

## در زمینه کرونا یکم از شایعات دور شویم :

۱- اول از همه ماسک معمولی که شما از داروخونه میخرین (حتی اون فیلتردار معمولیا) کاربرد بسیار کمی داره برای اینکه ویروس در سایز نانومتر هست و ازش عبور میکنه پس نزنین. چون اگه شما اون ماسک رو هر ۲ ساعت تعویض نکنین محیط مرطوب درست میکنین برای رشد باکتری.

۲- بیماری ویروسی با آنتی بیوتیک درمان نمیشن ویروس موجود زنده نیست و آنتی بیوتیک همونطور که از اسمش معلومه ماده ضد حیات هست و ویروس ازش تاثیر نمیگیره. شما زمان سرماخوردگی آنتی بیوتیک مصرف میکنین چون بعد از حمله ویروس باکتری های فرصت طلب بهتون حمله میکنن. پس نبندین خودتون رو به قرص.

۳- خوردن سیر، پیاز، پیازچه و دود کردن اسفند کاملا بیفایده هست. چون همونطور که گفتیم ویروس موجود زنده نیست و از مواد آنتی بیوتیک طور تاثیر نمیگیره.

۴- ویروس کرونا و خیلی از ویروس های دیگه بدنه ای از جنس لیپید (یه جور چربی طبیعی) دارن که با مواد شوینده از بین میره. بدون این بدنه از کار میوفتن برای همین شستن دست و صورت و وسایل با مواد شوینده ساده مثل صابون و یا مواد ضد عفونی کننده ویروسی کاملا از کار مینداز توشون.

۵- نمک روی این ویروس بی تاثیر، نمک رو شما باهش میتونین باکتری ها رو بکشین چون مایع سلولیشن رو میکشه بیرون و خشک میشن اما ویروس مایع سلولی نداره.

۶- از کرونا بیش از حد نترسید اگر که سالم هستین. این ویروس از ویروس آنفولانزای موجود در حال حاضر کشنده تر نیست.

در واقع این ویروس افراد در خطر که این بیماری ها رو دارن رو از پا در میاره:

دیابت

آسم

خود ایمنی ها مثل MS

سرطانی ها

افرادی که مشکلات قلبی عروقی دارن

پیر ها و ...

۷- به سیستم ایمنی بدن اعتماد کنید. سیستم ایمنی انسان ۱۰ به توان ۱۰ سلول ایمنی حرفه ای داره که هر کدوم فقط به یه ویروس یا باکتری و... حمله میکنن. سیستم ایمنی بعد از کشف ویروس چند روزی شروع میکنه به تولید لشکر و بعد به این ویروس حمله میکنه. آدم سالم معمولا با رعایت درمان میشه خودش.

۸- به دلیل نامعلومی بچه های کوچک کرونا توشون به شکل یه سرماخوردگی ساده ظهور پیدا میکنه اگر سالم باشن و در واقع از ۸ سال به بالا برای آدم ها خطرناک تره، پس اگر بچه س کوچیکی سرماخوردگی ساده داره شما خیلی مراقب خودتون باشید.

۹- امکان داره شما کرونا بگیرین و کاملاً در حد سرماخوردگی باشه علایم. اما جهت اینکه به دیگران انتقال ندین چند روزی رو خونه بمونین. اگر سر کار میرین دور کاری کنید.

۱۰- اینکه صرفاً یه آمبولانس دیده میشه که لباس مقابله با بیماری های میکروبی تنشونه دلیل این نیست که مورد کرونایی دارین میبرن. بر اساس چارچوب در مواجهه با هر مورد مشکوک تیم بیمارستان باید بدترین رو در نظر بگیرن. برای همین همه ی افرادی که آنفولانزا دارن هم اول قرنطینه میشن

۱۱- زیر دماغتون ویکس و نعنای نزنین با تصور اینکه دارین ضد عفونی میکنین، با اینکار حتی فضای تنفسیتون رو بازتر و پذیرا تر برای دریافت ویروس واگیر دار میکنین

۱۲- در انتها این بیماری با کنترل و رعایت از طرف افراد بیمار و افراد سالم به راحتی میگذره. در واقع میشه گفت آنفولانزای خوکی و آنفولانزای H1N1 خیلی بیشتر و خطرناک تر از اینا پخش شدن اما گذشتن. پس بیش از حد نترسین اما بیخیال هم نباشید. مراقبت کنین.

این ویروس باید توی یه چیز مرطوب باشه وگرنه از بین میره. مثلاً با سرفه شناور توی ذرات غبار آبی که خارج میشه توی هوا میمونه. روی دست صورت و هر جایی میتونه باشه و شما وقتی دستتون آلوده بشه یا صورتتون منتقل میشه. پس اگر دستمال یا لباس آلوده رو هم بهش دست بزنین باز قابل انتقاله.

ویروس مشخصات موجود زنده رو نداره. خودش نمیتونه تکثیر شه و صرفاً یه سری مولکول زیستیه. ژن خودش رو به DNA موجودات زنده وصل میکنه و سلول از دنیا بیخبر ژن ویروس رو تکثیر و کد میکنه و ویروس جدید میسازه. به قدری که سلول میترکه و ویروس میریزه بیرون و میره بعدی...