

കോവിഡ്-19: മിഥ്യയും സത്യവും

നോവൽ കൊറോണ വൈറസ് കാരണം ഉണ്ടാകുന്ന കോവിഡ് 19 എന്ന രോഗാവസ്ഥയെക്കുറിച്ച് ധാരാളം വിവരങ്ങൾ ഇന്ന് പല മാധ്യമങ്ങളിലൂടെയും നമുക്ക് ലഭിക്കുന്നു. അതിനാൽ തന്നെ ഈ വിവരങ്ങളുടെ ആധികാരികത പരിശോധിക്കേണ്ടതും സുരക്ഷയുടെ ഭാഗം തന്നെയാണ്.

ഈ ദിവസങ്ങളിൽ പ്രചരിക്കുന്ന ഏതാനും വ്യാജ വിവരങ്ങളും അവയെക്കുറിച്ച് നമ്മൾ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട സത്യാവസ്ഥയും ഇവയാണ്:

മിഥ്യ: കോവിഡ് 19 വൈറസ് ചൂട് കുടിയ കാലാവസ്ഥയിലും ഈർപ്പം അധികമുള്ള കാലാവസ്ഥയിലും വ്യാപിക്കില്ല.

സത്യം: ഇതുവരെ ലഭ്യമായ തെളിവുകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കോവിഡ് 19 ചൂടും ഈർപ്പവുമുള്ള പ്രദേശങ്ങൾ ഉൾപ്പെടെ ഏത് പ്രദേശത്തും വ്യാപിക്കാം. കാലാവസ്ഥ ഒരു മാനദണ്ഡമായി പരിഗണിക്കാതെ നിങ്ങൾ ജീവിക്കുന്നിടത്തും കോവിഡ് 19 റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യപ്പെട്ട പ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് യാത്ര ചെയ്യുമ്പോഴും ആവശ്യമായ എല്ലാ സുരക്ഷാ നടപടികളും സ്വീകരിക്കുക. കോവിഡ് 19 ൽ നിന്ന് രക്ഷ നേടാനുള്ള ഏറ്റവും മികച്ച മാർഗം ഇടയ്ക്കിടെ വൃത്തിയാക്കി കൈകൾ കഴുകുക എന്നതാണ്. ഇങ്ങനെ ചെയ്യുന്നത് വഴി നിങ്ങളുടെ കൈകളിൽ ഉണ്ടാവാൻ സാധ്യതയുള്ള വൈറസുകൾ നീക്കം ചെയ്യപ്പെടുകയും കണ്ണുകളിലോ മൂക്കിലോ വായിലോ ഉള്ള സ്ലീമനും മൂലമുണ്ടാകുന്ന അണുബാധ തടയാനും സാധിക്കും.

മിഥ്യ: തണുപ്പുള്ള കാലാവസ്ഥയും മഞ്ഞും കൊറോണ വൈറസിനെ ഇല്ലാതാക്കും.

സത്യം: തണുപ്പുള്ള കാലാവസ്ഥ പുതിയ കൊറോണ വൈറസിനെയോ മറ്റു വൈറസുകളെയോ ഇല്ലാതാക്കും എന്ന് പ്രതിപാദിക്കുന്നതിന് യാതൊരു അടിസ്ഥാനവുമില്ല. പുറത്തെ കാലാവസ്ഥയും അന്തരീക്ഷ ഊഷ്മാവും എത്ര തന്നെ ആയാലും മനുഷ്യശരീരത്തിലെ സ്വാഭാവിക ഊഷ്മാവ് 36.5°C മുതൽ 37°C വരെ ആയിരിക്കും. പുതിയ കൊറോണ വൈറസിൽ നിന്ന് രക്ഷ നേടാനുള്ള ഏറ്റവും ഫലപ്രദമായ മാർഗം ആൽക്കഹോൾ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള സാനിറ്റൈസർ ഉപയോഗിച്ചു കൈകൾ വൃത്തിയാക്കുന്നതോ അല്ലെങ്കിൽ സോപ്പും വെള്ളവും ഉപയോഗിച്ച് കൈകൾ വൃത്തിയാക്കി കഴുകുന്നതോ ആണ്.

മിഥ്യ: ചൂട് വെള്ളത്തിൽ കുളിക്കുന്നതിലൂടെ പുതിയ കൊറോണ വൈറസിൽ നിന്നും രക്ഷ നേടാനാകും.

സത്യം: ചൂട് വെള്ളത്തിൽ കുളിക്കുന്നതിലൂടെ കോവിഡ് 19 പിടിപെടുന്നത് തടയാൻ കഴിയില്ല. നിങ്ങൾ കുളിക്കുമ്പോഴും നിങ്ങളുടെ ശരീരത്തിന്റെ

സ്വാഭാവിക ഉഷ്ണാവ് 36.5°C മുതൽ 37°C വരെ തന്നെയാണ്. അമിതമായി ചൂടുള്ള വെള്ളത്തിൽ കുളിക്കുന്നത് നിങ്ങളുടെ ശരീരത്തെ പൊള്ളലേൽപ്പിക്കാം എന്നതിനാൽ തന്നെ അപകടകരവുമാണ്. കോവിഡ് 19 ൽ നിന്ന് രക്ഷ നേടാനുള്ള ഏറ്റവും മികച്ച മാർഗം ഇടയ്ക്കിടെ വൃത്തിയാക്കി കൈകൾ കഴുകുക എന്നതാണ്. ഇങ്ങനെ ചെയ്യുന്നത് വഴി നിങ്ങളുടെ കൈകളിൽ ഉണ്ടാവാൻ സാധ്യതയുള്ള വൈറസുകൾ നീക്കം ചെയ്യപ്പെടുകയും കണ്ണുകളിലോ മുക്കിലോ വായിലോ ഉള്ള സ്തർശനം മൂലമുണ്ടാകുന്ന അണുബാധ തടയാനും സാധിക്കും.

മിഥ്യ: പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് കൊതുക് കടിയിലൂടെ പകരുന്ന ഒന്നാണ്.

സത്യം: നാളിതുവരെ പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് കൊതുക് കടിയിലൂടെ പകരും എന്ന് ശരി വെക്കുന്ന യാതൊരു തെളിവുകളോ വിവരങ്ങളോ ലഭിച്ചിട്ടില്ല. പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് ശ്വാസകോശ വൈറസ്സാണ് . അണുബാധയുള്ള ഒരു വ്യക്തി ചുമക്കുമ്പോഴോ തുമ്മുമ്പോഴോ അന്തരീക്ഷത്തിൽ പടരുന്ന സ്രവങ്ങൾ വഴിയോ ഉമിനീർ വഴിയോ അല്ലെങ്കിൽ മൂക്കൊലിപ്പിലൂടെയോ മാത്രമാണ് വൈറസ് പടരുന്നത്. പുതിയ കൊറോണ വൈറസിൽ നിന്ന് രക്ഷ നേടാനുള്ള ഏറ്റവും ഫലപ്രദമായ മാർഗം ആൽക്കഹോൾ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള സാനിറ്റൈസർ ഉപയോഗിച്ചു കൈകൾ വൃത്തിയാക്കുന്നതോ അല്ലെങ്കിൽ സോപ്പും വെള്ളവും ഉപയോഗിച്ച് കൈകൾ വൃത്തിയാക്കി കഴുകുന്നതോ ആണ്.ഒപ്പം തന്നെ ചുമയോ തുമ്പലോ ഉള്ള വ്യക്തികളുമായുള്ള അടുത്ത സമ്പർക്കം ഒഴിവാക്കുക.

മിഥ്യ: ഹാൻഡ് ഡ്രയറുകൾ പുതിയ കൊറോണ വൈറസിനെ നശിപ്പിക്കാൻ പ്രാപ്തിയുള്ളവയാണ്.

സത്യം: ഇല്ല. പുതിയ കൊറോണ വൈറസിനെ ഇല്ലാതാക്കാൻ ഹാൻഡ് ഡ്രയർ ഉപയോഗിക്കുന്നത് കൊണ്ട് സാധിക്കില്ല. പുതിയ കൊറോണ വൈറസിൽ നിന്ന് രക്ഷ നേടാനുള്ള ഏറ്റവും ഫലപ്രദമായ മാർഗം ആൽക്കഹോൾ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള സാനിറ്റൈസർ ഉപയോഗിച്ചു കൈകൾ വൃത്തിയാക്കുന്നതോ അല്ലെങ്കിൽ സോപ്പും വെള്ളവും ഉപയോഗിച്ച് കൈകൾ വൃത്തിയാക്കി കഴുകുന്നതോ ആണ്. കൈകൾ കഴുകി വൃത്തിയാക്കിയ ശേഷം പേപ്പർ ടവ്വലോ ഹാൻഡ് ഡ്രയറോ ഉപയോഗിച്ചു ഉണക്കുക.

മിഥ്യ: അൾട്രാവയലറ്റ് അണുനശീകരണ വിളക്കുകൾ ഉപയോഗിച്ച് പുതിയ കൊറോണ വൈറസിനെ നശിപ്പിക്കാൻ സാധിക്കും.

സത്യം: അൾട്രാ വയലറ്റ് വിളക്കുകൾ കൈകളോ മറ്റു ശരീരഭാഗങ്ങളോ അണുവിമുക്തമാക്കാൻ ഉപയോഗിക്കരുത്. അൾട്രാ വയലറ്റ് രശ്മികൾ ശരീരചർമ്മത്തിൽ അസ്വസ്ഥത സൃഷ്ടിക്കാൻ കാരണമാകുന്നവയാണ്.

മിഥ്യ: പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് ബാധിതരെ തിരിച്ചറിയാൻ തെർമൽ സ്ക്രീനുകൾ 100 % പര്യാപ്തമാണ്.

സത്യം: കൊറോണ ബാധ മൂലം പനി ബാധിച്ചിട്ടുള്ള ആളുകളെ തിരിച്ചറിയുന്നതിന് തെർമൽ സ്ക്രീനുകൾ പര്യാപ്തമാണ് (സ്വാഭാവിക ശരീരോഷ്ണവിനേക്കാൾ വർദ്ധനവ് അനുഭവപ്പെട്ടാൽ).

എന്നാൽ രോഗബാധ ഉണ്ടായിരുന്നിട്ടും പനി അനുഭവപ്പെടാത്തവരെ തിരിച്ചറിയാൻ ഈ ഉപകരണത്തിനു കഴിയില്ല. അണുബാധയേറ്റ ശേഷം 2 മുതൽ 10 ദിവസത്തിനിടയിൽ മാത്രമേ രോഗിക്ക് പനിയുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ അനുഭവപ്പെടുകയുള്ളൂ.

മിഥ്യ: ശരീരമാസകലം ആൽക്കഹോളോ ക്ലോറിനോ തളിക്കുന്നതിലൂടെ പുതിയ കൊറോണ വൈറസിനെ നശിപ്പിക്കാൻ സാധിക്കും.

സത്യം: ഇല്ല. ശരീരമാസകലം ആൽക്കഹോളോ ക്ലോറിനോ തളിക്കുന്നതിലൂടെ ഒരിക്കൽ ശരീരത്തിൽ കയറിയ പുതിയ കൊറോണ വൈറസിനെ നശിപ്പിക്കാൻ കഴിയില്ല. ഇത്തരം രാസവസ്തുക്കൾ തളിക്കുന്നത് വസ്തുക്കൾക്കും, കണ്ണ്, വായ് തുടങ്ങിയ അവയവങ്ങളെ ദോഷമായി ബാധിക്കുന്നതിനു കാരണമായേക്കാം. ആൽക്കഹോളും ക്ലോറിനും കൃത്യമായ നിർദ്ദേശങ്ങൾക്കനുസൃതമായി പ്രതലം അണുവിമുക്തമാക്കുന്നതിനു ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

മിഥ്യ: ന്യൂമോണിയക്ക് എതിരായ വാക്സിനുകൾ നിങ്ങളെ പുതിയ കോറോണ വൈറസിൽ നിന്ന് സംരക്ഷിക്കും.

സത്യം: ഇല്ല. ന്യൂമോണിയക്ക് എതിരായ ഒരു വാക്സിനുകളും, pneumococcal vaccine, Haemophilus influenza type B (Hib) മുതലായ വാക്സിനുകൾ ഒന്നും തന്നെ നിങ്ങളെ പുതിയ കോറോണയിൽ നിന്ന് സംരക്ഷിക്കുന്നവയല്ല.

ഈ വൈറസ് പുതിയതും വ്യത്യസ്തവുമായതിനാൽ പുതിയ ഒരു വാക്സിൻ കണ്ടുപിടിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ലോക ആരോഗ്യ സംഘടനയുടെ സഹകരണത്തോടെ കോവിഡ് 19 പ്രതിരോധിക്കാനുള്ള വാക്സിൻ സൃഷ്ടിക്കാനുള്ള തീവ്ര പരിശ്രമത്തിലാണ് ഗവേഷകർ.

കോവിഡ് 19 നെതിരെ ഫലപ്രദമല്ലെങ്കിലും ശ്വാസകോശ രോഗങ്ങൾക്കുള്ള വാക്സിനുകൾ ആരോഗ്യം നിലനിർത്താനായി ശുപാർശ ചെയ്യപ്പെടുന്നു.

മിഥ്യ: നിരന്തരമായി മുക്ക് ഉപ്പുവെള്ളം ഉപയോഗിച്ചു കഴുകുന്നതിലൂടെ പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് ബാധിക്കുന്നത് തടയാൻ സാധിക്കും.

സത്യം: ഇല്ല. നിരന്തരമായി മുക്ക് ഉപ്പുവെള്ളം ഉപയോഗിച്ചു കഴുകുന്നത് പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് ബാധിക്കുന്നത് തടയും എന്നതിന് യാതൊരു തെളിവും നിലനിൽക്കുന്നില്ല.

നിരന്തരമായി ഉപ്പുവെള്ളം ഉപയോഗിച്ചു മുക്ക് കഴുകുന്നത് ജലദോഷം പെട്ടെന്ന് വിട്ടുമാറാൻ സഹായിക്കുന്നു എന്ന് വളരെ ചുരുക്കം തെളിവുകൾ പ്രതിപാദിക്കുന്നു. എന്തിന്നാലും ശ്വാസകോശ അണുബാധ തടയാൻ ഇത് ഉപകരിക്കും എന്ന് തെളിയിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല.

മിഥ്യ: വെളുത്തുള്ളി കഴിക്കുന്നത് പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് ബാധിക്കുന്നത് തടയാൻ സഹായിക്കും.

സത്യം: വെളുത്തുള്ളി ആരോഗ്യകരമായ ഒരു ഭക്ഷണ പദാർത്ഥമാണ്. ചില രോഗാണുക്കളെ തടയാൻ വെളുത്തുള്ളിക്ക് കഴിയുന്നുമുണ്ടാകാം. എന്നാൽ പുതുതായി പടരുന്ന കൊറോണ വൈറസിൽ നിന്ന് വെളുത്തുള്ളിക്ക് മനുഷ്യരെ രക്ഷിക്കാൻ സാധിക്കും എന്നതിന് യാതൊരു തെളിവുകളും ലഭ്യമായിട്ടില്ല.

മിഥ്യ: പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് പ്രായമായവരെ മാത്രം ബാധിക്കുന്ന ഒന്നാണ്, ചെറുപ്പക്കാർക്ക് ഇത് വരാൻ സാധ്യതയില്ല.

സത്യം: ഏത് പ്രായക്കാരെയും ബാധിക്കാൻ സാധ്യതയുള്ള ഒന്നാണ് പുതിയ കൊറോണ വൈറസ്. പ്രായമായവർ അല്ലെങ്കിൽ നേരത്തെ തന്നെ എന്തെങ്കിലും ആരോഗ്യപ്രശ്നം (ആസ്മ, പ്രമേഹം, ഹൃദ്രോഗം മുതലായവ) നേരിടുന്നവർ ഈ വൈറസ് മൂലം കൂടുതൽ ആരോഗ്യ പ്രശ്നം നേരിടാൻ സാധ്യതയുണ്ട്.

എല്ലാ പ്രായത്തിലുള്ളവരും വൈറസിൽ നിന്ന് രക്ഷ നേടാൻ കൈകളുടെ ശുചിത്വം, ശ്വാസന ശുചിത്വം മുതലായ മുൻകരുതലുകൾ സ്വീകരിക്കണം എന്ന് ലോകാരോഗ്യ സംഘടന നിർദ്ദേശിക്കുന്നു.

മിഥ്യ: ആൻറിബയോട്ടിക്സുകൾ പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് തടയുന്നതിനും ചികിത്സിക്കുന്നതിനും ഫലപ്രദമാണ്.

സത്യം: ഇല്ല. ആൻറിബയോട്ടിക്സുകൾ ബാക്റ്റീരിയക്കെതിരെ മാത്രമേ പ്രവർത്തിക്കുകയുള്ളൂ, വൈറസിനെതിരെ അല്ല.

പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് ഒരു വൈറസ് ആയതിനാൽ തന്നെ ആൻറിബയോട്ടിക്സുകൾ രോഗബാധ തടയാൻ ഉപയോഗിക്കരുത്.

എന്തിന്നാലും നിങ്ങൾ കോവിഡ് 19 ബാധിച്ച് ആശുപത്രിയിൽ ചികിത്സയിൽ ആണെങ്കിൽ ബാക്റ്റീരിയൽ ഇൻഫെക്ഷൻ തടയാനായി ആൻറിബയോട്ടിക്സുകൾ നൽകപ്പെടേക്കാം.

മിഥ്യ: പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് തടയുന്നതിനും ചികിത്സിക്കുന്നതിനും നിർദ്ദിഷ്ട മരുന്നുകൾ ലഭ്യമാണ്.

സത്യം: നാളിതുവരെ പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് തടയുന്നതിനോ ചികിത്സിക്കുന്നതിനോ നിർദ്ദിഷ്ട മരുന്നുകൾ ഒന്നും നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല.

എന്നാലും, വൈറസ് ബാധ സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെട്ടവർക്കും കഠിനമായ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ പ്രകടമാക്കുന്നവർക്കും രോഗലക്ഷണങ്ങൾക്കനുസൃതമായ ചികിത്സകളും ശ്രദ്ധയും നൽകേണ്ടതാണ്. ചില നിർദ്ദിഷ്ട ചികിത്സാരീതികൾ ക്ലിനിക്കുകളിൽ പരീക്ഷണം നടത്തും. ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ധാരാളം പങ്കാളികളുടെ സഹായത്തോടെ ഗവേഷണങ്ങൾക്കും വികസന പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കും സഹായം നൽകുന്നു.

മിഥ്യ: നിങ്ങൾക്ക് ബുദ്ധിമുട്ട് കൂടാതെ പത്ത് സെക്കൻഡ് നേരം ശ്വാസം പിടിച്ചുവെക്കാൻ സാധിച്ചാൽ നിങ്ങൾക്ക് കോവിഡ് 19 ബാധയില്ല.

സത്യം: ചെറുപ്പക്കാരായ കൊറോണ വൈറസ് രോഗികൾക്ക് 10 സെക്കണ്ടിലും എത്രയോ കൂടുതൽ സമയം ശ്വാസം പിടിച്ചുവെക്കാൻ സാധിക്കും. വൈറസ് ബാധ ഇല്ലാത്ത പ്രായമായവർക്ക് ഇത് സാധിച്ചെന്നും വരില്ല.

മിഥ്യ: കോവിഡ് 19 പരിശോധന ലഭ്യമല്ലാത്ത സാഹചര്യത്തിൽ നമ്മൾ രക്തദാനം ചെയ്യണം. ബ്ലഡ് ബാങ്ക് രക്തം പരിശോധിക്കും.

സത്യം: ഒരു രക്ത ബാങ്കും കൊറോണ വൈറസ് പരിശോധിക്കുന്നില്ല. രക്തദാനം മഹത്തായ ഒരു കർമ്മമാണ്, അത് ശരിയായ കാരണങ്ങളിൽനിന്ന് പ്രചോദനം ഉൾക്കൊണ്ട് ചെയ്യുന്നു എന്ന് ഉറപ്പ് വരുത്തുക.

മിഥ്യ: കൊറോണ വൈറസ് തൊണ്ടയിലാണ് ജീവിക്കുന്നത്. അതിനാൽ ധാരാളം വെള്ളം കുടിക്കുന്നതിലൂടെ വൈറസ് വയറിലേക്ക് നീങ്ങുകയും അവിടെ വെച്ച് ആസിഡ് അവയെ ഇല്ലാതാക്കുകയും ചെയ്യും.

സത്യം: വൈറസിനു തൊണ്ടയിലൂടെയും പ്രവേശനം നടത്താം, എന്നാൽ പിന്നീട് അവ ഹോസ്റ്റ് സെല്ലുകൾക്കുള്ളിലേക്ക് തുളച്ച് കയറുന്നു. അത് കഴുകി കളയുക സാധ്യമല്ല.

മിഥ്യ: കാർ അപകടങ്ങൾ ഒരു വർഷം 30000 ആളുകളെ കൊല്ലുന്നു. അത് വെച്ചു താരതമ്യം ചെയ്യുമ്പോൾ കോവിഡ് 19 ഒരു വലിയ കാര്യമല്ല.

സത്യം: കാർ അപകടങ്ങൾ പടർന്നുപിടിക്കുന്ന ഒന്നല്ല, അവയുടെ ആഘാതം ഓരോ മൂന്ന് ദിവസവും ഇരട്ടിക്കുന്നില്ല, അവ സമൂഹത്തിൽ അമിത ഭീതിയോ വിപണി തകർച്ചയോ സൃഷ്ടിക്കുന്നില്ല.

മിഥ്യ: ഹാൻഡ് സാനിറ്റൈസറുകൾ സോപ്പും വെള്ളവും ഉപയോഗിക്കുന്നതിലും ഫലപ്രദമാണ്.

സത്യം: തെറ്റ്. സോപ്പും വെള്ളവും ചർമ്മത്തിൽനിന്ന് വൈറസിനെ ഇല്ലായ്മ ചെയ്യുകയും നീക്കം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നു. (അവയ്ക്ക് ചർമ്മ കോശങ്ങളിലൂടെ കടന്നു കയറാൻ സാധിക്കില്ല)

മിഥ്യ: കോവിഡ് 19 പ്രതിരോധിക്കാനുള്ള ഏറ്റവും ഫലപ്രദമായ മാർഗങ്ങളിൽ ഒന്ന് വീട്ടിലെ എല്ലാ വാതിലുകളുടെയും കൈപ്പിടികൾ അണുവിമുക്തമാക്കുക എന്നതാണ്.

സത്യം: തെറ്റ്. കൈകൾ കഴുകുന്നതും 6 അടി അകലം പാലിക്കുന്നതുമാണ് ഏറ്റവും മികച്ച മാർഗം. നിങ്ങൾ വീട്ടിൽ ഒരു കോവിഡ് രോഗിയെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നില്ല എങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ വീട്ടിലെ പ്രതലങ്ങൾ വലിയ അപകടസാധ്യത സൃഷ്ടിക്കുന്നവയല്ല.

മിഥ്യ: കൊറോണ വൈറസ് തണുപ്പുള്ള സുഷിരങ്ങളിലേ വളരൂ എന്ന് കേട്ടിട്ടുണ്ട്. അതിനാൽ മുക്കിലേക്ക് ചൂടുള്ള വായു കടത്തി വിടുന്നത് വൈറസിനെ നശിപ്പിക്കും.

സത്യം: തെറ്റ്. വ്യാജപ്രചരണം അരുത്. നമ്മുടെ നാസികയിൽ സ്വാഭാവികമായി കുടികൊള്ളുന്ന ധാരാളം ബാക്റ്റീരിയകളുണ്ട്. ഈ പ്രചരണം കേട്ട് ആ ബാക്റ്റീരിയകൾ വരെ ആശയക്കുഴപ്പത്തിലാവാം.

മിഥ്യ: കൊറോണ വൈറസിന് ജനതികമാറ്റം സംഭവിക്കുകയും അവ വായുവിലൂടെ പകരുകയും ചെയ്യും.

സത്യം: ഇല്ല. വൈറസിനു ജനതികമാറ്റം സംഭവിച്ചാൽ തന്നെ അവ പകരുന്ന വിധം മാറില്ല. Influenza വൈറസിനു പല തവണ ജനതികമാറ്റം മാറ്റം സംഭവിച്ചിട്ടുണ്ട്, എന്നാൽ ഇപ്പോഴും അവ പകരുന്നത് രോഗിയിൽ നിന്ന് പുറപ്പെടുന്ന കണങ്ങളിലൂടെയാണ്.

മിഥ്യ: കോവിഡ് 19 ഭേദമാക്കാനുള്ള ഒരു വാക്സിൻ ലഭ്യമാണ്.

സത്യം: പുതിയ കൊറോണ വൈറസിനെ നേരിടാനുള്ള ഒരു വാക്സിനും ഇപ്പോൾ ലഭ്യമല്ല. ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ ഒരു വാക്സിൻ വികസിപ്പിച്ചെടുക്കാനുള്ള പരിശ്രമത്തിൽ ആണെങ്കിൽ കൂടി ഇത് മനുഷ്യന് സുരക്ഷിതവും ഫലപ്രദവുമാണെന്ന് തെളിയിക്കാൻ മാസങ്ങൾ വേണ്ടി വരും.

മിഥ്യ: പുതിയ കൊറോണ വൈറസ് മനപ്പൂർവമായി സൃഷ്ടിക്കപ്പെട്ടതോ പുറത്തുവിട്ടതോ ആയ ഒന്നാണ്.

സത്യം: വൈറസുകൾ സമയാസമയങ്ങളിൽ മാറി വരുന്നവയാണ്. ഒരു വൈറസ് വ്യാധി പടരുന്നത് പന്നികൾ, വെള്ളാലുകൾ മുതലായ മൃഗങ്ങളിലോ അല്ലെങ്കിൽ പക്ഷികളിലോ സാധാരണയായി കാണപ്പെടുന്ന വൈറസുകൾ ജനതികമാറ്റം സംഭവിച്ച് മനുഷ്യരിലേക്ക് കടക്കുമ്പോഴാണ്. പുതിയ കൊറോണ വൈറസും ഈ രീതിയിൽ വന്ന ഒന്നാവാം.

മിഥ്യ: ചൈനയിൽ നിന്ന് ഇറക്കുമതി ചെയ്യുന്ന സാധനങ്ങൾ ഓർഡർ ചെയ്യുന്നതോ വാങ്ങുന്നതോ ഒരു വ്യക്തിയെ അസുഖബാധിതനാക്കും.

സത്യം: കൊറോണ വൈറസ് എങ്ങനെയാണ് ആളുകളിൽ പടരുന്നത് എന്നത് സംബന്ധിച്ച് ഗവേഷകർ പഠനം നടത്തി വരികയാണ്. നിലവിൽ അറിവുകൾ പ്രകാരം ഇത്തരം വൈറസുകൾ അധിക നേരം ഒരു പ്രതലത്തിലും ജീവിക്കുന്നവയല്ല. അതിനാൽ കോവിഡ്-19 ദിവസങ്ങൾക്കും ആഴ്ചകൾക്കും ശേഷം ലഭിക്കുന്ന പാക്കേജുകളിൽ കാണപ്പെടാനുള്ള സാധ്യതകൾ കുറവാണ്. അസുഖബാധിതർ തുമ്മുമ്പോഴും ചുമക്കുമ്പോഴും പുറത്തുവരുന്ന കണങ്ങളിലൂടെയാണ് വൈറസ് വ്യാപനം സംഭവിക്കുന്നത്. എന്നാൽ ദിവസവും കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ പുറത്തുവരുന്നുണ്ട്.

മിഥ്യ: ഫേസ് മാസ്ക് നിങ്ങളെ കോവിഡ് -19 ൽ നിന്ന് സംരക്ഷിക്കും.

സത്യം: ചില അംഗീകൃത മാതൃകകളിൽ മുറുകിയിരിക്കുന്ന റെബ്ബിറ്റററുകൾ (N 95 പോലുള്ളവ) രോഗബാധിതനെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നവരുടെ ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുന്നതിന് ഉപകരിക്കും.

ശ്വാസകോശരോഗങ്ങൾ ഇല്ലാത്ത സാധാരണ ജനങ്ങൾ ഡിസ്പോസിബിൾ സർജിക്കൽ മാസ്കുകൾ ഉപയോഗിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല. കാരണം അവ മുഖത്തു മുറുകിയിരിക്കുന്നവയല്ല, അവ രോഗം ബാധിച്ച രോഗിയിൽനിന്ന് കണങ്ങൾ മുക്കിലും വായിലും കണ്ണുകളിലും കടക്കാൻ അനുവദിക്കാം.

ശ്വാസകോശരോഗങ്ങൾ അനുഭവപ്പെടുന്ന ആളുകൾക്ക് ഈ മാസ്കുകൾ ഉപയോഗിച്ച് മറ്റുള്ളവരിലേക്ക് രോഗം പകരാനുള്ള സാധ്യത കുറയ്ക്കാം. മാസ്കുകൾ സ്റ്റോക്ക് ചെയ്ത വെക്കുന്നതു വഴി മാസ്കുകൾ അത്യാവശ്യമായി വേണ്ട അസുഖബാധിതർക്കും അവരെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നവർക്കും അവയുടെ ലഭ്യത ഇല്ലാതാവുകയാണ് ചെയ്യുന്നത് എന്ന കാര്യം മനസ്സിൽ സൂക്ഷിക്കുക.

References

- <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>
- <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/coronavirus/2019-novel-coronavirus-myth-versus-fact>
- Faheem Younus, MD; Chief Quality Officer and Chief of Infectious Diseases, University of Maryland UCH; <https://twitter.com/FaheemYounus>