



عوارض دراز مدت COVID-19

27 ژوئن 2022

بیشتر افرادی که به COVID-19 مبتلا می شوند برای مدت کوتاهی علائمی را نشان خواهند داد و بعد طی چند هفته خوب خواهند شد. زمانی که برای بهبود از بیماری COVID-19 لازم است، برای هر فردی متفاوت است. این بستگی به این دارد که شما چقدر با COVID-19 بیمار شده اید. این همچنین می تواند به این بستگی داشته باشد که آیا شما شرایط سلامتی دیگری هم دارید یا نه.

بعضی از افرادی که به COVID-19 مبتلا می شوند، مشکلات سلامتی دراز مدتی را تجربه می کنند. بعضی مواقع COVID-19 باعث می شود که فرد مبتلا چندین ماه پس از بیماری اولیه احساس ناخوشی کند. به این "کووید طولانی" می گویند. کووید طولانی می تواند هفته ها و ماههای زیادی طول بکشد، حتی پس از آنکه فرد دیگر ویروس را ندارد.

کووید طولانی به احتمال زیاد در افرادی وجود دارد که COVID-19 شدید داشته اند. بهرحال، حتی افرادی که عفونت خفیف COVID-19 داشته اند و نیازی به مراجعه به بیمارستان نداشته اند، هنوز می توانند کووید طولانی بگیرند.

علائم کووید طولانی

کووید طولانی می تواند طیف گسترده ای از علائم را ایجاد کند و ممکن است همه را به یک شیوه مشابه تحت تأثیر قرار ندهد. علائم می توانند پس از عفونت ادامه پیدا کنند یا پس از اینکه فرد از COVID-19 بهبود می یابد، دوباره عود کنند.

شایع ترین علائم و شرایط گزارش شده شامل زیر هستند:

- خستگی
- مشکل در تنفس
- سرفه مداوم
- درد قفسه سینه
- درد مفاصل

- نداشتن انرژی کافی برای ورزش
- تب
- سردرد
- مشکلات حافظه و مشکل در فکر کردن واضح ("مه مغزی")
- افسردگی یا اضطراب.

جلوگیری از کووید طولانی

بهترین راه برای جلوگیری از COVID-19 طولانی محافظت از خودتان در برابر آلوده شدن به ویروس COVID-19 است.

واکسیناسیون بهترین راه برای کاهش دادن خطرات COVID-19 است.

پژوهش ها نشان می دهد افرادی که در برابر COVID-19 واکسینه شده اند، نسبت به افرادی که واکسینه نشده اند کمتر احتمال دارد علائم طولانی مدت را گزارش کنند.

برای اطلاعات بیشتر

اگر بیش از چند هفته پیش تست COVID-19 شما مثبت شده است و هنوز احساس مریضی دارید، با پزشک تان صحبت کنید.

برای اطلاعات بیشتر، به health.gov.au/covid19-vaccines-languages مراجعه کنید، یا با National Coronavirus Helpline به شماره 1800 020 080 تماس بگیرید. برای خدمات ترجمه رایگان، گزینه 8 را انتخاب کنید.