[کرونا وایروس څه شی دی؟]

کورنا وایروسونه د وایروسونو یوه لویه کورنۍ ده، چې په انسانانو او څارویو کې د ناروغیو سبب ګرځي. په انسانانو کې له ساه لنډي نیولې د منځني ختیځ تر تنفسي سنډروم میرس(MERS) او شدید تنفسي سینډروم (سارس) پورې د ګڼ شمیر جدي ناروغیو سبب کیږي. د کرونا دغه وروستی کشف شوی وایروس د COVID-19 په نوم د کرونا ناورغی سبب شو.

COVID-19 څه شی دی؟

کویډ۱۹ یوه ساري ناروغي ده، چې د وروستي کشف شوي کرونا وایروس له کبله رامنځ ته شوې. دغه نوی وایروس او ناروغي د ۲۰۱۹ کال په ډسمبر کې د چین په ووهان ښار کې تر خپریدو وړاندې نه وه پيژندل شوې.

د کویډ۱۹ نښې نښانې کومې دي؟

د کویډ۱۹ ترټولو عامې نښې تبه، ستړیا، او وچ ټوخی دی. ځینې ناروغان کیدلی شي سر درد، ځان درد، پرنجی، د ستوني درد ولري او پوزه یې وبهیږي. دغه نښې معمولي او تدریجي پیلیږي. ځینې کسان پر کرونا اخته شوي وي، خو هیڅ ډول نښې نه پکې ښکاري او ناسم احساس هم نه کوي. ډیر خلک (شاوخوا ۸۰ په سلو کې) له کوم ځانګړې درملنې پرته له دغې ناروغۍ روغ شویدي. په هرو ۶ کسانو کې پر کویډ۱۹ اخته یو کس شدید ناروغ شوی او د ساه کښلو ستونزې سره مخامخ شویدی. د پاخه عمر پرخلکو او هغو کسانو چې د شکرې، د وینې فشار او د زړه ناروغۍ لري دغه ناروغي سخته شوې. هغه کسان چې تبه، ټوخی لري او په سختۍ سره ساه اخلي باید تر روغتیایي درملنې لاندې ونیول شي.

خپریږی؟COVID-19په څه ډول

خلک کیدی شي له نورو چې په کویډ۱۹ وایروس اخته دي دغه ناروغي ترلاسه کړي. دغه ناروغي کیدی شي پر کویډ۱۹ اخته کس څخه بل شخص ته د وړو څاڅکو یا زرو پر مټ د خولې، پوزې یا سترګو له لارې د ټوخیدا یا پرنجي له کبله انتقال شي. دغه کوچني زرات د اشخاصو په شاوخوا کې پر شیانو او سطحو غورځیږي، وروسته نور کسان ددغو شیانو یا سطحو پرلمس کولود کویډ۱۹ وایروس اخلي او د خپلې خولې، پوزې او سترګو په لمس کولو سره پرې ککړیږي. انسانان پر کویډ ۱۹ د اخته کس له خولې او پوزې د را وتونکو زراتو په تنفس کولو سره په دغه وایروس اخته کیږي، د همدې لپاره له ناروغ کس څخه د یوه متر واټن لیرې والی مهم دی.

د روغتیا نړیوال سازمان د کویډ۱۹ وایروس پرخپریدو د څیړنو پر ارزونو بوخته ده او د راتونکو تازه پایلو شریکولو ته به دوام ورکړي.

ایا دغه وایروس چې د کوید۱۹ سبب کیږي د هوا له لارې انتقالیدی شي؟

ترنن ورځې شوې څیړنې ښیي، چې د کوید۱۹ وایروس اصلا د تنفسي زراتو یا له خولې او پوزې د راوتونکو څاڅکو د تماس له لارې لیږدي، نه د هوا له لارې. مخکینی ځواب وګورئ، چې " په څه ډول COVID-19 خپریږي؟"

ایا کوید۱۹ د هغه کس له لارې لیږدول کیږي، چې ددغې ناروغۍ هیڅ نښې نښانې ونه لري؟

ددغې ناروغۍ د خپریدو اصلي لار د اخته کس له تنفسي سیستم څخه راوتونکې ذرات دي، چې د بل کس تنفسي سیستم ته داخل شي. په ټوله کې له هغه کس څخه چې د کوید۱۹ ناروغۍ نښې ونه لري بل کس ته ددغه وایروس د لیږد امکانات بیخي کم دي. سره له دې چې پر کوید۱۹ ډیر اخته کسان ساده یا عادي نښې لري، په ځانګړي ډول د ناروغۍ په لومړیو پړاونو کې. خو ممکنه ده، چې د کوید۱۹ وایروس له هغه کس څخه در ورسیږي، چې د بیلګې په توګه عادي ټوخی ولري، خو د ناروغۍ احساس ونکړي. د روغتیا نړیوال سازمان د کوید۱۹ ناروغۍ د لیږد د پړاو په اړه د روانو څیړنو ارزونه کوي او په دې اړه به د تازه معلوماتو شریکولو ته دوام ورکړي.

ایا د کوید۱۹ وایروس، په ناروغۍ د یوه اخته کس سره په مخامخ کیدو رارسیږي؟

پرکوید۱۹ ناروغۍ د اخته کیدو خطر د یوه اخته کس له مخ څخه ظاهرا کم دی. په داسې حال کې چې لومړنیو څیړنو ښوولې، چې په ځینو پیښو کې کیدی شي وایروس د یوچا پرمخ پروت وي، خو په دې توګه د دې وایروس دخپریدو اصلي لار نه ده. د روغتیا نړیوال سازمان د کوید۱۹ ناروغۍ د لیږد د پړاو په اړه د روانو څیړنو ارزونه کوي او په دې اړه به د نویو معلوماتو شریکولو ته دوام ورکړي. ځکه چې دا یوخطردی، سره له دې چې دا په منظم ډول د لاسونو د وینځلو بل دلیل دی، چې تشناب ته له تلو وروسته او له خوراک دمخه باید ترسره شي.

د ځان د ساتنې او د ناروغۍ د لیږد لپاره څه کار ترسره کولی شم؟

د ټولو لپاره حفاظتي ګامونه

د کوید ۱۹ په اړه نوي معلومات چې د ملګرو ملتونو په ویبپاڼه او ستاسو د روغتیا په ملي او سیمه ییزو ادارو کې شتون لري، خبر اوسئ. په ټوله نړۍ کې په یوشمیر هیوادونو کې د کوید۱۹ پیښې شته او په یو ډیرشمیر نورو هیوادونو کې ډیر خپور شویدی. په چین او یوشمیر نورو هیوادونو کې چارواکي ددغه وایروس د خپریدو په درولو او یا کرارولو بریالي شویدي. سره له دې چې وضیعت د وړاندوینې وړ نه دی، په دې توګه په منظم ډول وروستي خبرونه تعقیب کړئ او وې اروزئ.

تاسو کولی شئ د یولړ احتیاطي ګامونو په اخیستلو سره په دغې ناروغۍ د اخته کیدو او یا نورو ته د کویډ ۱۹ د لیږد کچه کمه کړئ:

- په منظم ډول خپل لاسونه د الکول لرونکي پاکونکي مایع یا په صابون او اوبو سره ووینځئ، ځکه؟
- په صابون او یا عفونت ضد الکولي مایع مو د لاسونو وینځل هغه وایروسونه له منځه وړي، چې ممکن ستاسو په لاسونو کې موجود وي.
- له هغه کس سره د یومتر یا ۳ فټه واټن ساتل چې ټوخی یا پرنجی ولري. ولې؟ ځکه کله چې یوکس ټوخی یا پرنجی کوي، وړې قطرې د هغه له خولې یا پوزې په هوا کې خپریږي، چې کیدی شي وایروس ولري. که تاسو دغه کس ته ډیر نژدې وئ او دغه کس د کویډ۱۹ ناروغي ولري، نو تاسي به د کویډ۱۹ وایروس دغه کوچنی قطرې د ساه اخیستلو له لارې خپل بدن ته دننه کړئ.
- د سترګو، پوزې او خولې له لمس کولو ډډه وکړئ. ولې؟ ستاسو لاسونه د ورځې په اوږدو کې په ډیرو شیانو او سطحو لګیدلي او کیدی شي په دغه وایروس ککړ شوي وي. کله چې لاسونه ککړ شول کولی شي وایروس سترګو، پوزې او خولې ته ولیږدوي. له همدې کبله دغه وایروس کولی شي ستاسو بدن ته دننه او تاسو ناروغ کړي.
- ډاډمن شئ چې تاسو او ستاسو شاوخوا کسان، تنفسي حفظ الصحه رعایت کړي. په دې معنی چې د پرنجي او ټوخي پرمهال خپله خوله او پوزه په خپل څنګل او یا کاغذي دستمال پټه کړئ او له ګټې اخیستو وروسته کاغذي دستمال سمدلاسه باطله دانی ته وغورځوئ. ولې؟ ځکه چې د ټوخي او پرنجي کوچنی قطرې وایروس لیږدوي. د مناسبې تنفسي حفظ الصحې په مراعاتولو سره تاسو خپل شاوخوا خلک د ذکام، انفلونزا او کویډ۱۹ په څیر وایروسونو څخه ژغوري.
- که تاسو احساسوئ چې وضیعت مو ښه ندی په کور پاته شئ. که تبه او ټوخی لرئ او په سا کښلو کې ستونزه لرئ، د روغتیایي خدماتو په لټه کې شئ او ترهغه دمخه له ډاکټر سره په اړیکه کې شئ. د خپلو سیمه ییزو روغتیایي ادارو لارښوونې تعقیب کړئ. ولې؟ ځکه چې سیمه ییزې او ملي ادارې به په دې اړه تازه معلومات ولري. ډاکټر ته له مراجعې وړاندې له روغتیایي کارکونکو سره د اړیکي نیول به هغه ته ددې چانس ورکړي چې تاسو ته په چټک ډول د سم روغتیایي خدماتو د مرکز لارښوونه وکړي. دا چاره به همدارنګه له تاسو ساتنه وکړي او د وایروس او عفونت د خپراوي مخنیوی به وکړي.
- د کویډ۱۹ په اړه وروستي معلومات ولرئ. (ښارونه او هغه سیمې چې د کویډ۱۹ ناروغي پکې په پراخ ډول د خپریدو په حال کې ده.) که ستاسو عمر ډیر وي، یا د شکرې، زړه او سږو ناروغي لرئ، ترممکنې کچې دغو سیمو ته له سفر کولو ډډه وکړئ. ولې؟ ځکه چې تاسي په دغو سیمو کې پرکویډ۱۹ د اخته کیدو ډیرچانس لرئ.

د هغو کسانو لپاره حفاظتي ګامونه چې په هغه سیمه کې اوسیږي اویا یې په تیرو ۱۴ ورځو کې سفر ورته کړی چې د کویډ۱۹ وایروس پکې خپور دی.

- هغه لاربنووني چې پورته ذکر شوي تعقیب کړئ (د ټولو لپاره حفاظتي ګامونه)
- په کور کې په پاته کېدو سره ځان منزوي کړئ، که مو د نا خوښی احساس وکړ او ان د سردرد، ساده تبې (۳۷,۳ درجې د سانتیګراد او یا ترهغه پورته)، د پوزې کم بهیدلو په څیر خفیف علایم ولرئ، تر رغیدو پورې خپل ځان په کور کې قرنطین کړئ. که اړتیا وه، چې ستاسو د اړتیا وړ مواد درته برابر کړي او یا د خوراکي توکو د ترلاسه کولو لپاره بهرته دتلو اړتیا مو درلوده، د نورو د نه ککړیدو په موخه ماسک واغوندئ.

ولې؟ ځکه چې له نورو سره د تماس مخنیوی او روغتیایي مرکزونو ته نه تلل، دغو مرکزونو ته اجازه ورکوي چې په اغیزمن ډول کار وکړي او د کویډ۱۹ او نورو ویروسونو په وړاندې ستاسې او د نورو په خوندیتوب کې مرسته وکړي.

- که ستاسې تبه وه، ټوخی او تنفسي ستونزه مو درلوده، په عاجل ډول ډاکټر ته مراجعه وکړئ ځکه ممکنه ده، چې دغه ستونزې د تنفسي عفونت او یا نورو جدي حالاتو له کبله رامنځ ته شوې وي. ډاکټرانو ته له ورتګ وړاندې حتما له هغوی سره په اړیکه کې شئ او د خپلو وروستیو سفرونو او یا له مسافرو سره د خپلو اړیکو په اړه هغوی ته معلومات ورکړئ.

ولې؟ ډاکټر ته له تګ وړاندې اړیکه نیول، روغتیایي کارکونکو ته اجازه ورکوي، چې په چټک ډول تاسو سم روغتیایي مرکز ته رهنمایي کړي او همدارنګه د کویډ۱۹ او نورو وایروسونو د احتمالي خپریدا د مخنیوي په برخه کې مرسته وکړي.

[زه ترکومې کچې په کویډ۱۹ د اخته کیدو له ګواښ سره مخامخ یم؟]

د ناروغه کیدو ګواښ په دې پورې اړه لري، چې تاسو چیرته یاست او په مشخص ډول په هغه ځای کې چې تاسې ژوند کوئ ایا د کویډ۱۹ وایروس خپور شویدی؟

د ډیرو زیاتو خلکو لپاره په ډیرو سیمو کې پرکویډ۱۹ د اخته کیدو خطر لاهم ټیټ دی. سره له دې چې دم ګړی په نړۍ کې (ښارونه یا سیمې) شته چې دغه ناروغي پکې د پراخیدو په حال کې ده، خو هلته د اوسیدونکو خلکو یا له هغه ځایه د لیدونکو کسانو لپاره پرکویډ۱۹ د اخته کیدو خطر لوړ دی. دولتونه او روغتیایي بنسټونه د کویډ۱۹ د هرې مثبتې پیښې له کبله کلک ګامونه ترلاس لاندې نیسي. په سیمه ییزه کچه پر تګ راتګ یا ګرځیدو د هر ډول محدودیت، د ځای بدلول یا د لویو ناستو دترسره کولو په اړه لاربنووني باید په پام کې ونیول شي. ددغې ناروغی د کنټرول په موخه له هڅو سره همکارې، پرکویډ۱۹ ستاسو د اخته کیدو یا ددې وایروس د لا ډیر خپریدو خطر را کموي.

د کویډ۱۹ خپریدل د چین او یوشمیر نورو هیوادونو په څیر کیدی شي کابو او لیرد یې ودرول شي. له بده مرغه نوې هراړخیزه خپریدا کیدی شي په ډیرې چټکۍ سره رامنځ ته شي. خو دا مهمه ده، چې د هغه وضعیت په اړه پوه و اوسئ

چې پکې یاست او یا ور روان یاست. د روغتیا نړیوال سازمان په نړۍ کې د کویډ۱۹ د وضیعت په اړه هره ورځ نوي اطلاعات خپروي.

تاسو کولی شئ دغه اطلاعات په دغه ادرس ووینئ: https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/

آیا د کویډ۱۹ په اړه باید اندیښمن شم؟

د کویډ۱۹ د وایروس د عفونت له کبله د ستړیا احساس په مشخص ډول د ماشومانو او ځوانانو لپاره عموما خفیف دی. سره له دې چې دغه وایروس کولی شي د شدیدې ستړیا سبب شي: تقریبا له هرو ۵ اخته کسانو به ۱ په روغتون کې بستري کیدو ته اړتیا پیدا کړي. د همدې لپاره دا د خلکو لپاره طبعي ده، چې په دې اړه اندیښمن وي، چې کویډ۱۹ وبا کیدلی شي پردوی او ددوی پر دوستانو اغیز ولري.

موږ کولی شو د خپل ځان، خپلو خپلوانو او ټولنې د ساتنې په اړه اندیښنې د یو لړ ګامونو په اخیستلو سره لرې کړو. په دغو ګامونو کې لومړنی او ترټولو ښه ګام په منظم او بشپړ ډول د لاسونو وینځل او د تنفسي حفظ الصحې مناسب رعایت دی. په دویم پړاو کې، خبر اوسئ او پرتګ راتګ د هرډول محدودیتونو، سفر او غونډو په اړه د سیمه ییزو روغتیایي بنسټونو هرډول لارښوونې ومنئ.

د خپل ځان د ساتنې په اړه په دې لینک کې ډیرنور څه زده کړئ:

https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public

څوک په شدیدی ناروغۍ د اخته کیدو له ګواښ سره مخامخ دي؟

په داسې حال کې چې مونږ لا هم د کویډ۱۹ ناروغۍ د اغېزو په اړه زدې کړه کوو. خو پوخ عمر لرونکي او له وړاندې ناروغ خلک (لکه د لوړ فشار لرونکي لرونکي، د زړه ناروغان، د سږو ناروغان، د سرطان او یا هم د شکرې/دیابت ناروغان) د نورو په پرتله په دې ناروغۍ زیات اخته کیدی شي.

ایا انتي بایوتیک د کویډ۱۹ په مخینوی یا درملنه کې اغیزلري؟

نه، انتي بایوتیک د وایروسونو په مقابل کې اغیزنه لري، هغوی یوازې د باکتریایي ناروغیو په برخه کې اغیزمن دي. کویډ۱۹ د وایروس له کبله رامنځ ته کیږي، نو له همدې امله انتي بایوتیک پرې اغیز نه لري. او د کویډ۱۹ ناروغۍ د

درملني يا مخنيوي پرضد بايد انتي بايوتيک ونه کارول شي. انتي بايوتيک یوازې او یوازې د ډاکټر د لارښووني پراساس د عفوني باکتریاوو د درملني لپاره وکارول شي.

[ايا پرکویډ۱۹ د اخته کیدو د مخنیوي یا درملني لپاره کومه لاره شته؟]()

په داسي حال کي چي يولړ غربي، سنتي/دوديز يا کورني درمل ممکن د کویډ۱۹ ناروغۍ د علايمو د کموالي لپاره د تسکين او آرامۍ سبب شي، خو داسي هيڅ شواهد نشته، چي دغه درمل کولی شي ددغي ناروغۍ مخه ونيسي او يا يې درملنه وکړي. د روغتيا نړيوال سازمان، د کویډ۱۹ د درملني يا مخنيوي لپاره د انتي بايوتيکو په ګډون هيڅ ډول خپلسرو درملو د کارېدو وړانديز نکوي. پرهمدې مهال یوشمير کلنيکي ازمويني چي غربي او سنتي درمل پکي شامل دي په جريان کي دي. د روغتيا نړيوال سازمان به ددغو کلينيکي اطلاعاتو په محض تياريدو سره، نوي معلومات وړاندي کړي.

[آيا د کویډ۱۹ لپاره واکسين، دوا و يا درملنه شته ؟]()

لاتراوسه نه. تراوسه د کویډ۱۹ ناروغۍ د درملني يا مخنيوي لپاره هيڅ ډول واکسين يا د وايروس ضد درمل نشته. خو هغه کسان چي په دې وايروس اخته شويدي بايد ددغي ناروغۍ د علايمو د له منځه تلو په موخه ترڅارني لاندې ونيول شي. هغه کسان چي ناروغي يې سخته ده بايد بستري شي. ډير ښه شوي ناروغان له مرسته ورکونکو څارنو او تداويو څخه مننه کوي.

د درملني په موخه يوشمير مشخص درمل او احتمالي واکسينونه تر څيړنو لاندې دي. دغه لارې چارې د کلينکي ازموينوپه مټ ازمويل کيږي. د روغتيا نړيوال سازمان د کویډ۱۹ د درملني او مخنيوي لپاره د درملو او واکسينونو د جوړولو د هڅو د همغږي کولو په حال کي دی.

له کویډ۱۹ وايروس څخه د خپل ځان د ساتني لپاره ترټولو اغيزمني لارې په منظم ډول د لاسونو وينځل، د ټوخي يا پرنجي پرمهال پر څنګل يا کاغذي دستمال د خپلي خولې او پزې پټول او له هغو کسانو لږ ترلږه د يو متر(۳فوټه) واټن ساتل، چي ټوخيږي يا پرنجيږي. (د کرونا د نوي وايروس په مقابل کي د خونديتوب د ګامونو په اړه ډير دلته ولولئ: [(Basic protective measures against the new coronavirus)]()

[آيا کوید۱۹ د سارس په ډول دی؟]()

نه. هغه وايروس چي د کویډ۱۹ او هغه وايروس چي په ۲۰۰۳ کال کي د شديد تنفسي سنډروم (سارس) د رامنځ ته کيدو سبب شو، له جنيتيکي اړخه له يوه اوبل سره اړيکه لري، خو هغه ناروغۍ چي ددې وايروسونو له کبله رامنځ ته کيږي له يوه اوبل څخه بيخي توپير لري.

سارس له کویډ۱۹ څخه ډیر وژونکی، خو لږ پراخیدونکی وو. له ۲۰۰۳ کال را پدیخوا په نړۍ کې د سارس هیڅ ډول خپریدل نه دي لیدل شي.

آیا د خپل ځان د ساتنې لپاره باید ماسک واغوندم؟

یوازې هغه مهال ماسک واغوندئ، چې د کویډ۱۹ ناروغۍ علایم/نښې (په خاص ډول ټوخی) درکې ولیدل شول او یا پرکویډ۱۹ له اخته کس څخه د ځان ساتنې لپاره یې واچوئ. یو ځل کاریدونکي ماسکونه یوازې یوځل د کاریدو وړ دي. که تاسو ناروغ نه یاست او یا له ناروغ کس څخه ساتنه نکوئ، تاسو یوماسک خوشې مصرفوئ. دم ګړۍ نړۍ د ماسکونو له کموالي سره مخامخ ده، د همدې لپاره د روغتیا نړیوال سازمان له خلکو غواړي، چې له ماسکونو په عاقلانه ډول ګټه پورته کړي.

د روغتیا نړیوال سازمان د ګرانبیه منابعو د غیر ضروري مصرف او د ماسکونو د ناسمې کارونې د مخنیوي سپارښتنه کوي، چې له روغتیایي ماسکونو منطقي استفاده ترسره شي. (له ماسکونو د ګټې اخیستو په اړه ډیر جزییات دلته ولولئ)

له کویډ۱۹ وایروس څخه د خپل ځان د ساتنې لپاره ترټولو اغیزمنې لارې په منظم ډول د لاسونو وینځل، د ټوخې یا پرنجې پرمهال پر څنګل یا کاغذي دستمال د خپلې خولې او پزې پټول او له هغو کسانو لږ ترلږه د یو متر(۳فوټه) واټن ساتل، چې ټوخیږي یا پرنجیږي. (د کرونا د نوي وایروس په مقابل کې د خوندیتوب د ګامونو په اړه ډیر دلته ولولئ:

basic protective measures against the new coronavirus

په څه دول ماسک واغوندو، څه ډول ماسکو وباسو او څه ډول یې لیرې وغورځوو؟

1. په یاد ولرئ، چې ماسک باید یوازې د روغتیایي کارکونکو، روغتیا پالونکو او هغو کسانو لخوا وکارول شي چې د تبې او ټوخې په څیر تنفسي علایم ولري.
2. مخکې له دې چې ماسک لمس کړئ خپل لاسونه په پاکونکي محلول یا صابون او اوبو سره ښه پاک کړئ.
3. ماسک را واخلئ او ښه وګورئ چې سورى یا څیرې نه وي.
4. وګورئ چې کومه خوا یې مخ پورته باید ونیول شي (هغه ځای چې فلزي ټوټه پرې نښتې ده).
5. په مناسب ډول بهر خواته د ماسک له څرنګوالي ځان ډاډمن کړی (د ماسک رنګین اړخ).
6. ماسک پرخپل مخ ولګوئ. فلزي یا پورتنې برخې ته یې فشار ورکړئ چې ماسک ستاسو د پزې قالب ته ځان برابر کړي.
7. ماسک کښته کش کړی چې ستاسو خوله او زنه وپوښي.

8. له ماسک څخه ترګټي اخيستني وروسته هغه وباسئ، خو په داسي حال کې چې د ماسک بهرنۍ ککړه شوې برخه له خپلو جامو او صورت څخه له لمس کيدو يا نښليدو ليرې ساتئ، د خپلو غوږونو له شا څخه يې کشک بهر کړئ.
9. ماسک له ګټي اخيستو سملاسي هغي باطله دانۍ ته وغورځوئ چې سرپوښ ولري.
10. له ماسک سره تر تماس او د هغه له غورځولو وروسته مو لاسونه په پاکونکي الکولي محلول پاک کړی او که مو د لاسونو ککړوالی جوت وي نو په اوبو او صابون يې ووينځئ.

د کويډ۱۹ د ودی يا معلوميدو دوره څو ورځې ده؟

د کويډ۱۹ وايروس د ودي يا ظاهريدو دوره پروايروس د ککړيدو او د ناروغۍ د نښو د ښکاريدو ترمنځ وخت څخه عبارت دی. ډير اټکل دا دی، چي د کويډ۱۹ ناروغۍ د ودي موده له ۱ تر ۱۴ ورځو ده، ډيره عامه دوره يې شاوخوا پنځه ورځې ده. دغه اټکلونه کيدی شي د تازه معلوماتو په راتلو سره نوي شي.

آيا انسانان کولی شی ديوی حيوانی منبع څخه په کويډ۱۹ اخته شي؟

د کرونا وايروسونه، د وايروسونو يوه لويه کورنۍ ده، چي په څارويو کي رايج ده. ځيني وخت انسانان په دغو ويروسونو اخته کيږي او ممکن هغه نورو انسانانو ته وليږدوي. د بيلګي په توګه د سارس ويروس په يوي پيشو پوري اړه درلوده او د مارس ويروس د اوښ په مټ ليږدول شوی دی. داچي کوم ډول ځناور د کويډ۱۹ ويروس د ليږد سبب شوی تراوسه نه دی تاييد شوی.

د خپل ځان د ساتني لپاره د بيلګي په توګه کله چي د څارويو بازار ته ورځئ، له څارويو سره د مستقيم تماس او هغو شيانو سره چي له څارويو سره په تماس کي دي ډډه وکړئ. په خوړو کي د حفظ الصحي مسايل رعايت کړئ. له خامي غوښي، شيدو او د څارويود بدن له غړو سره په تماس کي محتاط اوسئ، چي د خامو خوړو له ککړيدو مخنيوی وشي او د حيواني محصولاتو او خوړو څخه ډډه وکړئ.

آيا امکان لري، چي کويډ۱۹ له کورنی حيوان څخه ماته سرايت وکړي؟

- موږ دداسي مواردو په اړه معلومات لرو چي کورني او نور حيوانات په کويډ۱۹ د اخته ناروغ له لارې په دې وايروس اخته شويدي..
- په داسي حال کي چي په ټوله نړۍ کي د حيواناتو د روغتيا لپاره نړيوال بنسټ د يوبين الحکومتي بنسټ په توګه ټونه د حيواناتو د روغتيايي وضيعت د ښه والي مسوول دي، د حيواناتو د روغتيا اړوند اختصاصي مسايلو په اړه تخنيکي لارښووني وړاندې کوي چي دغه لارښووني وترنري او تخنيکي خدماتو ته ځانګړې شويدي. (د ازموينو او قرنطين په ګډون)

- دا امکان هم شته چې ځیني حیوانات په دغه وایروس له ککړو انسانانو سره د نژدې تماس له لارې په دې وایروس ککړشي. خو داچې ایا کورني او نور حیوانات ددغې ناروغی د لیږد عامل کیدی شي ډیرو شواهدو ته اړتیا ده.
- د اوسنیو شواهدو پراساس، د وایروس اصلي محرک له انسان څخه انسان ته لیږد دی.
- تراوسه لا وختي ده، چې ووایو چې ایا پیشوګاني کیدی شي د کویډ۱۹ د لیږد متوسط کوربانه وي.

[ویروس ترڅه وخته د اشیاو په سطحه باقي پاته کیږي؟]

دا چې د کویډ۱۹ ویروس ترکوم وخته کولی شي د یو شي پرسطحې ژوندی پاته شي، معلومه نده، خو داسې ښکاري، چې لکه د کرونا د نورو ویروسونو غوندې عمل کوي. ځیرني ښيي، چې د کرونا ویروسونه (د کروناپه اړه د لومړنیو معلوماتو په ګډون) ممکن له څو ساعتونو ترڅو ورځو د شیانو پرسطحې پاته شي او په مختلفو حالاتو کې (د بیلګې په توګه د سطحې ډول، تودوخې او مرطوب محیط ته په کتو سره) توپیر ولري.

که تاسو فکر کوئ چې یوه سطحه ککړه شوې، هغه په ساده عفونت ضد مادې سره پاکه کړئ چې ویروس یې له منځه یوسئ او د خپل ځان او نورو ساتنه وکړئ. لاسونه مو د لاسونو په پاکونکي الکول لرونکي محلول سره پاک کړئ او یا یې په اوبو او صابون سره ووینځئ او له سترګو، خولې او پوزې سره له تماسه ډډه وکړئ.

[آیا له هغې سیمې چې د کویډ۱۹ ناروغۍ ریوټ ترې ورکول شوی د یوی بستې ترلاسه کول خوندي دي؟]

هو، دا چې پر دغې ناروغی یو اخته کس دې سوداګریز توکی ککړ کړي احتمال یې کم دی او له دغه تجارتي بستې څخه چې را لیږدول شوې، سفر یې کړی او د مختلف وضیعت او تودوخې سره مخامخ شوی د کویډ۱۹ ویروس د اخیستو خطرهم کم دی.

[آیا داسې کوم څه شته چې زه یې باید ترسره نکړم ؟]

لاندې ګامونه د کویډ۱۹ په وړاندې اغیزمن ندي او کیدی شي مضر وي:

- سګرټ څښل
- د څو ماسکونو اغوستل
- له انتي بایوټیکو ګټه اخیستل (په دې اړه د لا زیاتو معلوماتو لپاره لسمي پوښتني ته مراجعه وکړئ : (ایا په کویډ۱۹ د اخته کیدو یا مخنیوي لپاره درمل یا کومه لاره شته؟)

په هرحالت کې که تاسو تبه لرئ، ټوخيږئ او په سا کښلو کې ستونزه لرئ، په یوه شدید عفونت د اخته کیدو د خطر د کموالي په موخه روغتیایي پاملرونو ته مخه کړئ او حتما مو د خپلو وروستیو سفرونو تاریخچه له روغتیایي کارکونکو سره شریکه کړئ.

آیا د کویډ۱۹ لامل د کرونا ویروس منبع پیژندل شوی؟

دمګړی د سارس کرونا۲ ویروس منبع، د کرونا ویروس چې د کویډ۱۹ ویروس عامل شو مشخص ندی. ټول موجوده شواهد ښیي چې د سارس کرونا ۲ ویروس طبعي حیواني ریښه لري او جوړ شوی ویروس ندی. د سارس کرونا۲ ویروس اصلي ریښه په قوي احتمال په چرمي شوپرکو کې ده. سارس کرونا۲ وایروس په هغې جنیټیکي ډلې پورې اړه لري، چې د سارس کرونا وایروس او یوشمیر نور د کرونا وایروسونه چې دچرمي شوپرکو له نفوسو جلاشوي دي. د مارس کرونا وایروس هم په همدې ډلې پورې اړه لري، خو لږ نژدې اړیکي سره لري.

لومړنی انسان څه ډول په سارس کورنا ۲ ویروس اخته شو؟

پرکویډ۱۹ لومړنی اخته کس د چین په ووهان ښار کې د ۲۰۱۹ کال په دسمبر کې وپیژندل شو. خو دا ممکنه نده، چې اوس په دقیق ډول وویل شي، چې څه ډول انسانان په چین کې په ساری-کرونا-۲ اخته شول.

سره له دې چې سارس- کرونا، هغه وایروس چې په ۲۰۰۳ کال کې د سارس د خپریدو عامل شو، له یوه حیوان څخه (وحشي پیشو) انسان ته ولیږدیده او وروسته په انسانانو کې خپور شو، دې ورته تصور کیږي، چې سارس-کرونا-۲ له دغه ډول حصار څخه اوښتی او په پیل کې یې انسانان پرې اخته کړل، خو په قوي احتمال د یوه منځګړي یا دریمګړي په واسطه، چې د نورو ډولونو یو حیوان دی او په ډیر احتمال چې د انسانانو لخوا تري ګټه پورته کیږي، لیږدول شویدی. دغه حیوان کیدی شي اهلي، یا وحشي او یا اهلي شوی وحشي حیوان وي چې تراوسه ندی پیژندل شوی.

ترهغه چې د وایروس منبع پیژندل کیږي او بیا کنټرولیږي، د انسانانو په منځ کې ددغه وایروس بیرته راګرځیدل او د هغه د بیاخپریدو خطر چې اوس یې تجربه کوو شته دی.

آیا کویډ۱۹ د هوا له لاری لیږدول کیږي؟

د کویډ۱۹ ویروس، اصلا د هغو قطرو(څاڅکو) له لارې انتقالیږي، چې پردغه وایروس یو اخته کس وټوخیږي، وپرنجیږي او یا خبرې وکړي. دغه ذرات ډیر زیات او په هوا کې خپریږي او په چټکی سره د هرڅه پرسر یا سطحې را غورځیږي.

که تاسو پردغه وایروس د اخته شوي کس په یو متری کې یاست او هغه وپرنجیږي، یا وټوخیږي او یا خبرې وکړي نو تاسو کیدی شي د هغه له خولې په راوتونکو زراتو د تنفس له کبله پردغه وایروس اخته شئ او یا بې له دې چې لاس ووینځی دهغې سطحې یا شي له لمس کولو وروسته چې دغه وایروس پرې پروت دی تاسو خپلې خولې، سترګو او یا پوزې ته لاس وروړئ.