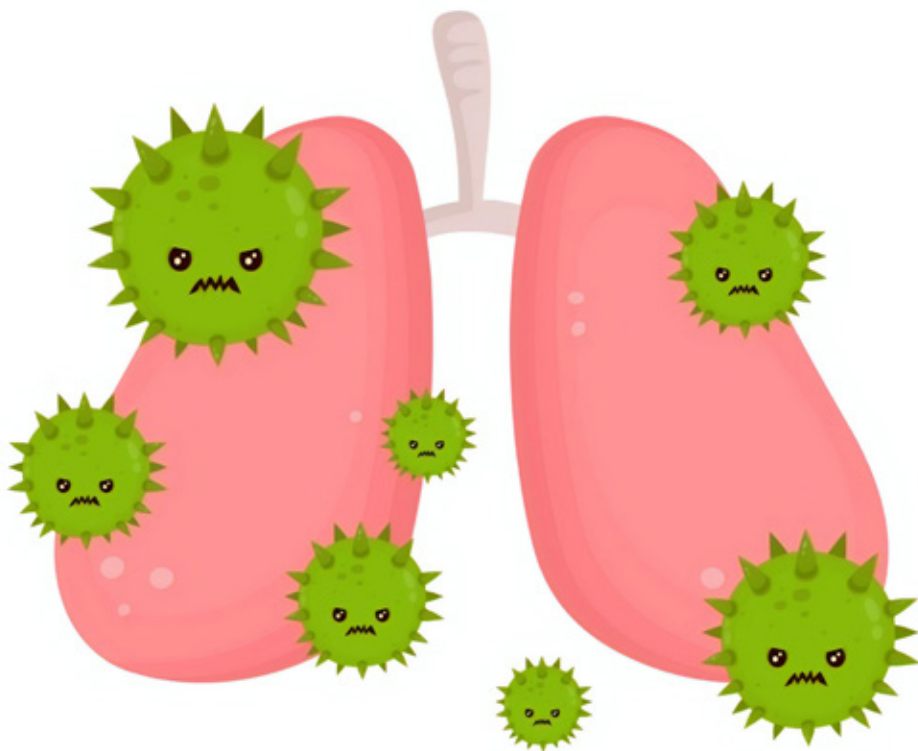
من کووید ۱۹ هستم.
مردم این جوری صدایم می‌کنند. از گروه
ویروس‌های کرونا هستم





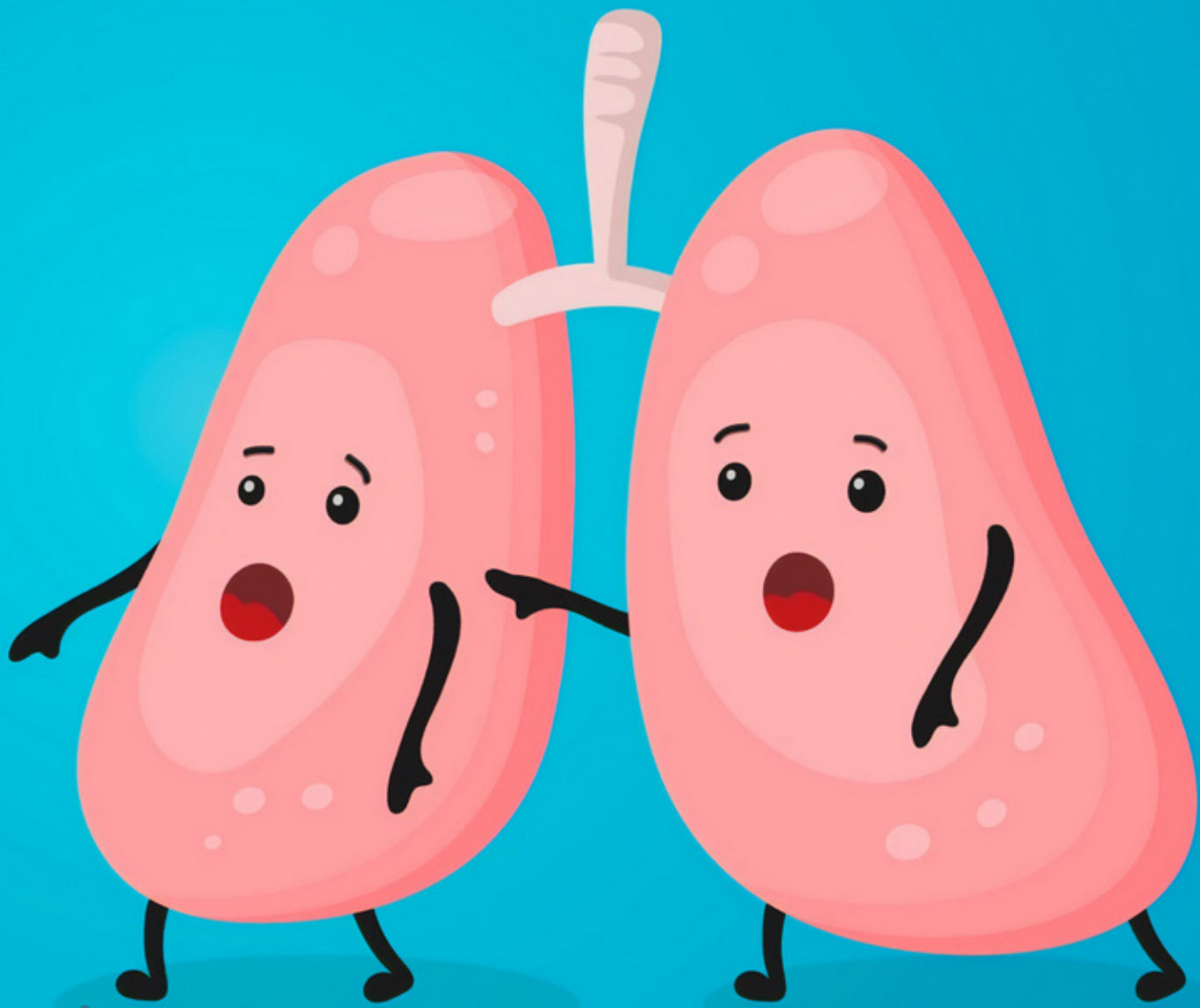
من بزرگ و سنگین هستم. نمی‌توانم برای
مدت زیادی در هوا بمانم.

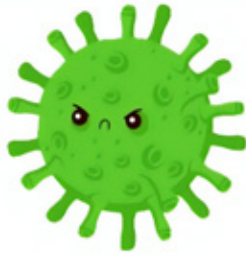




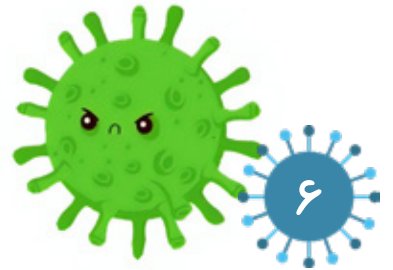
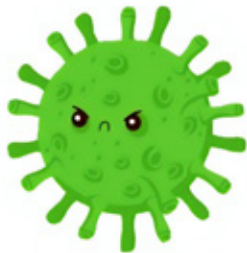
هدف من این است که انسان‌ها را مبتلا به
کنم و شش‌های آن‌ها را دچار مریضی کنم تا
توانند نفس بکشند.







روش پخش شدن من بین آدم‌ها اینطوری
است که وقتی فرد دیگری به من دست
می‌زند، به او می‌چسبم و وارد بدنش می‌شوم
و بعد، نفس کشیدن او را سخت می‌کنم.



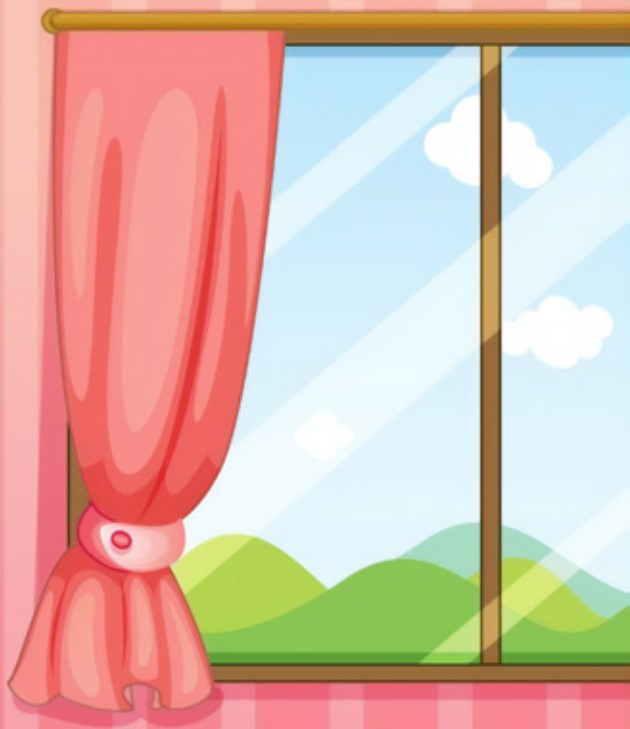
من می‌توانم تا ۵ دقیقه در هوا زنده بمانم.



و اگر وارد تی‌شرت، لباس یا دستمال کاغذی شما بشوم، بین ۸ تا ۱۲ ساعت در آن جا زنده می‌مانم.



اگر روی
دستگیره‌های در و
نرده‌ها بنشینم، بین
۷ تا ۸ ساعت در
آن جا زنده می‌مانم.



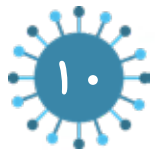
هنگامی که از پله‌ها بالاوپایین
می‌روید یا با مترو این‌ور و
آن‌ور می‌روید، من زودتر از شما
به آن جاها رسیده‌ام.

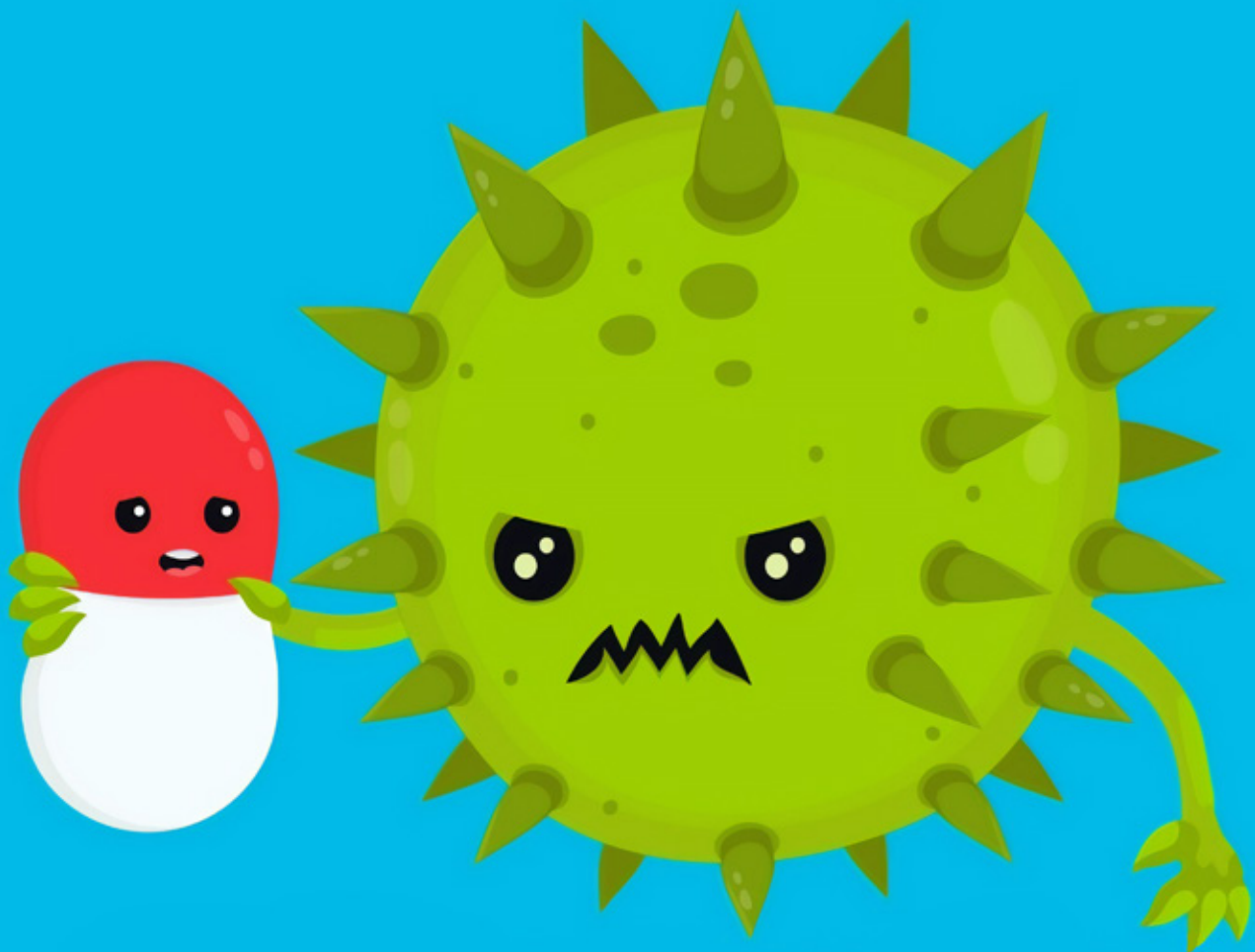


اگر من روی سطح میز باشم،



بین ۲۴ تا ۴۸ ساعت زنده می‌مانم و در هر جایی
که سرد باشد، می‌توانم تا یک ماه زندگی کنم.





همچنین، من نسل جدیدی از ویروس کرونا
هستم و هنوز داروی و واکسنی ندارم.



بهترین راه برای پیشگیری از ابتلا به من،
به کار بردن روش های زیر است:



دست های خود را مرتب با آب
و صابون بشویید.



غذاهای تازه بخورید.



هر نیم ساعت یک بار، نصف لیوان آب
بنوشید. برای جریان خون خوب است.



اگر امکانش هست، در آفتاب بمانید. نور آفتاب
می‌تواند ۴۶ نوع بیماری را از بین ببرد.



بینی خود را با آب و نمک شست و شو دهید تا
میکروب‌های آن کمتر شوند.



از خوردن شیرینی و شکلات کم کنید، چون گلوبول های سفید خون را تا شش ساعت از کار می اندازد و ایمنی بدن را دچار مشکل می کند.



از دست زدن به چشم‌ها و بینی و دهان خود
خودداری کنید، چون این بیماری می‌تواند
از راه دست منتقل شود. پس، قبل از
لمس کردن آن‌ها، دست‌ها را بشویید. آن هم
با آب و صابون



با فردی که بیمار است تماس نزدیک نداشته باشید.

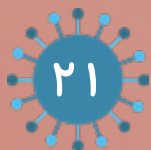


اگر سرفه می‌کنید یا آب‌ریزش بینی دارید،
حتماً ماسک بزنید.





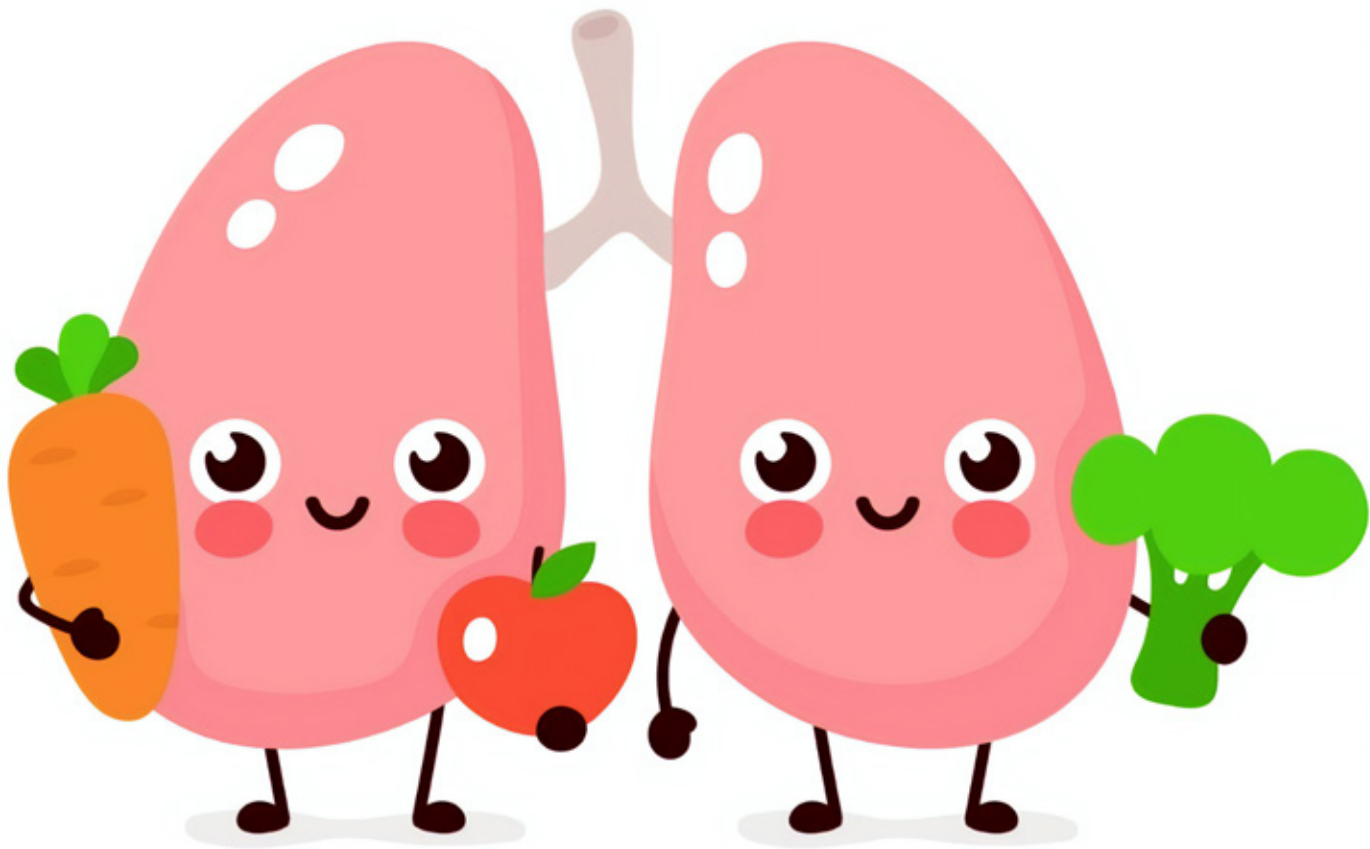
هنگام سرفه کردن یا عطسه زدن،
جلوی دهان خود را بگیرید.





در زمان همه‌گیری این بیماری، از رفتن بین مردم یا جاهای پرخطر خودداری کنید. اگر احساس سرماخوردگی یا نشانه‌های این بیماری را دارید، پیش پزشک بروید.





مراقب ریه‌های خود و جان خود باشید.



هنوز هم بهترین راه مبارزه با کرونا شستن
دستها با آب و صابون است



همگی در کنار هم و با کمک هم از این دوره
می‌گذریم و کرونا را شکست می‌دهیم.

