

corona virus non lo ferma il panico 2020

26/03/2020

corona virus non lo ferma il panico, ma l'intelligenza

Da un giovane ricercatore che da Shenzhen e' stato trasferito a Wuhan per collaborare con la task force che sta combattendo contro l'epidemia da coronavirus riceviamo e volentieri trasmettiamo a tutti queste informazioni chiare , semplici , accessibili a tutti , che descrivono esattamente che cos'e' il virus, come si trasferisce da una persona all'altra e come puo' essere neutralizzato nella vita di tutti i giorni

L'infezione da corona virus non provoca raffreddore con naso sgocciolante o tosse catarrosa ma tosse secca e asciutta : questa e' la cosa piu' semplice da sapere

Il virus non resiste al calore e muore se esposto a temperature di 26-27 gradi : quindi consumate spesso durante il giorno bevande calde come the, tisane e brodo, o semplicemente acqua calda: i liquidi caldi neutralizzano il virus e non e' difficile berli Evitate di bere acqua ghiacciata o di mangiare cubetti di ghiaccio o la neve per chi si trova in montagna (bambini) ! Per chi puo' farlo, esponetevi al sole!

1. Il corona virus e' piuttosto grande (diametro circa 400-500nanometri) quindi ogni tipo di mascherina puo' fermarlo: non servono, nella vita normale , mascherine speciali diversa e' la situazione dei medici e dei sanitari che sono esposti a forti cariche del virus e devono usare attrezzature speciali Se una persona infetta starnutisce davanti a voi, tre metri di distanza lo faranno cadere a terra e li impediranno di atterrare su di voi

2. Quando il virus atterra su superfici metalliche sopravvive per circa 12 ore: quando toccate superfici metalliche (maniglie , porte, elettrodomestici, sostegni sui tram) lavatevi bene le mani e disinfettatele con cura

3. Il virus puo' vivere annidato nei vestiti e sui tessuti per circa 6/12 ore : i normali detersivi lo possono uccidere. Per gi abiti che non possono essere lavati ogni giorno, se potete esponeteli al sole e il virus morira? .

come si manifesta

1. Il virus si installa prima di tutto nella gola , provocando infiammazione e sensazione di gola secca: questo sintomo puo' durare per 3 / 4 giorni

2. il virus viaggia attraverso l'umidita ? presente nelle vie aeree, scende nella trachea e si installa nel polmone , causando polmonite : questo passaggio richiede circa 5/6 giorni

3. La polmonite si manifesta con febbre alta e difficolta' di respiro, non si accompagna al classico raffreddore: ma potreste avere la sensazione di annegare : in questo caso rivolgetevi immediatamente al medico

come lo evito

1. La trasmissione del virus avviene per lo più per contatto diretto, toccando tessuti o materiali sui quali il virus è presente: lavarsi le mani frequentemente è fondamentale. Il virus sopravvive sulle vostre mani solo per circa dieci minuti, ma in dieci minuti molte cose possono accadere: strofinarvi gli occhi o grattarvi il naso per esempio, e permettere al virus di entrare nella vostra gola? per il vostro bene e per il bene degli altri lavatevi molto spesso le mani e disinfettatele.
2. Potete fare gargarismi con una soluzione disinfettante che elimina o minimizza la quota di virus che potrebbe entrare nella vostra gola: lo eliminate prima che scenda nella trachea e poi nei polmoni
3. disinfettate la tastiera del pc e il mouse !

Dobbiamo tutti avere migliore cura di noi, per il nostro bene e per il bene degli altri
