

دسترسی به پزشک ندارم ..

میتروسم برم بیمارستان

— . a s m a i . —

حس میکنم علائم کرونا رو هم دارم

چیکار کنم که حالم بهتر بشه
و بیماری از فرم خفیف به شدیدتر تبدیل نشه ..

این مطالب صحبتای یه پرستار هست
که ممکنه تو این روزا به دردتون بخوره ..
شما هم میتونید با بقیه به اشتراک بذارید ..



تب دارم ..

درمان



قرص استامینوفن ۵۰۰ هر ۸ ساعت

در صورت تب شدید نیز میتوان
هر ۶ ساعت استفاده شود ..

.asmai.

asmai .
قرنطینه در افراد مختلف

فرم خفیف بیماری : ۱۰ روز

فرم مقداری شدیدتر : ۱۴ روز

بستری بیمارستان : ۲۱ روز

..asmai..
حس بویایی و چشایی ندارم..

درمان



۱. قرص امگا ۳ روزی یک عدد

۲. پماد ویتامین A

روزی دوبار جلوی سوراخ بینی

۳. بوییدن و چشیدن مواد تحریک کننده بویایی

و چشایی مانند لیمو ترش

بی حال و نا ندارم

درمان



— . a s m a i . —
آمیول نوروبیون

بسیار عالی و موثر
یک بار در هفته

بدن درد دارم
و بدنم خیلی کوفته ست
asmai

درمان



قرص ناپروکسن ۵۰۰ هر ۸ ساعت

asmai . _
ریفلاکس و سوزش معده

درمان



قرص فاموتیدین ۲۰ میلی هر ۱۲ ساعت

در جدیدترین تحقیقات

قرص فاموتیدین

اثرات ضد ویروسی نشان داده است ..

همانطور که میدانید علائم مهم کرونا عبارتند از :

تب .. بدن درد .. اسهال .. سوزش معده ..
مشکلات بویایی و چشایی
سرفه .. تنگی نفس و ..

— . a s m a i . —

برابر با بروز ترین مقالات علمی
و اجماع نظر اکثر پزشکان کشور
میخواهیم ببینیم که برای درمان چه باید کرد ؟!

طبق مطالعات

تا دو ماه بعد از کرونا برخی علائم مانند
سرفه ، بدن درد ، کوفتگی ، ضعف
بصورت ON و OFF

یعنی یک روز خوب یک روز بد
ممکن است ادامه داشته باشد ..
که طبیعی است و جای نگرانی نیست ..

_ . a s m a i . _

همچنین طبق تحقیقات محققان انگلیسی
از هر ۲۰ نفر ، یک نفر دچار LONG COVID
یا همان سندرم کووید طولانی می شود ..

یعنی ممکن است ۲ الی ۳ ماه
علائم برقرار باشد که داشتن این علائم
دلیل بر فعال بودن ویروس نیست !

سرفه دارم

_. a s m a i . _

درمان



۱. شربت دیفین هیدرامین

یا

۲. شربت دگسترومتورفان

یا

۳. شربت برم هگزین

فیزیوتراپی تنفسی هم انجام بدین
یک دم عمیق ، ۵ ثانیه نگه دارید
و سپس یک بازدم عمیق

چندین بار در روز

اسهال شدید دارم ..



۱. قرص لوپرامید ۴ روز اول

۲. پودر ORS و مصرف مایعات به مقدار زیاد

تحقیقات اخیر نشان می دهد
داکسی سایکلین بهتر از آزیترومایسین
جواب داده است ..

. a s m a i .
داکسی-سایکلین ۱۰۰ میلی
روزی یک عدد

● داکسی سایکلین در بارداری منع مصرف دارد
و همان آزیترومایستین را میتوان جایگزین کرد ..
(با معده پر مصرف شود)

چه موقع به بیمارستان مراجعه کنید؟!

اگر با تمامی این درمان ها حال شما بهتر نشد ..

اگر تب شما همچنان ادامه داشت ..

اگر به تنگی نفس شدید دچار شدید ..

اگر هر روز ^{asmai} علائم جدیدتری بروز کرد
و حالتان نسبت به روز قبل بدتر شد ..

اگر احساس سرگیجه و سبکی سر پیدا کردید ..

اگر اندام های شما به کبودی دچار شدند ..

اگر درد قفسه سینه شما تشدید شد ..

کادر زحمتکش درمان

این روزها به شدت درگیر هستند ..

لطفاً با مراجعه بی مورد برای آنها خستگی ایجاد نکنیم ..

مصرف این دو نیز مفید گزارش شده است ..

۱. ویتامین D3
با دوز مصرف هزار تا دو هزار واحد در روز

۲. قرص زینک ۵۰ تا ۷۵ میلی در روز

— . a s m a i . —



1/7

علائم

علامت های شایع این روزها:

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

بدن درد (کمرد 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

2/7

اگر علائم تیپیک 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

طبی ترین تست: PCR

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

۱/

۳

3/7

تست

اما تست ها رو مرور می کنیم یک به یک

CBC

۲ /

خوب دقت کنید:

دوتا 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

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

۳ /

نکته: ممکنه یکی از موارد فوق

رو ببینیم ولی فرد مبتلا باشه



علائم خطرناک

4/7

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

5/7

تک به تک داروها رو مرور کنیم:

ناپروکسن ۵۰۰ هر ۸ ساعت
استامینوفن ۵۰۰ هر ۶ ساعت

تب، درد و التهاب

دکسترومتورفان یا دیفن
هیدرامین هر ۶ ساعت

سرفه

داکسی سایکلین ۱۰۰ میلی گرم
روزانه یک عدد

ضد ویروسی

فاموتیدین ۴۰ میلی گرم هر
۱۲ ساعت یک قرص

گوارشی

9

6/7

درمان

تک به تک دارو ها رو مرور کنیم:

بی 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 پزشک



جمع بندی

7/7

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 رو بدیم، شما هم به شدت مراقب باشید..