



Detail Question and Answers on COVID-19 for Public

What is corona virus

Corona viruses are a large family of viruses which may cause illness in animals or humans. In humans, several coronaviruses are known to cause respiratory infections ranging from the common cold to more severe diseases such as Middle East Respiratory Syndrome (MERS) and Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). The most recently discovered coronavirus causes coronavirus disease COVID-19.

What is COVID-19

COVID-19 is the infectious disease caused by the most recently discovered corona virus. This new virus and disease were unknown before the outbreak began in Wuhan, China, in December 2019.

What are the symptoms of COVID-19

The most common symptoms of COVID-19 are fever, tiredness, and dry cough. Some patients may have aches and pains, nasal congestion, runny nose, sore throat or diarrhea. These symptoms are usually mild and begin gradually. Some people become infected but don't develop any symptoms and don't feel unwell. Most people (about 80%) recover from the disease without needing special treatment. Around 1 out of every 6 people who gets COVID-19 becomes seriously ill and develops difficulty breathing. Older people, and those with underlying medical problems like high blood pressure, heart problems or diabetes, are more likely to develop serious illness. People with fever, cough and difficulty breathing should seek medical attention.

How does COVID-19 spread

People can catch COVID-19 from others who have the virus. The disease can spread from person to person through small droplets from the nose or mouth which are spread when a person with COVID-19 coughs or exhales. These droplets land on objects and surfaces around the person. Other people then catch COVID-19 by touching these objects or surfaces, then touching their eyes, nose or mouth. People can also catch COVID-19 if they breathe in droplets from a person with COVID-19 who coughs out or exhales droplets. This is why it is important to stay more than 1 meter (3 feet) away from a person who is sick.

Can the virus that causes COVID-19 be transmitted through the air?

Studies to date suggest that the virus that causes COVID-19 is mainly transmitted through contact with respiratory droplets rather than through the air. See previous answer on “How does COVID-19 spread?”

Can COVID-19 be caught from a person who has no symptoms?

The main way the disease spreads is through respiratory droplets expelled by someone who is coughing. The risk of catching COVID-19 from someone with no symptoms at all is very low. However, many people with COVID-19 experience only mild symptoms. This is particularly true at the early stages of the disease. It is therefore possible to catch COVID-19 from someone who has, for example, just a mild cough and does not feel ill.

Can I catch COVID-19 from the feces of someone with the disease?

The risk of catching COVID-19 from the feces of an infected person appears to be low. While initial investigations suggest the virus may be present in feces in some cases, spread through this route is not a

main feature of the outbreak. The ongoing research on the ways COVID-19 is spread and will continue to share new findings. Because this is a risk, however, it is another reason to clean hands regularly, after using the bathroom and before eating.

What can I do to protect myself and prevent the spread of disease

Protection measures for everyone

Stay aware of the latest information on the COVID-19 outbreak, available on the national, state and local public health authority. Many countries around the world have seen cases of COVID-19 and several have seen outbreaks. Authorities in China and some other countries have succeeded in slowing or stopping their outbreaks. However, the situation is unpredictable so check regularly for the latest news.

You can reduce your chances of being infected or spreading COVID-19 by taking some simple precautions:

- Regularly and thoroughly clean your hands with an alcohol-based hand rub or wash them with soap and water. Why? Washing your hands with soap and water or using alcohol-based hand rub kills viruses that may be on your hands.
- Maintain at least 1 metre (3 feet) distance between yourself and anyone who is coughing or sneezing. Why? When someone coughs or sneezes they spray small liquid droplets from their nose or mouth which may contain virus. If you are too close, you can breathe in the droplets, including the COVID-19 virus if the person coughing has the disease.
- Avoid touching eyes, nose and mouth. Why? Hands touch many surfaces and can pick up viruses. Once contaminated, hands can transfer the virus to your eyes, nose or mouth. From there, the virus can enter your body and can make you sick.
- Make sure you, and the people around you, follow good respiratory hygiene. This means covering your mouth and nose with your bent elbow or tissue when you cough or sneeze. Then

dispose of the used tissue immediately. Why? Droplets spread virus. By following good respiratory hygiene you protect the people around you from viruses such as cold, flu and COVID-19.

- Stay home if you feel unwell. If you have a fever, cough and difficulty breathing, seek medical attention and call in advance. Follow the directions of your local health authority. Why? National and local authorities will have the most up to date information on the situation in your area. Calling in advance will allow your health care provider to quickly direct you to the right health facility. This will also protect you and help prevent spread of viruses and other infections.
- Keep up to date on the latest COVID-19 hotspots (cities or local areas where COVID-19 is spreading widely). If possible, avoid traveling to places – especially if you are an older person or have diabetes, heart or lung disease. Why? You have a higher chance of catching COVID-19 in one of these areas.

Protection measures for persons who are in or have recently visited (past 14 days) areas where COVID-19 is spreading

- Follow the guidance outlined above (Protection measures for everyone)
- Self-isolate by staying at home if you begin to feel unwell, even with mild symptoms such as headache, low grade fever (37.3 C or above) and slight runny nose, until you recover. If it is essential for you to have someone bring you supplies or to go out, e.g. to buy food, then wear a mask to avoid infecting other people.
Why? Avoiding contact with others and visits to medical facilities will allow these facilities to operate more effectively and help protect you and others from possible COVID-19 and other viruses.
- If you develop fever, cough and difficulty breathing, seek medical advice promptly as this may be due to a respiratory infection or other serious condition. Call in advance and tell your provider of any recent travel or contact with travelers. Why? Calling in advance will allow your health care provider to quickly direct you to the right health facility. This will also help to prevent possible spread of COVID-19 and other viruses.

How likely am I to catch COVID-19?

The risk depends on where you are - and more specifically, whether there is a COVID-19 outbreak unfolding there.

For most people in most locations the risk of catching COVID-19 is still low. However, there are now places around the world (cities or areas) where the disease is spreading. For people living in, or visiting, these areas the risk of catching COVID-19 is higher. Governments and health authorities are taking vigorous action every time a new case of COVID-19 is identified. Be sure to comply with any local restrictions on travel, movement or large gatherings. Cooperating with disease control efforts will reduce your risk of catching or spreading COVID-19.

COVID-19 outbreaks can be contained and transmission stopped, as has been shown in China and some other countries. Unfortunately, new outbreaks can emerge rapidly. It's important to be aware of the situation where you are or intend to go.

Should I worry about COVID-19?

Illness due to COVID-19 infection is generally mild, especially for children and young adults. However, it can cause serious illness: about 1 in every 5 people who catch it need hospital care. It is therefore quite normal for people to worry about how the COVID-19 outbreak will affect them and their loved ones.

We can channel our concerns into actions to protect ourselves, our loved ones and our communities. First and foremost among these actions is regular and thorough hand-washing and good respiratory hygiene. Secondly, keep informed and follow the advice of the local health authorities including any restrictions put in place on travel, movement and gatherings.

Who is at risk of developing severe illness

While we are still learning about how COVID-2019 affects people, older persons and persons with pre-existing medical conditions (such as high blood pressure, heart disease, lung disease, cancer or diabetes) appear to develop serious illness more often than others.

Are antibiotics effective in preventing or treating the COVID-19?

No. Antibiotics do not work against viruses, they only work on bacterial infections. COVID-19 is caused by a virus, so antibiotics do not work. Antibiotics should not be used as a means of prevention or treatment of COVID-19. They should only be used as directed by a physician to treat a bacterial infection.

Are there any medicines or therapies that can prevent or cure COVID-19

While some western, traditional or home remedies may provide comfort and alleviate symptoms of COVID-19, there is no evidence that current medicine can prevent or cure the disease. We does not recommend self-medication with any medicines, including antibiotics, as a prevention or cure for COVID-19. However, there are several ongoing clinical trials that include both western and traditional medicines. We will continue to provide updated information as soon as clinical findings are available.

Is there a vaccine drug or treatment for COVID-19

Not yet. To date, there is no vaccine and no specific antiviral medicine to prevent or treat COVID-2019. However, those affected should receive care to relieve symptoms. People with serious illness should be hospitalized. Most patients recover thanks to supportive care.

Possible vaccines and some specific drug treatments are under investigation. They are being tested through clinical trials.

The most effective ways to protect yourself and others against COVID-19 are to frequently clean your hands, cover your cough with the bend of elbow or tissue, and maintain a distance of at least 1 meter (3 feet) from people who are coughing or sneezing

Is COVID-19 the same as SARS?

No. The virus that causes COVID-19 and the one that caused the outbreak of Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) in 2003 are related to each other genetically, but the diseases they cause are quite different.

SARS was more deadly but much less infectious than COVID-19. There have been no outbreaks of SARS anywhere in the world since 2003.

Should I wear mask to protect myself

Only wear a mask if you are ill with COVID-19 symptoms (especially coughing) or looking after someone who may have COVID-19. Disposable face mask can only be used once. If you are not ill or looking after someone who is ill then you are wasting a mask. There is a world-wide shortage of masks, so We urge people to use masks wisely.

We advises rational use of medical masks to avoid unnecessary wastage of precious resources and mis-use of masks The most effective ways to protect yourself and others against COVID-19 are to frequently clean your hands, cover your cough with the bend of elbow or tissue and maintain a distance of at least 1 meter (3 feet) from people who are coughing or sneezing.

How to put on use take off and dispose of a mask?

1. Remember, a mask should only be used by health workers, care takers, and individuals with respiratory symptoms, such as fever and cough.
2. Before touching the mask, clean hands with an alcohol-based hand rub or soap and water
3. Take the mask and inspect it for tears or holes.
4. Orient which side is the top side (where the metal strip is).
5. Ensure the proper side of the mask faces outwards (the coloured side).
6. Place the mask to your face. Pinch the metal strip or stiff edge of the mask so it moulds to the shape of your nose.
7. Pull down the mask's bottom so it covers your mouth and your chin.
8. After use, take off the mask; remove the elastic loops from behind the ears while keeping the mask away from your face and clothes, to avoid touching potentially contaminated surfaces of the mask.
9. Discard the mask in a closed bin immediately after use.
10. Perform hand hygiene after touching or discarding the mask – Use alcohol-based hand rub or, if visibly soiled, wash your hands with soap and water.

How long is the incubation period for COVID-19?

The “incubation period” means the time between catching the virus and beginning to have symptoms of the disease. Most estimates of the incubation period for COVID-19 range from 1-14 days, most commonly around five days. These estimates will be updated as more data become available.

Can humans become infected with the COVID-19 from an animal source?

Coronaviruses are a large family of viruses that are common in animals. Occasionally, people get infected with these viruses which

may then spread to other people. For example, SARS-CoV was associated with civet cats and MERS-CoV is transmitted by dromedary camels. Possible animal sources of COVID-19 have not yet been confirmed.

To protect yourself, such as when visiting live animal markets, avoid direct contact with animals and surfaces in contact with animals. Ensure good food safety practices at all times. Handle raw meat, milk or animal organs with care to avoid contamination of uncooked foods and avoid consuming raw or undercooked animal products.

Can I catch COVID-19 from my pet?

While there has been one instance of a dog being infected in Hong Kong, to date, there is no evidence that a dog, cat or any pet can transmit COVID-19. COVID-19 is mainly spread through droplets produced when an infected person coughs, sneezes, or speaks. To protect yourself, clean your hands frequently and thoroughly.

We continue to monitor the latest research on this and other COVID-19 topics and will update as new findings are available.

How long does the virus survive on surfaces?

It is not certain how long the virus that causes COVID-19 survives on surfaces, but it seems to behave like other corona viruses. Studies suggest that corona viruses (including preliminary information on the COVID-19 virus) may persist on surfaces for a few hours or up to several days. This may vary under different conditions (e.g. type of surface, temperature or humidity of the environment).

If you think a surface may be infected, clean it with simple disinfectant to kill the virus and protect yourself and others. Clean your hands with

an alcohol-based hand rub or wash them with soap and water. Avoid touching your eyes, mouth, or nose.

Is it safe to receive a package from any area where COVID-19 has been reported?

Yes. The likelihood of an infected person contaminating commercial goods is low and the risk of catching the virus that causes COVID-19 from a package that has been moved, travelled, and exposed to different conditions and temperature is also low.

Is there anything I should not do?

The following measures **ARE NOT** effective against COVID-2019 and can be harmful:

- Smoking
- Wearing multiple masks
- Taking antibiotics (See question 10 "*Are there any medicines of therapies that can prevent or cure COVID-19?*")

In any case, if you have fever, cough and difficulty breathing seek medical care early to reduce the risk of developing a more severe infection and be sure to share your recent travel history with your health care provider.

ಕೊರೊನಾ ಕುರಿತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳು



ಕೊವಿಡ್-19 ಹೇಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ?

ಕೆಮ್ಮುವುದು, ಸೀನುವುದು ಮುಂತಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೂಲಕ ಶ್ವಾಸಕೋಶದಿಂದ ಹೊರಹಾಕಲ್ಪಡುವ ಹನಿಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ರೋಗ ಹಬ್ಬಿಸುವ ಮುಖ್ಯ ವಾಹಕಗಳಾಗಿವೆ.

* ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಕೊವಿಡ್-19 ಬಾಧಿತನು ಕೆಮ್ಮು, ಸೀನುಗಳ ಮೂಲಕ ಹೊರಹಾಕುವ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಹನಿಗಳು ಆತನಿಂದ ಒಂದು ಮೀಟರಿಗೂ ಕಡಿಮೆ ಅಂತರದಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಉಸಿರಾಟದ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಅವರ ಬಾಯಿ/ಮೂಗುಗಳು ಮುಚ್ಚಿರದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ.

* ಕೊವಿಡ್-19 ಬಾಧಿತರು ಕಾಯಿಲೆಯ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಬಹಳಬೇಗನೆ ವೈರಾಣುವನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಇದು ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಿಲ್ಲದವರಿಗೆ/ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದ ಗುಣಲಕ್ಷಣವುಳ್ಳವರಿಗೆ ತಗುಲುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂದು ಇತ್ತೀಚಿನ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ತಿಳಿಸಿವೆ.

* ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಲಭ್ಯವಾದ ಮಾಹಿತಿಯಂತೆ ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ಸೀನುಗಳ ಮೂಲಕ ಜನರು ಈ ವೈರಾಣುವಿನ ಹಬ್ಬುವಿಕೆಗೆ ಕಾರಣರಾಗುತ್ತಾರೆ.

* ಕೊವಿಡ್-19 ತಗುಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೆಮ್ಮಿದಾಗ ಅಥವಾ ಸೀನಿದಾಗ ಸಿಡಿದ ಹನಿಗಳು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವ ಮುಟ್ಟಿ, ನಂತರ ಅದೇ ಕೈಗಳಿಂದ ತಮ್ಮ ಬಾಯಿ, ಮೂಗು ಅಥವಾ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದರಿಂದ ಕೊರೊನಾ ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ತಗುಲಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣು ಬಾಧೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಅಥವಾ ಬಾಧಿತರಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಲು

ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಔಷಧಿಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯೇ?

ಇಲ್ಲ. ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಔಷಧಿಗಳು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡಬಲ್ಲವು ವೈರಾಣುಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡಲಾರವು. ಹೊಸ ಕೊರೊನಾ (2019-ಟಿಆರ್‌ಜಿ) ಒಂದು ವೈರಾಣುವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಅಥವಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಬಳಸಬಾರದು. ಆದರೆ, (2019-ಟಿಆರ್‌ಜಿ) ಬಾಧಿತರಿಗೆ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಸಂಬಂಧಿ ಸೋಂಕು ತಗುಲಬಾರದೆಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಯಾವುವು?

ಜ್ವರ,ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ಇತರ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಸಂಬಂಧಿ ತೊಂದರೆಗಳು ಕೊವಿಡ್-19 ತಗುಲಿರುವ ಮುಖ್ಯ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳಾಗಿವೆ. ಗಂಭೀರ ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾ ಕಂಡುಬರಬಹುದು. ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪದ ಕಾಯಿಲೆಯು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸಾವಿಗೂ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು (Wಲೂಜಿ). ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ರೋಗಿಗಳು ಮೌಂಸಖಂಡಗಳಲ್ಲಿ ನೋವು, ಗೊಂದಲಕ್ಕೀಡಾಗುವಿಕೆ,ತಲೆನೋವು ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ಬಳಲಬಹುದು. ಕೆಲ ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಭೇದಿಯಾಗಿರುವುದೂ ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಈ ಕಾಯಿಲೆಯು ಫ್ಲೂ ಮತ್ತು ಇತರ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ರೋಗಪತ್ತೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಕಾಯಿಲೆ ಹರಡದಂತೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣು ಹಬ್ಬದಂತೆ ಮಾಡಲು ಬೇಗನೆ ರೋಗವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡುವುದು, ರೋಗಾಣುವಿನ ಮೂಲವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು, ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಕುರಿತಂತೆ ಸೂಕ್ತ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು ಮತ್ತು ಜನಸಮುದಾಯದ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆ, ಸೋಂಕು ಹಬ್ಬದಂತೆ ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸುವುದು ಮುಂತಾದ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಸೋಂಕಿಗೀಡಾಗಬಹುದಾದ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುವವರನ್ನು ಬೇಗನೆ ಗುರುತಿಸಿ ಅವರಿಗೆ ಎಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ಅಗತ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂಬ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಬೇಕು. ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ರೋಗ ಹಬ್ಬಬಹುದಾದ ವಲಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ರೋಗಪತ್ತೆ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಹೊಸ ಕೊರೊನಾವೈರಾಣು ಕೇವಲ ವಯಸ್ಸಾದವರನ್ನು ಬಾಧಿಸುತ್ತದೆಯೇ ಅಥವಾ ಯುವಜನರೂ ಇದರಿಂದ ಬಾಧಿತರಾಗಬಹುದು?

ಹೊಸ ಕೊರೊನಾವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕು ಎಲ್ಲ ವಯಸ್ಸಿನವರನ್ನೂ ಬಾಧಿಸಬಹುದು (2019-ಟಿಆರ್‌ಜಿ). ವಯಸ್ಸಾದವರು, ಅಸ್ತಮಾ,ಮಧುಮೇಹ,ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ಈ ವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕು ಬಹಳ ಬೇಗನೆ ತಗುಲುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಎಲ್ಲ ವಯೋಮಾನದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೂ ವೈರಾಣುವಿನ ವಿರುದ್ಧ ತಮ್ಮನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಕೈಗಳ ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಸಂಬಂಧಿ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಸೂತ್ರಗಳ ಪಾಲನೆಯ ಮೂಲಕ ಈ ವೈರಾಣುವಿನ ವಿರುದ್ಧ ಸುರಕ್ಷೆ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ

ಕೊವಿಡ್-19 ರಿಂದ ಜನರು ತಮ್ಮನ್ನು ಯಾವರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು?

ವೈರಾಣುವಿನ ಹಬ್ಬುವಿಕೆ ಕುರಿತಂತೆ ಸ್ಥಳೀಯ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಗಳು ನೀಡುವ ಇತ್ತೀಚಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸದಾ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು.

* ಸಾಬೂನು ಮತ್ತು ನೀರನ್ನು ಬಳಸಿ ಅಥವಾ ಸ್ಯಾನಿಟೈಸರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಕೈಗಳನ್ನು ಆಗಾಗ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

* ಕೆಮ್ಮುವಾಗ, ಸೀನುವಾಗ ಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಮೂಗುಗಳನ್ನು ಕರವಸ್ತ್ರ,ಟಿಶ್ಯೂ ಕಾಗದಗಳಿಂದ ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇಲ್ಲವೇ ತೋಳುಗಳಿಂದ ಮುಖ,ಮೂಗುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬಳಸಿದ ಟಿಶ್ಯೂ ಕಾಗದವನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ಮುಚ್ಚಿದ ಕಸದಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಬೇಕು.

* ಕೆಮ್ಮು,ಜ್ವರಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ನಿಕಟ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಬಾರದು.

* ಕಾಯಿಲೆಪೀಡಿತ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಬಾರದು. ಹಳಸಿದ ಮೌಂಸ, ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗಳ ತ್ಯಾಜ್ಯವಸ್ತುಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು.

* ಆಹಾರ ಸುರಕ್ಷೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು.

* ಜ್ವರ,ಕೆಮ್ಮು,ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆಗಳು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ, ತಕ್ಷಣ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರೊಂದಿಗೆ ತಾವು ಈ ಹಿಂದೆ ಮಾಡಿದ್ದ ಪ್ರಯಾಣದ ವಿವರಗಳು, ಅಥವಾ ಕೊವಿಡ್-19 ಬಾಧಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಂದ ಬಂದವರೊಂದಿಗೆ ತಾವು ಹೊಂದಿದ ಸಂಪರ್ಕ ಮುಂತಾದ ವಿವರಗಳನ್ನು ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ನೀಡಬೇಕು.



ಫೂ ಮತ್ತು ಕೊವಿಡ್-19 ಬಾಧಿತರಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿವೆಯೇ?
 ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ನೆಗೆಡಿಗಳು ಅಲರ್ಜಿಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ನೆಗೆಡಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಜ್ವರವೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಲ್ಲಿ ಅದು ಫೂ ಬಂದಿರುವ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿದೆ. ಕೆಮ್ಮು ಜ್ವರಗಳೊಂದಿಗೆ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆಗಳು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ, ಅದು ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣು ಸೋಂಕಿನ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿದ್ದು, ನೀವು ಅದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಲು ತಕ್ಷಣ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣಬೇಕು.

ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ಕೊರೊನಾವೈರಾಣು ಹಬ್ಬುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದೇ?

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಎಲ್ಲರೂ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕೊವಿಡ್-19 ವೈರಾಣುವಿನ ಬಾಧಿತರು ಮತ್ತು ಸೋಂಕಿಗೀಡಾದವರ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಇತರರು ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಸೋಂಕಿಗೀಡಾಗಬಹುದಾದ ಅಪಾಯವಿರುವ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ನೀವು ಹೋಗಬೇಕಾದ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಉದಾ: ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು ನೀವು ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಾರಿಗೆ ಬಳಸುವಾಗಲೂ ಕೂಡ ಸೋಂಕಿಗೀಡಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುವುದರಿಂದ ನೀವು ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಬೇಕು.

ವೈರಾಣು ಹಬ್ಬದಿರಲು ಮೌನಾಹಾರ ಸೇವನೆಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕೇ?

ಮೌನಾಹಾರಕ್ಕೂ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣುವಿಗೂ ಏನೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ. ಇದು ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಸಂಬಂಧಿ ವೈರಾಣುವಾಗಿದ್ದು, ಆಹಾರಸಂಬಂಧಿತ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕೊರೊನಾವೈರಾಣುವಿಗೂ ಆಹಾರ,ನಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳು,ಮೌನಾಹಾರ ಸೇವನೆಗೂ ಯಾವ ಸಂಬಂಧವೂ ಇಲ್ಲ. ಜನರು ತಮ್ಮಿಷ್ಟ ಬಂದ ಆಹಾರವನ್ನು ಎಷ್ಟು ಬೇಕಾದರೂ ಸೇವಿಸಬಹುದು.

ಹೊಸ ಕೊರೊನಾವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕಿಗೀಡಾದವರನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಥರ್ಮಲ್ ಸ್ಕ್ರೀನಿಂಗ್‌ಗಳು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿವೆ?

ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕಿನಿಂದಾಗಿ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಉಷ್ಣತೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಉಷ್ಣತೆ ಇರುವುದನ್ನು ಥರ್ಮಲ್ ಸ್ಕ್ರೀನಿಂಗ್ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಲ್ಲವು. ಆದರೆ, ಜ್ವರವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕಿಗೀಡಾದವರನ್ನು ಇವು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲಾರವು. ಏಕೆಂದರೆ, ಸೋಂಕಿಗೀಡಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಅಂಥವರಿಗೆ 2 ರಿಂದ 10 ದಿನಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಜ್ವರ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ಅಲ್ಯೂಹಾಲ್ ಅಥವಾ ಕ್ಲೋರಿನ್ ಸಿಂಪಡಿಸುವುದರಿಂದ ಹೊಸ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣುವನ್ನು ಸಾಯಿಸಬಹುದೇ?

ಇಲ್ಲ. ಈಗಾಗಲೇ ಶರೀರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ವೈರಾಣುಗಳನ್ನು ಅಲ್ಯೂಹಾಲ್ ಅಥವಾ ಕ್ಲೋರಿನ್ ಸಿಂಪಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಸಾಯಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂಥ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಸಿಂಪಡಿಸುವುದರಿಂದ ಕಣ್ಣು,ಬಾಯಿಗಳ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ವಸ್ತುಗಳ ಮೇಲಿರುವ ಸೋಂಕುಕಾರಕಗಳನ್ನು ಅಲ್ಯೂಹಾಲ್ ಮತ್ತು ಕ್ಲೋರಿನ್ ಇವೆರಡರಿಂದಲೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಕ್ರಮಗಳ ಮೂಲಕ ನಿವಾರಿಸಬಹುದು.

ಕೊವಿಡ್-19 ಕ್ಕೆ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ತಗುಲಬಹುದು?

ಈಗ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದು, ಇನ್ನೊಂದು ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಕೊವಿಡ್-19 ಕ್ಕೆ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದು. H1N1 ಗೆ ಈಗಾಗಲೇ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲಾಗಿದ್ದು, ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೊವಿಡ್-19 ಕ್ಕೂ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ವರ್ಷ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿಯ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಗೂ ಕೊವಿಡ್-19 ಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧವಿದೆಯೇ? ಇದನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದೇ?

ವೈರಾಣುಗಳ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣು ಅತ್ಯಂತ ವರ್ಬಲವಾದ ವೈರಾಣುಗಳಲ್ಲೊಂದಾಗಿದೆ. ಇದುವರೆಗೆ ಇದರಿಂದ ಸಾವಿಗೀಡಾದವರು ಅಥವಾ ಸೋಂಕಿಗೀಡಾದವರಲ್ಲಿ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆ ಇರುವ ಚಿಕ್ಕವರು ಅಥವಾ ವಯಸ್ಸಾದವರು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಬಾಧಿಸಲಾರದು. ಹೆಚ್‌ಐವಿ,ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪೀಡಿತರು, ಅಂಗಾಂಗ ಜೋಡಣೆಯ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗೊಳಗಾದವರು, ಮಧುಮೇಹಿಗಳು ಸೋಂಕಿಗೊಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಸಾದವರೂ ಕೂಡ ಸೋಂಕಿಗೀಡಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಚೈನಾ ಮತ್ತು ಇರಾನ್ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಸಾವಿಗೀಡಾದವರ ಪ್ರಕರಣಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಲ್ಲಿ, ಅವರಲ್ಲಿ 90% ರಷ್ಟು ಜನರು ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದ ಯಾವುದಾದರೂ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ವೈರಾಣುವಿನಿಂದ ಸಾವಿಗೀಡಾದವರ ವಯಸ್ಸಿನ ಸರಾಸರಿ 59. ಅರವತ್ತಕ್ಕೆ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟ ವಯಸ್ಸಿನವರಲ್ಲಿ ವೈರಾಣು ಸೋಂಕಿನ ನಂತರ ಸಾವಿಗೀಡಾಗುವವರ ಪ್ರಮಾಣವು 3.4% ರಷ್ಟು, ಎಪ್ಪತ್ತಕ್ಕೆ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟ ವಯಸ್ಸಿನವರಲ್ಲಿ 8% ರಷ್ಟು ಹಾಗೂ ಎಂಬತ್ತಕ್ಕೂ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟ ವಯಸ್ಸಿನವರಲ್ಲಿ 15% ಎಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯು ಉತ್ತಮವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಯಾವುದೇ ವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕಿಗೆ ಪ್ರತಿರೋಧ ಒಡ್ಡಬಹುದು ಆದರೆ ಕೊವಿಡ್-19 ಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಯಾವುದೇ ಸಾಕ್ಷ್ಯಾಧಾರಗಳಿಲ್ಲ.

ಕೊವಿಡ್-19 ರ ಲಕ್ಷಣಗಳು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಲ್ಲಿ ನಾನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದೇ?

ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಾರದು. 104 ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಕೊವಿಡ್-19 ರ ಲಕ್ಷಣಗಳು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಲ್ಲಿ ನಾನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದೇ?

ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಾರದು. 104 ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಕೊವಿಡ್-19 ರ ಲಕ್ಷಣಗಳು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಲ್ಲಿ ನಾನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದೇ?

ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಾರದು. 104 ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯಬೇಕು.

ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾ ವಿರುದ್ಧದ ಲಸಿಕೆಗಳು ಹೊಸ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣುವಿನ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡಬಲ್ಲವೇ?

ಇಲ್ಲ. ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ನೀಡಲಾಗುವ ನ್ಯೂಮೋಕೊಕಲ್ ಲಸಿಕೆ ಮತ್ತು ಟೈಪ್ ಬಿ ಹೆಮೊಫಿಲಸ್ ಇನ್ಫ್ಲುಯೆನ್ಸಾರ್ಯಾ (ಉಉib) ಲಸಿಕೆಗಳು ಹೊಸ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣುವಿನ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡಲಾರವು. ಇದು ಹೊಸ ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ ವೈರಾಣುವಾದ್ದರಿಂದ ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಲಸಿಕೆ ತಯಾರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕೊವಿಡ್-19 ಗೆ ಲಸಿಕೆ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಹೊಸ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣುವಿನಿಂದ ಆಗುವ ಸೋಂಕನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದೇ?

ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ಒಂದು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಆಹಾರವಾಗಿದ್ದು ಕೆಲವು ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣು ನಿರೋಧಕ ಗುಣಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಆದರೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಪಾರಾಗಬಹುದು ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ಸಾಕ್ಷ್ಯಗಳಿಲ್ಲ.

ಕೊವಿಡ್-19 ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಮನೆಮದ್ದುಗಳಿವೆಯೇ?

ಅಲೋಪಥಿ ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಮನೆಮದ್ದುಗಳು ಮತ್ತಿತರ ಯಾವುದೇ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪ್ರಕಾರಗಳ ಸತ್ಯಾಸತ್ಯತೆಗಳು ದೃಢಪಟ್ಟಿಲ್ಲ. ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಯೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಉಪಾಯವಾಗಿದೆ.



ಕೊವಿಡ್-19 ವೈರಾಣುವು ಉಷ್ಣಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ತೇವಾಂಶವಿರುವ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಹರಡಬಹುದೇ?

ಇದುವರೆಗೆ ತಿಳಿದುಬಂದಂತೆ, ಕೊವಿಡ್-19 ಉಷ್ಣಪ್ರದೇಶಗಳು ಮತ್ತು ತೇವಾಂಶವಿರುವ ಪ್ರದೇಶಗಳೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲೂ ಹಬ್ಬಬಹುದಾಗಿದೆ. ವಾತಾವರಣ ಯಾವುದೇ ಇರಲಿ, ನೀವು ಕೊವಿಡ್-19 ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಸುರಕ್ಷಾಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.

ಬಿಸಿನೀರಿನ ಸ್ನಾನವು ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣುವಿನ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದೇ?

ಬಿಸಿನೀರಿನ ಸ್ನಾನವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೊವಿಡ್-19 ಸೋಂಕಿಗೀಡಾಗುವುದರ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಸ್ನಾನ ಮಾಡದಿದ್ದರೂ, ಮಾಡಿದರೂ ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ಉಷ್ಣಾಂಶವು ಸುಮಾರು 36.5 ರಿಂದ 37 ಡಿಗ್ರಿ ಸೆಂಟಿಗ್ರೇಡ್‌ನಷ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾಗಿ ಬಿಸಿ ಇರುವ ನೀರಿನ ಸ್ನಾನವು ನಿಮ್ಮ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಘನಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಬಹುದು.

ಸೊಳ್ಳೆಗಳು ಕಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣು ಹರಡುತ್ತದೆಯೇ?

ಸೊಳ್ಳೆಗಳು ಕಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಹೊಸ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣು ಹಬ್ಬುತ್ತದೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಇದುವರೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಪುರಾವೆಗಳಿಲ್ಲ. ಹೊಸ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣುವು ಒಂದು ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಸಂಬಂಧಿತ ವೈರಾಣುವಾಗಿದ್ದು, ಸೋಂಕುಪೀಡಿತನು ಕೆಮ್ಮಿದಾಗ ಅಥವಾ ಸೀನಿದಾಗ ಸಿಡಿಯುವ ಹನಿಗಳ ಮೂಲಕ ಹಬ್ಬುವ ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿದೆ. ಉಗುಳಿನ ಹನಿಗಳು, ಮೂಗಿನ ದ್ರವಗಳು ಈ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಹರಡುತ್ತವೆ.

ಮೂಗನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಸಲ್ಯೆನ್‌ನಿಂದ ತೊಳೆಯುವ ಮೂಲಕ ಹೊಸ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣುವಿನಿಂದಾಗುವ ಸೋಂಕಿನ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆಯಬಹುದೇ?

ಇಲ್ಲ. ಸಲ್ಯೆನ್‌ನಿಂದ ಆಗಾಗ ಮೂಗನ್ನು ತೊಳೆಯುವುದರಿಂದ ಹೊಸ ಕೊರೊನಾ ವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ಪುರಾವೆಗಳಿಲ್ಲ.

