इंडियन मेडिकल असोसिएशन,
महाराष्ट्र राज्य

कोरोना विषाणूची साथ
जाणून घेऊ काही

जनजागृती प्रीत्यर्थ प्रसारित

काय आहे कोरोना?

- हा एक विषाणू आहे.
- तो वेगाने वाढतो
- वेगाने एका व्यक्तीकडून दुसऱ्याकडे पसरतो
- आपल्या श्वसनसंस्थेला बाधित करतो.

कोरोना विषाणू दोन प्रकारे पसरतो

१. रुग्णाच्या खोकल्यातून

- रुग्ण खोकल्यावर हवेत तुषार उडतात
- हे तुषार रुग्णाकडून हवेत पसरतात
- या तुषारातील कणांमध्ये विषाणू असतात
- आजूबाजूच्या व्यक्तींनी श्वास घेतल्यावर त्यातून त्याचा संसर्ग होतो.

कोरोना विषाणू दोन प्रकारे पसरतो

२. वस्तूंच्या स्पर्शातून

- रुग्णाच्या खोकल्यातून काही तुषार त्यातील विषाणूंसह आजूबाजूच्या वस्तूंवर पडतात
- त्या वस्तूंना आपल्या हातांचा स्पर्श झाल्यावर ते विषाणू हातांना चिकटतात
- त्यानंतर जर हात चेहऱ्याला किंवा नाकाला लावले तर ते आपल्या श्वसनमार्गातून जाऊन संसर्ग होतो.

आजाराची लक्षणे

१. सर्दी
२. घसा तीव्रपणे दुखणे
३. खोकला
४. ताप
५. श्वास घेण्यास त्रास होणे
६. डोकेदुखी
७. उलट्या व जुलाब

धोकादायक लक्षणे

१. तीव्र घसादुखी
२. ३८ अंशापेक्षा जास्त ताप असणे
३. धाप लागणे,
४. छातीत दुखणे,
५. खोकल्यावाटे रक्त पडणे,
६. रक्तदाब कमी होणे,
७. नखे निळसर काळी पडणे,
८. मुलांच्यामध्ये चिडचीड आणि झोपाळूपणा वाढणे

जास्त धोका कुणाला?

- गरोदर माता,
- उच्च रक्तदाब,
- मधुमेह,
- मूत्रपिंडाचे विकार,
- कर्करोग,
- दमा
- जुना व सतत बळावणारा खोकला
- कर्करोगाचे उपचार चालू असल्यास

आजाराची शंका आल्यास

- वेळ न दवडता मान्यताप्रत डॉक्टरांचा सल्ला घ्या
- जवळच्या सरकारी इस्पितळात जाऊन 'कोरोना विषाणू'च्या निदानाची तपासणी करून घ्या
- डॉक्टरांनी सांगितल्यास रुग्णालयात त्वरित भरती व्हा
- ऐकीव माहिती, अफवांवर विश्वास ठेवू नका
- अशास्त्रीय उपचार, भोंदू डॉक्टरांचे उपचार घेऊ नका

आजार टाळण्यासाठी

- डॉक्टरांच्या सल्ल्याने मास्क वापरा
- गर्दीची ठिकाणे टाळा
- चेहऱ्याला हात लावण्यापूर्वी हात स्वच्छ धुवा
- सॅनिटायझर किंवा साध्या साबण-पाण्याने हात वरचेवर धुवावेत.

आजार टाळण्यासाठी

- खोकला किंवा शिंका आल्यास तोंडावर रुमाल किंवा टिशू पेपर धरावा.
- टिशू लगेच कचरापेटीत टाकून द्यावा.
- खोकताना किंवा शिंकताना तोंडासमोर हात धरू नये, त्याऐवजी कोपर वाकवून ते तोंडासमोर धरावे.

आजार टाळण्यासाठी

- ताप आणि खोकला असलेल्या रुग्णाचा सहवास टाळावा.
- तुम्ही या विषाणूने पसरलेल्या साथीच्या भागात प्रवास केला असेल आणि जर ताप, खोकला आणि श्वास घ्यायला त्रास होत असेल तर त्वरित डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा. गरज वाटल्यास रुग्णालयात भरती व्हावे.
- प्राण्यांचा सहवास टाळावा. त्यांना स्पर्श करू नये.

आजार टाळण्यासाठी

- पूर्ण शिजवलेले शाकाहारी/ मांसाहारी अन्न खावे
- चिकन, मटन प्रमाणित दुकानातूनच घ्यावे
- तीन लिटर पाणी रोज घ्यावे
- पुरेशी आणि नियमित झोप घ्यावी, जागरणे टाळावीत
- धूम्रपान टाळावे
- मद्यपान टाळावे

कोरोनाबाबत गैरसमज

१. चिकन, अंडी खाऊ नयेत –

- हे धादांत खोटे आहे.
- पूर्ण शिजवलेल्या मांसाहारातून कोरोना व्हायरस पसरू शकत नाही.
- ५५ अंशापेक्षा अधिक तापमानात हा विषाणू जिवंत राहत नाही

कोरोनाबाबत गैरसमज

२. चीनमधून आयात झालेल्या गोष्टी वापरू नयेत.

- आयात वस्तूतून विषाणू पसरत नाही.
- तरीही शंका असल्यास जंतुनाशक औषधांनी त्या धोवून घ्याव्यात
- चीनमधून आयात उपकरणे, रंग, पिचकाऱ्या, पुस्तके यातूनही कोरोना विषाणू पसरत नाही
- शंका असल्यास निर्जंतुक हॅण्डग्लोव्हज वापरावेत

कोरोनाबाबत गैरसमज

३. लसूण खाल्याने कोरोना विषाणूंचा संसर्ग होत नाही

- हे पूर्णपणे दिशाभूल करणारे आहे.
- यासाठी कोणतेही संशोधन अस्तित्वात नाही.
- अशाप्रकारची कोणतीही वनस्पती अथवा औषध आजमितीला शास्त्रीय पद्धतीने मान्यताप्रत नाही

कोरोनाबाबत गैरसमज

४. भारत सरकारच्या ‘आयुष’ मंत्रालयाने जाहीर केलेल्या पत्रकानुसार काही ‘आयुष’ औषधे कोरोना आजार रोखण्यासाठी उपयुक्त ठरतात.

- कोणताही शास्त्रीय पुरावा नसलेली औषधे सरकारच्या जबाबदार खात्याने प्रतिबंधात्मक औषधे म्हणून जाहीर केली हे दुर्दैव आहे.
- ‘आयुष’ मंत्रालयाने जाहीर केलेली ही औषधे हा आजार रोखण्यासाठी मुळीसुद्धा उपयुक्त नाहीत.

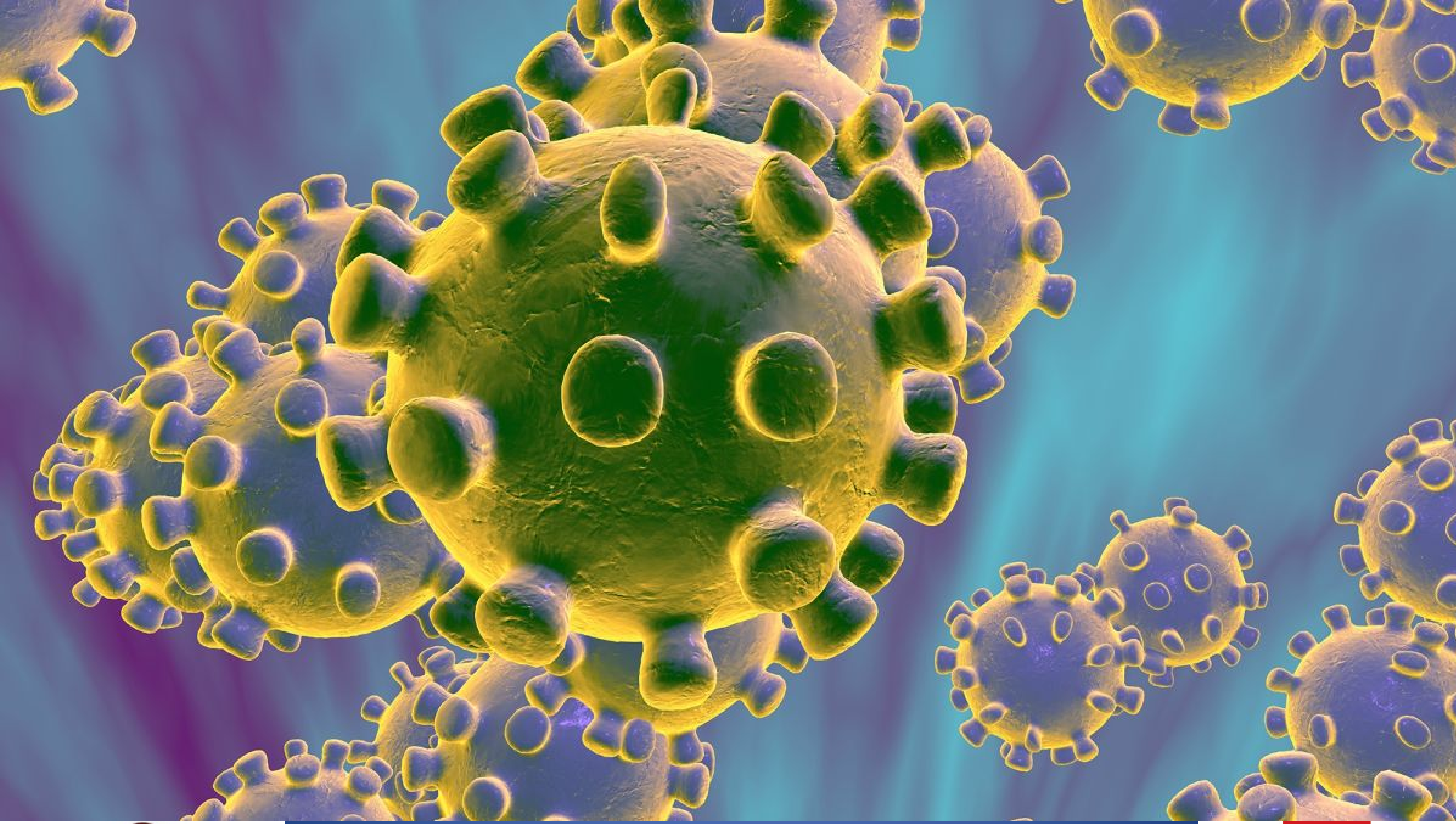
कोरोनाबाबत गैरसमज

५. कोरोना विषाणूचा संसर्ग झाल्यास रुग्ण मृत्युमुखी पडतो.

- आज भारतभरात केंद्र सरकारने आणि महाराष्ट्रात राज्य सरकारच्या आरोग्यखात्याने, त्याप्रमाणे आय.एम.ए.च्या सदस्य डॉक्टरांनी अगदी पहिल्या दिवसापासून हा आजार ओळखून त्याची निदान त्वरित करून रुग्णाला आवश्यक असल्यास त्याला इस्पितळात भारती करण्याबद्दल मोहीम राबवली आहे.
- कोरोना विषाणूची बाधा झाली तरी रुग्ण पूर्ण बरा होऊ शकतो.
- यात रुग्ण दगावण्याची शक्यता अत्यल्प आहे.

लक्षात ठेवा

- कोरोना विषाणूचा संसर्ग झाल्याची शंका आली तरी घाबरु नका.
- त्वरित डॉक्टरांचा सल्ला घ्या
- अफवा आणि चुकीच्या माहितीवर विश्वास ठेवू नका
- कोरोना विषाणूची साथ लवकरच पूर्ण आटोक्यात येईल.



इंडियन मेडिकल असोसिएशन

महाराष्ट्र राज्य

जनहितार्थ प्रसारित