

Najczęstsze mity na temat koronawirusa

Podobnie jak koronawirus, zwany też COVID-19, rozprzestrzenił się po całym świecie, tak i wiele nieprawdziwych informacji na jego temat zalewa internet.

MIT 1: Koronawirus może zaszkodzić tylko osobom starszym, a nie młodym

Seniorzy są bardziej narażeni na ciężki przebieg choroby - podobnie jak osoby z chorobami towarzyszącymi, takimi jak choroby serca, płuc czy cukrzyca.

Jednak osoby w KAŻDYM wieku muszą robić wszystko, aby zabezpieczyć się przed tym groźnym wirusem. Badanie opublikowane w New England Journal of Medicine pokazało, że większość nieciężkich przypadków – 60% - dotyczyło nastolatków i osób stosunkowo młodych, od 15 do 49 roku życia.

Co więcej, stosowanie środków zabezpieczających jest istotne również z tego powodu, aby nie narażać osób z wyższej grupy ryzyka i ochronić je przed zarażeniem wirusem...

Co najmniej 20% populacji jest w grupie ryzyka. A jeśli będziesz zarażony, zarazisz następne 3 osoby – statystyka pokazuje, że przeciętny chory zaraża 2-3 osoby – grozi to więc tym, że przekażesz wirus komuś, dla kogo będzie on śmiertelny.

Najlepszymi metodami zapobiegania zarażeniu się wirusem jest częste mycie rąk, izolowanie się społecznie i mycie często używanych powierzchni.

Mit 2: Antybiotyki mogą leczyć infekcję koronawirusową i jej zapobiegać

Antybiotyki stosuje się tylko w przypadku zakażenia bakteryjnego, a NIE wirusowego. A jak wiesz, COVID-19 to wirus.

Ta plotka wzięła się prawdopodobnie stąd, że niektórzy pacjenci w szpitalach, u których stwierdzono infekcję koronawirusem, otrzymują antybiotyki...

Widzisz, według Światowej Organizacji Zdrowia możliwe są koinfekcje wraz z COVID-19 i właśnie w celu ich zwalczania podaje się antybiotyki. Samej infekcji

wirusowej nie leczy się antybiotykami.

Mit 3: Spryskiwanie ciała chlorem i alkoholem zabija wirusa.

TO NIEPRAWDA. W rzeczywistości spryskiwanie ciała chlorem i alkoholem może być szkodliwe, jeśli te preparaty dostaną się do oczu lub ust. Lepiej stosuj je do dezynfekcji powierzchni w domu.

Mit 4: Gorąca kąpiel pozwala uniknąć zarażenia się COVID-19

Ta plotka prawdopodobnie wzięła się stąd, że koronawirus ginie zarówno w niskich jak i wysokich temperaturach. Jednak to NIEPRAWDA.

Widzisz, temperatura Twojego ciała pozostaje w miarę stabilna nawet gdy bierzesz gorącą kąpiel, więc robiąc tak, prędzej się poparzysz niż zabijesz wirusa.

Mit 5: COVID-19 to taka sama choroba jak grypa

Podczas gdy rzeczywiście infekcja koronawirusem MA podobne symptomy do grypy: jak ból mięśni, gorączka i kaszel – to NIE JEST ta sama choroba. COVID-19 ma poważniejszy przebieg niż grypa.

Mit 6: Wszyscy umrzemy z powodu koronawirusa

To całkowita nieprawda. Koronawirus jest śmiertelnie groźny tylko dla niewielkiego odsetka osób. W ostatnim raporcie Chińskie Centrum Kontroli Chorób szacuje, że w 80,9% przypadków choroba miała łagodny przebieg.

I jak wcześniej wspominałam – są drobne, ale bardzo istotne kroki, które możesz podjąć, aby zapobiec rozprzestrzenianiu się koronawirusa.

1. Stosuj się do zasad dystansu społecznego. Unikaj bliskich kontaktów z osobami, które z Tobą nie mieszkają, unikaj miejsc publicznych i staraj się jak najmniej dotykać różnych powierzchni.
2. Regularnie myj ręce mydłem przez co najmniej 20 sekund. Proponuję śpiewać "Sto lat" podczas tej czynności, aby upewnić się, że wyszorujesz je dokładnie.
3. Stosuj spreje do czyszczenia i dezynfekcji na często dotykanych powierzchniach, takich jak m.in. blaty, laptopy, piloty, telefony itp.