

W czwartek do południa Ministerstwo Zdrowia poinformowało o kolejnych 16 przypadkach zakażenia wirusem w Polsce - łącznie liczba potwierdzonych przypadków zarażenia wirusem wynosiła wówczas 47.

Czy koronawirus, wywołujący chorobę COVID-19, jest groźniejszy od znanego nam wirusa grypy? Co o nim wiemy i czy potrafimy opanować epidemię znanymi nam sposobami?

W mediach społecznościowych trafiamy na mnóstwo fałszywych informacji, publikowanych z niewiedzy lub dla zabawy straszenia innych. W końcu nie jesteśmy pewni, czy, zachowując znane nam w przypadku np. grypy środki ostrożności, możemy zminimalizować ryzyko zagrożenia. Na naszych lękach żerują sprzedawcy cudownych środków lub po prostu maseczek ochronnych.

Żeby zapobiegać nieuzasadnionej panice Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) stworzyła listę najczęstszych mitów, pomyłek i wątpliwości dotyczących nowego koronawirusa i wywołanej przez niego epidemii.

Prawda czy fałsz ?

**Koronawirus to nowy rodzaj zagrożenia, naukowcy nic o nim nie wiedzą.
FAŁSZ**

Naukowcy znają 7 różnych koronawirusów. Średnio raz na dekadę pojawia się nowy koronawirus u ludzi. Wywołuje on rozmaite choroby układu oddechowego.

Nie ma lekarstwa na koronawirus SARS-CoV-2

PRAWDA

Na razie nie ma szczepionki przeciwko koronawirusowi SARS-CoV-2. Niedostępne są też leki hamujące namnażanie się tego wirusa. Lekarze stosują dotychczas znane leki, które pomagają zwalczyć objawy choroby wirusowej (leczenie objawowe).

Koronawirus jest bardziej zaraźliwy niż dotychczas znane nam wirusy.

FAŁSZ

Koronawirus SARS-CoV-2 jest bardzo zakaźny, ale daleko mu do zakaźności wirusów od dawna znanych ludzkości, takich jak wirus odry czy ospy wietrznej.

Przebieg wywołanej przez koronawirusa choroby COVID-19 jest bardzo niebezpieczny i kończy się często śmiercią pacjenta.

FAŁSZ

U 80% chorych, przebieg choroby jest łagodny, ciężkie powikłania występują u osób starszych, z obniżoną odpornością i chorobami przewlekłymi.

COVID-19 powoduje więcej zgonów, niż grypa sezonowa.

PRAWDA

Okolo 3,4 procent potwierdzonych przypadków COVID-19 było śmiertelnych, podczas gdy w przypadku grypy jest to poniżej 1 procent. Jednocześnie COVID-19 nie przenosi się tak szeroko jak grypa.

Koronawirus przenosi się drogą kropelkową, tak jak wirus grypy.

PRAWDA

Nosiciel wirusa zakaża podczas kaszlu, kichania, mówienia. Jeśli jednak dotkniesz czegoś, co miało kontakt ze śliną osoby zakażonej, a potem dotkniesz twarzy – okolic nosa, oczu, uszu i ust, możesz się zakazić.

Koronawirus może się przenieść na rzeczach np. paczkach z Chin.

FAŁSZ

Zanim zostaną dostarczone do Polski, wirus zginie. Czas jego utrzymywania się na powierzchni zależy od wilgotności i temperatury powietrza, wirus zginie, nim dotrze do Polski.

Koronawirus przenosi się na pieniądzach, telefonach, klamkach, przyciskach w windzie.

PRAWDA

Wirusy mogą przetrwać do kilku godzin na rzeczach, na których znajdują się wydzieliny np. ślina. Należy pamiętać, o myciu rąk.

Psy i koty mogą przenosić koronawirusa.

FAŁSZ

Obecnie brak dowodów naukowych na przenoszenie koronawirusa SARS- CoV-2 przez psy i koty. Jednak należy pamiętać o myciu rąk po głaskaniu bądź dotykaniu psa lub kota.

Nie wiadomo, jak dużo czasu mija od zakażenia się koronawirusem do zachorowania.

Jeśli więc ktoś był w kraju wysokiego ryzyka w grudniu, może zakażyć.

FAŁSZ

Objawy choroby pojawiają się między drugim a czternastym dniem od zakażenia.

Objawy zakażenia się mogą być podobne do grypy: gorączka, kaszel i katar.

PRAWDA

Najczęściej występującymi objawami choroby COVID-19, wywołanej przez koronawirus SARS-CoV-2, są: gorączka, męczący kaszel, uczucie duszności oraz problemy z oddychaniem. Czasem pojawiają się też bóle mięśniowe.

W poważniejszych przypadkach rozwija się ciężkie zapalenie płuc, zespół ostrej niewydolności oddechowej, posocznica i wstrząs septyczny, które mogą prowadzić do śmierci pacjenta.

Żeby się nie zakazić, trzeba nosić na twarzy maseczkę ochronną.

FAŁSZ

Nie zaleca się noszenia maseczek ochronnych przez osoby zdrowe. Maseczki chronią inne osoby, jeśli jesteśmy nosicielami wirusa, żebyśmy ich nie zakazili. Pod warunkiem, że często je zmieniamy.

Z tego samego powodu, kichając, nie powinniśmy zasłaniać ust dłonią, którą potem dotykamy np. klamek.

Żeby się nie zakazić, trzeba brać preparaty na wzmocnienie odporności, jeść czosnek i cebulę lub zażywać dużo witaminy C.

FAŁSZ

Preparaty witaminowe, mieszanki minerałów i witamin, wyciągi roślinne i zwierzęce i inne preparaty reklamowane jako „wzmacniacze odporności” nie mają wpływu na to, jak nasz system odpornościowy zareaguje w kontakcie z koronawirusem. Badania naukowe nie potwierdziły skuteczności tych preparatów w walce z koronawirusem. Ważny jest natomiast ogólny stan naszego organizmu, który zależy od higienicznego i zdrowego trybu życia.

Spryskiwanie ciała wódką, płynami zawierającymi chlor, smarowanie się olejem palmowym pomaga.

FAŁSZ

Żadna z tych substancji nie działa na koronawirusa, a może prowadzić do niepożądanego reakcji skórnej.

Alkohol chroni przed wirusem.

FAŁSZ

Picie alkoholu nie chroni przed wirusem. Alkohol obniża odporność organizmu. Wysokoprocentowy alkohol jest natomiast dobrym środkiem dezynfekującym.

Mycie rąk całkowicie uchroni przed wirusem.

FAŁSZ

Mycie rąk nie zagwarantuje nam, że nie zachorujemy. Ale jest jednym z zalecanych sposobów ochrony przed potencjalnym kontaktem z koronawirusem. Uwaga, ręce należy myć prawidłowo, dokładnie, wodą z mydłem. Na stronie Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego znajdziesz instrukcję, jak to robić.

Wiadomo, jakich zasad należy przestrzegać, by zminimalizować ryzyko zakażenia się.

PRAWDA

Zasady są proste i dostępne na stronie Ministerstwa Zdrowia oraz GIS. Należy:

często myć dłonie wodą z mydłem lub dezynfekować je środkiem na bazie alkoholu,
zachować bezpieczną odległość od rozmówcy (1-1,5 metra),
unikać dużych skupisk ludzi,
dbać o higienę miejsc, w których przygotowuje się posiłki,
nie dzielić się jedzeniem np. chipsami z jednej paczki.

Koronawirus jest niebezpieczny tylko dla osób starszych.

FAŁSZ

Zachorowania na COVID-19 obserwuje się we wszystkich grupach wiekowych. Ale najbardziej narażone na rozwinięcie ciężkiej postaci choroby i zgon są osoby starsze, z obniżoną odpornością, której towarzyszą inne choroby, w szczególności przewlekłe.

Jeśli byłeś w krajach wysokiego ryzyka w ciągu ostatnich 14 dni i zaobserwujesz u siebie kaszel, wysoką gorączkę, kłopoty z oddychaniem, powinieneś zgłosić się do przychodni lub na SOR.

FAŁSZ

Jeśli podejrzewasz zakażenie koronawirusem i pójdziesz do przychodni lub na SOR, będziesz zakażał innych. Zamiast tego bezzwłocznie, telefonicznie powiadom stację

sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału zakaźnego.

Urządzenia do pomiaru temperatury mogą potwierdzić zakażenie koronawirusem SARS-CoV-2 FAŁSZ

Urządzenia pomiarowe są w stanie wykryć, że u kogoś pojawiła się gorączka, ale nie są w stanie zidentyfikować jej przyczyny.

Dzieci przechodzą COVID-19 łagodnie. PRAWDA

Zazwyczaj choroba przebiega u dzieci łagodnie. Nie znaczy to jednak, że nie zakażają się wirusem, nie chorują, ani że nie mogą zakazić innych osób. Cięższą postacią choroby zagrożone są osoby z obniżoną odpornością lub towarzyszącymi chorobami przewlekłymi.

Osoba, która nie ma objawów choroby, nie zakaża. FAŁSZ

Odnotowano przypadki, kiedy osoba bez jakichkolwiek objawów chorobowych zakaziła swoich bliskich.

Kiedy robi się ciepło, problem z koronawirusem się skończy. FAŁSZ

Chociaż naukowcy zakładają, że wirus SARS-CoV-2 może podobnie do wirusa grypy wykazywać sezonowość, to brak jest wystarczającej liczby dowodów naukowych na wpływ temperatury i innych czynników środowiskowych na koronawirusa.

Witamina D nie zapobiega zakażeniu koronawirusem. PRAWDA

Żadna witamina, w tym także D, w żadnych ilościach nie zwalcza koronawirusa. Nadużywanie witamin i suplementów diety (bez konsultacji z lekarzem lub farmaceutą), zwłaszcza takich jak witamina D, czyli rozpuszczalnych w tłuszczach, może organizmowi zaszkodzić.

Chinina pomaga na objawy COVID-19 FAŁSZ

Chinina jest lekiem na malarię, który wykazuje również słabe działanie przeciwgorączkowe i przeciwbólowe, ale ma też skutki uboczne i stosowana w niewłaściwych dawkach może być bardzo szkodliwa. Nie „załatwiaj” sobie leków na receptę, zażywaj tylko to, co przepisze Ci lekarz.

Kup rodzinie przenośny koncentrator tlenu na wypadek zachorowania na COVID-19 FAŁSZ

Leczenie ciężkich postaci choroby COVID-19 odbywa się w szpitalu przy użyciu profesjonalnego sprzętu, pod opieką lekarza.

Ssij tabletki z cynkiem, dzięki temu wirus nie będzie namnażał się w gardle i nosie. FAŁSZ

Nie przyjmuj żadnych suplementów diety bez badań i konsultacji z lekarzem, gdyż ich nieprawidłowe przyjmowanie może być szkodliwe dla zdrowia. Nie wykazano przeciwwirusowego działania suplementów zawierających cynk.

Myj ręce zwykłym mydłem w kostce, działa lepiej niż mydła w płynie i żele do mycia. FAŁSZ

Prawidłowe i częste mycie rąk, niezależnie od rodzaju stosowanego mydła, jest podstawowym środkiem higieny.

**Musisz zgolić brodę, by chronić się przed koronawirusem.
FAŁSZ.**

Broda nie wpływa na to, czy się zakazisz. Ale zachowaj higienę osobistą.

**Osoba, która zachorowała na COVID-19 i wyzdrowiała, może ponownie zachorować.
FAŁSZ**

Aktualnie brak jest wystarczających dowodów naukowych na to, że osoba, która wyzdrowiała, może ponownie zachorować.

**Mężczyźni ciężiej chorują na COVID-19
PRAWDA**

Statystyki wskazują, że wśród osób ciężko chorych jest więcej mężczyzn. Naukowcy sprawdzają, czemu tak się dzieje.

Źródło informacji: Serwis Ministerstwa Zdrowia i NFZ pacjent.gov.pl