

۷ باور غلط و خطرناک درباره واریانت دلتا

۱- کرونا گرفتم ، با خانه ماندن و استراحت خوب میشم.

- ✓ در درمان کرونا زمان بسیار مهم است.
- ✓ هرچه قدر دیر تر به پزشک مراجعه کنید کار سخت تر می شود.
- ✓ از خود درمانی و کمک گرفتن از افراد غیر پزشک خودداری کنید.

۲- من که کرونا گرفتم و خوب شدم ،دیگه ماسک لازم نیست.

- ✓ پس از بهبودی کامل نیز ممکن است شما در برخورد دوباره با ویروس ناقل شوید.
- ✓ حتما در هر شرایطی ماسک بزنید.

۳- واکسن زدم پس کرونا نمی گیرم.

- ✓ افراد واکسینه هم باید به طور کامل نکات بهداشتی را رعایت کنند زیرا احتمال ابتلا وجود دارد.

۴- من که علائمی ندارم پس ناقل نیستم.

- ✓ ممکن است در اوایل بیماری باشید و هنوز علائم شروع نشده باشد اما می توانید ویروس را منتقل کنید.

۵- در فضای آزاد نیازی به زدن ماسک نیست .

- ✓ در صورتیکه فردی در فاصله کمتر از ۲ متر شما می باشد باید ماسک بزنید.

۶- تست Pcr دادم منفی شده پس کرونا ندارم.

- ✓ ممکن است در روزهای ابتدایی ابتلا جواب تست منفی کاذب شود .
- ✓ با داشتن علائم به پزشک مراجعه نمایید.
- ✓ قرنطینه را رعایت نمایید.

توصیه های مهم متخصصان راه مقابله با واریانت دلتا

- ✓ به هیچ عنوان ماسک را بر ندارید ،ماسک به تنهایی کافی نیست.
- ✓ فاصله حداقل یک و نیم متری را رعایت کنید.
- ✓ نزدیک کسی که ماسک ندارد نشوید
- ✓ با شروع علائم حتی آبریزش بینی خودتان را برای احتیاط قرنطینه کنید.
- ✓ اگر علائم سرما خوردگی دارید با پزشک متخصص مشورت کنید و اجازه ندهید علائم شدیدتر شود
- ✓ با تغذیه مناسب و ورزش سیستم ایمنی خودتان را قوی نگه دارید.
- ✓ اگر بیماری زمینه ای دارید اجازه ندهید از کنترل خارج شود.