

## **Covid-19 ir 14 mitų**

### **COVID-19 virusas gali plisti karšto ir drėgno klimato vietovėse**

Remiantis iki šiol turimais įrodymais, COVID-19 virusas gali plisti visuose regionuose, įskaitant teritorijas, kuriose yra karštas ir drėgnas klimatas. Nepriklausomai nuo klimato, imkitės apsaugos priemonių, jei gyvenate ar keliaujate į rajoną, kuriame pranešama apie COVID-19. Geriausias būdas apsisaugoti nuo COVID-19 – dažnai plauti rankas. Taip pašalinsite virusus, kurių gali būti ant jūsų rankų, ir išvengsite infekcijos, kuria galite užsikrėsti liesdami akis, burną ar nosį.

### **Šaltas oras ir sniegas NEGALI užmušti naujojo koronaviruso**

Nėra pagrindo manyti, kad šaltas oras gali užmušti naująjį koronavirusą ar kitus ligų sukėlėjus. Įprasta žmogaus kūno temperatūra išlieka maždaug nuo 36,5°C iki 37°C, nepriklausomai nuo išorės temperatūros ar oro. Veiksmingiausias būdas apsisaugoti nuo naujojo koronaviruso – dažnai plauti rankas su muilu ir vandeniu arba valyti dezinfekuojančiu skysčiu.

### **Gulėjimas karštoje vonioje neužkerta kelio naujam koronaviruso ligai**

Gulėjimas karštoje vonioje nepadės išvengti COVID-19. Normali kūno temperatūra išlieka maždaug nuo 36,5°C iki 37°C, nepriklausomai nuo jūsų vonios ar dušo temperatūros. Tiesą sakant, maudytis vonioje su ypač karštu vandeniu gali būti kenksminga, nes galite nusiplieskyti. Geriausias būdas apsisaugoti nuo COVID-19 – dažnai plauti rankas. Taip pašalinsite virusus, kurių gali būti ant jūsų rankų, ir išvengsite infekcijos, kuria galite užsikrėsti liesdami akis, burną ar nosį.

### **Naujojo koronaviruso negali platinti uodai**

Iki šiol nėra gauta jokios informacijos ir įrodymų, kad naująjį koronavirusą galėtų platinti uodai. Naujasis koronavirusas yra kvėpavimo takų virusas, kuris plinta pirmiausia per lašelius, susidarančius užkrėstiems žmonėms kosint ar čiaudint, arba per sekreto lašelius, išsiskiriančius iš nosies. Norėdami apsisaugoti, dažnai plaukite ir/ar dezinfekuokite rankas. Taip pat venkite artimo kontakto su visais, kurie kosi ir čiaudi.

### **Ar rankų džiovintuvai yra veiksmingi naikinant naująjį koronavirusą?**

Ne. Rankų džiovintuvai nėra veiksmingi naikinant 2019-nCoV. Norėdami apsisaugoti nuo naujojo koronaviruso, turėtumėte dažnai dezinfekuoti rankas dezinfekciniu skysčiu, skirtu rankų dezinfekcijai, arba plauti su muilu ir vandeniu. Nusiplovę rankas, jas gerai nušluostykite popieriniais rankšluosčiais arba nudžiovinkite šilto oro džiovintuvu.

### **Ar ultravioletinė (UV) dezinfekavimo lempa gali užmušti naująjį koronavirusą?**

UV lempos neturėtų būti naudojamos rankų ar kitų organų odos sritims dezinfekuoti, nes UV spinduliai gali sudirginti odą.

### **Ar efektyvūs yra termovizoriai nustatyti žmonėms, užkrėstiems naujuoju koronavirusu?**

Taip. Jie yra veiksmingi nustatyti žmonėms, kurie, užsikrėtę naujuoju koronavirusu, sukarščiavo (t. y. jų kūno temperatūra aukštesnė už normalią).

Tačiau termovizoriais negalima aptikti užsikrėtusių, bet dar nekarščiuojančių žmonių. Taip yra todėl, kad užkrėsti žmonės suserga ir pradeda karščiuoti nuo 2 iki 10 dienų po užsikrėtimo.

### **Ar purškiant alkoholį ar chlorą ant odos galima užmušti naująjį koronavirusą visame kūne?**

Ne. Purškiant alkoholį ar chlorą ant odos, virusai, jau patekę į jūsų kūną, nebus naikinami. Tokių medžiagų purškimas gali pakenkti drabužiams ar gleivinėms (t. y. akims, burnai). Atminkite, kad tiek alkoholis, tiek chloras gali būti naudojami paviršiams dezinfekuoti, tačiau juos naudojant būtina laikytis specialių rekomendacijų.

### **Ar vakcinos nuo plaučių uždegimo apsaugo nuo naujojo koronaviruso?**

Ne. Vakcinos nuo pneumonijos, tokios kaip pneumokokinė vakcina ir Haemophilus gripo B (Hib) tipo vakcina, neužtikrina apsaugos nuo naujojo koronaviruso.

Virusas yra toks naujas ir skirtingas, kad jam reikia specialios vakcinos. Tyrėjai bando sukurti vakciną nuo 2019-nCoV, o Pasaulio sveikatos organizacija palaiko jų pastangas.

Nors šios vakcinos nėra veiksmingos nuo 2019-nCoV, norint apsaugoti savo sveikatą, labai rekomenduojama skiepytis nuo kvėpavimo takų ligų.

### **Ar reguliarius nosies skalavimas druskos tirpalu gali padėti užkirsti kelią naujojo koronaviruso infekcijai?**

Ne. Nėra įrodymų, kad reguliariai skalaudami nosį druskos tirpalu žmonės apsisaugojo nuo užsikrėtimo naujuoju koronavirusu.

Yra keletas įrodymų, kad reguliariai skalaujant nosį druskos tirpalu, žmonės gali greičiau atsigauti po peršalimo. Tačiau nebuvo įrodyta, kad reguliariai skalaujama nosis apsaugo nuo kvėpavimo takų infekcijų.

### **Ar česnako valgymas gali apsaugoti nuo užsikrėtimo naujuoju koronavirusu?**

Česnakai yra sveikas maistas, kuris gali turėti tam tikrų antimikrobinių savybių. Tačiau nėra duomenų, kad česnako valgymas apsaugojo žmones nuo naujojo koronaviruso.

### **Ar naujasis koronavirusas veikia vyresnio amžiaus žmones, ar jaunesni žmonės taip pat yra jautrūs?**

Bet kurio amžiaus žmonės gali būti užkrėsti naujuoju koronavirusu 2019-nCoV. Atrodo, kad vyresni žmonės ir žmonės, turintys kitų sveikatos sutrikimų (pvz., astma, diabetas, širdies ligos), yra labiau pažeidžiami ir serga sunkiau.

Pasaulio sveikatos organizacija pataria bet kokio amžiaus žmonėms saugotis užsikrėsti šiuo virusu – laikytis tinkamos rankų ir kvėpavimo takų higienos.

### **Ar antibiotikai yra veiksmingi užkertant kelią ir gydant naująjį koronavirusą?**

Ne, antibiotikai neveikia virusų, tik bakterijas.

Naujasis koronavirusas (2019-nCoV) yra virusas, todėl antibiotikai neturėtų būti naudojami kaip prevencijos ar gydymo priemonė.

Tačiau jei dėl 2019-nCoV esate paguldytas į ligoninę, jums gali būti paskirti antibiotikai, nes įmanoma bakterinė infekcija.

### **Ar yra kokių nors specialių vaistų, skirtų užkirsti kelią naujam koronavirusui ar jį gydyti?**

Iki šiol nėra konkretaus vaisto, rekomenduojamo užkirsti kelią naujam koronavirusui (2019-nCoV) ar jam gydyti.

Tačiau infekuotieji virusu turėtų būti tinkamai prižiūrimi simptomams palengvinti ir gydyti, o sunkiai sergantys asmenys turėtų gauti optimalią palaikomąją pagalbą. Kai kurie specifiniai gydymo būdai tiriama atliekant klinikinius tyrimus.

*Parengta pagal <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>*