COVID-19 AV

1. **కోవిడ్ - 19**

భయం వద్దు, జాగ్రత్తగా ఉండండి.

2. **కోవిడ్ -19 అంటే ఏమిటి?**

కోవిడ్-19 అనేది ఇటీవల కనుగొన్న కొత్త నావెల్ కరోనా వైరస్ జాతి వల్ల కలిగే అంటు వ్యాధి.

3. **ఇది ఎలా వ్యాపిస్తుంది?**

ఈ వ్యాధితో బాధపడుతున్న వ్యక్తి తుమ్ము లేదా దగ్గు వచ్చినప్పుడు, చాలా బిందువులు గాలిలో వ్యాప్తి చెందుతాయి లేదా నేల మరియు సమీప ఉపరితలాలపై పడతాయి.

వేరొక వ్యక్తి, వ్యాధి సోకిన వ్యక్తి నుండి ఒక మీటర్ కంటే తక్కువ దూరంలో ఉండి, బిందువులను పీల్చుకుంటే లేదా ఈ ఉపరితలాలను తాకి, ఆపై అతని ముఖం, కళ్ళు లేదా నోటిని తాకినట్లయితే, అతనికి ఈ వ్యాధి వ్యాపిస్తుంది.

4. **వ్యాధి సోకినా వ్యక్తికి ఎలాంటి చికిత్స అవసరం?**

మెజారిటీ ప్రజలకు (80%) మాములు చికిత్స సరిపోతుంది మరియు వారు స్వంతంగా కోలుకుంటారు. ఒక చిన్న నిష్పత్తికి (<20%) ఆసుపత్రి అవసరం. చాలా తక్కువ నిష్పత్తిలో (ప్రధానంగా దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యంతో) ఇంటెన్సివ్ కేర్ యూనిట్ (ఐసియు) లో ప్రవేశం అవసరం.

5. **ఈ వ్యాధి ఏ వయసు వారికి వ్యాపిస్తుంది? ఇది పిల్లలలో కూడా సంభవిస్తుందా?**

ఈ వ్యాధి అన్ని వయసులవారిలో సంభవిస్తుంది. ఇది ఇంటిలో వ్యాధితో బాధపడుతున్న వ్యక్తి ద్వారా పిల్లలకు కూడా వ్యాపిస్తుంది. ఈ సంక్రమణ సాధారణంగా పిల్లలలో తేలిక. వృద్ధులు మరియు కొన్ని ఇతర వ్యాధులతో భాదపడుతున్న వ్యక్తులు (అధిక రక్తపోటు, గుండె జబ్బులు, ఊపిరితిత్తుల వ్యాధి, క్యాన్సర్ లేదా డయాబెటిస్ వంటివి) తీవ్రమైన అనారోగ్యానికి గురయ్యే ప్రమాదం ఉంది.

6. కరోనా వైరస్ ఉపరితలాలు లేదా వస్తువులపై ఎంతకాలం జీవిస్తుంది?

కోవిడ్-19 కి కారణమయ్యే వైరస్ ఉపరితలాలపై ఎంతకాలం జీవిస్తుందో ఖచ్చితంగా తెలియదు, కానీ ఇతర కరోనా వైరస్ల వలె ఇది ప్రవర్తిస్తుంది.
కరోనా వైరస్లు (కోవిడ్-19 వైరస్పై ప్రాథమిక సమాచారంతో సహా) కొన్ని గంటలు లేదా చాలా రోజుల వరకు ఉపరితలాలపై కొనసాగవచ్చని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి.

ఈ వైరస్ వాతావరణ స్థితిగతులను బట్టి మారవచ్చు (ఉదా. ఉపరితల రకం, ఉష్ణోగ్రత లేదా పర్యావరణం యొక్క తేమ).

ఒక ఉపరితలం సోకిందని మీరు అనుకుంటే, వైరస్ ను చంపడానికి మరియు మిమ్మల్ని మరియు ఇతరులను రక్షించడానికి సాధారణ క్రిమిసంహారక మందులతో శుభ్రం చేయండి.

మీ చేతులను ఆల్కహాల్ ఆధారిత హ్యాండ్ రబ్ తో శుభ్రం చేయండి లేదా సబ్బు మరియు నీటితో కడగాలి.

మీ కళ్ళు, నోరు లేదా ముక్కును తాకడం మానుకోండి.

7. ఈ వ్యాధి సాధారణ లక్షణాలు ఏమిటి?

జ్వరం, గొంతు నొప్పి, దగ్గు మరియు శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది.

సాధారణ జలుబు, ఇంఫ్లూయెంజా మొదలైన వైరల్ లక్షణాలకు ఇవి సమానంగా ఉంటాయి.

8. నేను ఎలాంటి సందర్భాల్లో వైద్యుడిని సంప్రదించాలి?

మీకు శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్ లక్షణాలు మరియు కింది వాటిలో ఏదైనా ఉంటే మీరు మీ కుటుంబ వైద్యుడిని సంప్రదించాలి:

కరోనా వైరస్ ప్రభావిత ప్రాంతానికి ప్రయాణ చరిత్ర.

కరోనా వైరస్ సోకిన వ్యక్తితో సన్నిహిత సంబంధాలు.

9. వ్యాధి నిర్ధారణకు ఎలాంటి పరీక్షలు, ఎక్కడ చేయించుకోవాలి?

మీకు వ్యాధి లక్షణాలు (దగ్గు, జ్వరం లేదా శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది) లేకపోతే కోవిడ్-19 కోసం పరీక్షించాల్సిన అవసరం లేదు.

మీరు పైన పేర్కొన్న ఏవైనా లక్షణాలను కలిగి ఉంటే మరియు కోవిడ్-19 ప్రభావిత దేశాలలో ఎక్కడైనా ప్రయాణించినట్లయితే లేదా గుర్తింపు పొందిన ల్యాబ్ నుండి మీరు పాజిటివ్ కేసుగా ధ్రువీకరించబడినట్లయితే వెంటనే రాష్ట్ర హెల్ప్‌లైన్ నంబర్‌కు లేదా ఆరోగ్య మరియు కుటుంబ సంక్షేమ మంత్రిత్వ శాఖకు కాల్ చేయండి.

హెల్ప్ లైన్ నం.

టోల్ ఫ్రీ నం.

10. కరోనా వైరస్ వల్ల సంక్రమించే వ్యాధికి ఏదైనా చికిత్స ఉందా?

ఇప్పటివరకు కరోనా వైరస్ వల్ల కలిగే వ్యాధికి నిర్దిష్టమైన చికిత్స లేదు. వ్యాధి లక్షణాన్ని బట్టి చికిత్స చేయడం జరుగుతుంది.

ఇది వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్ కాబట్టి, 80% కంటే ఎక్కువ కేసులలో ఇది కొద్ది రోజుల్లోనే కోలుకోవడం జరుగుతుంది.

తీవ్రమైన వ్యాధి లక్షణాలు ఉంటే ఆసుపత్రి / ఐసియులో ప్రవేశం అవసరం ఉంటుంది.

11. కోవిడ్-19 వ్యాధి చికిత్సకి ఏదైనా నిర్దిష్ట మందులు అందుబాటులో ఉన్నాయా?

ఇప్పటికి ఈ వ్యాధి లక్షణాలకు చికిత్స చేయడానికి ఎలాంటి నిర్దిష్ట యాంటీ-వైరల్ మందులు అందుబాటులో లేవు, అయితే ఎక్కువ మంది ప్రజలు ఇతర వైరల్ అనారోగ్యాల మాదిరిగానే ఎటువంటి సమస్య లేకుండా కోలుకుంటున్నారు.

ఇతర కరోనా వైరస్ ఇన్ఫెక్షన్ల కోసం ఉపయోగించిన కొన్ని మందులు చాలా జబ్బుపడిన రోగులలో ప్రయత్నిస్తున్నారు.

12. నన్ను మరియు నా కుటుంబ సభ్యులను నేను ఎలా రక్షించగలను?

కొన్ని సాధారణ జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా మీరు కోవిడ్ -19 బారిన పడే అవకాశాలను తగ్గించుకోవచ్చు:

క్రమం తప్పకుండా మీ చేతులను ఆల్కహాల్ ఆధారిత లిక్విడ్ తో రుద్దుకొండి లేదా బయటి నుండి వచ్చిన తరువాత లేదా కరోనా వైరస్ సోకినా రోగిని సందర్శించిన తర్వాత వాటిని సబ్బు మరియు నీటితో కడగాలి.

మీకు మరియు దగ్గు లేదా తుమ్ము ఉన్నవారికి మధ్య కనీసం 1 మీటర్ (3 అడుగులు) దూరం పాటించండి.

కళ్ళు, ముక్కు మరియు నోరు తాకడం మానుకోండి.

మీరు మరియు మీ చుట్టుపక్కల ప్రజలు మీ పరిసరాల పరిశుభ్రతను పాటించండి. మీకు దగ్గు లేదా తుమ్ము వచ్చినప్పుడు మీ మోచేయి లేదా టిస్యూతో మీ నోరు మరియు ముక్కును అడ్డం పెట్టుకొండి. అప్పుడు ఉపయోగించిన టిస్యూని వెంటనే పారవేయండి.

మీకు అనారోగ్యం అనిపిస్తే ఇంట్లోనే ఉండండి. మీకు జ్వరం, దగ్గు మరియు శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది ఉంటే, వైద్య సహాయం తీసుకోండి.

13. ముసుగు ఎవరు ధరించాలి?

ఎటువంటి వ్యాధి లక్షణాలు లేని ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తులు మెడికల్ మాస్క్‌లను ఉపయోగించకూడదు ఎందుకంటే ఇది చేతులు కడుక్కోవడం వంటి ఇతర ముఖ్యమైన చర్యలను విస్మరించడానికి దారితీస్తుంది.

14. మెడికల్ మాస్కులు(ఆరోగ్య సంరక్షణ కార్యకర్త కాకుండా) ఎప్పుడు, ఎవరు ఉపయోగించాలి?

ఒక వ్యక్తికి దగ్గు లేదా జ్వరం వచ్చి అనారోగ్యంతో ఉన్నప్పుడు మూడు లేయర్ల మెడికల్ మాస్క్‌లను ఉపయోగించడం వల్ల ఇన్‌ఫెక్షన్ ఇతరులకు వ్యాపించకుండా చేస్తుంది. అయినప్పటికీ ఇతరులకు వ్యాప్తి చెందకుండా ఉండటానికి మీరు తరచుగా చేతులు కడుక్కోవాలి.

ఆరోగ్య సంరక్షణ కేంద్రాన్ని సందర్శించేటప్పుడు.

అనారోగ్యంతో ఉన్న వ్యక్తికి, మీరు సహాయంగా ఉన్నప్పుడు.

గృహ సంరక్షణలో ఉన్న అనుమానిత / ధృవీకరించబడిన కేసుల కుటుంబ సభ్యులు కూడా మూడు లేయర్ల మెడికల్ మాస్క్ ఉపయోగించాలి.

15. హ్యాండ్ శానిటైజర్ల పాత్ర ఏమిటి?

కరోనా వైరస్ సోకిన రోగులను మీరు చూసుకుంటున్నప్పుడు హ్యాండ్ శానిటైజర్స్ వాడాలి.

సాధారణంగా సబ్బు మరియు నీటితో 20 సెకన్ల పాటు చేతులు కడుక్కోవడం సిఫార్సు చేయబడిన ఎంపిక.

చేతులు మురికిగా ఉంటే ఆల్కహాల్ బేస్డ్ హ్యాండ్ శానిటైజర్ వాడకండి, కానీ సబ్బు మరియు నీటితో చేతులు కడుక్కోవాలి.

కరోనా వైరస్ సంక్రమణ చికిత్సలో నిర్దిష్ట ఆహారాలు / పానీయాల పాత్ర ఉందా?

దీనిపై ప్రత్యేకమైన సిఫారసు లేదు, అయితే ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి పండ్లు, కూరగాయలు మొదలైనవి తీసుకోవడం కొనసాగించవచ్చు.

16. కరోనా వైరస్ ఇన్ఫెక్షన్ కి ఏదైనా టీకా అందుబాటులో ఉందా?

ప్రస్తుతానికి కోవిడ్ -19 చికిత్సకు ఎలాంటి వ్యాక్సిన్ అందుబాటులో లేదు.

17. కరోనా వైరస్ సంక్షోభాన్ని ఎదుర్కోవటానికి సన్నద్ధమయ్యామా?

సోకిన కరోనా వైరస్ రోగులను చూసుకోవటానికి నియమించబడిన ఆరోగ్య సదుపాయాలను సన్నద్ధం చేయడానికి వైద్య, ఆరోగ్య శాఖ ఈ దిశలో తగిన చర్యలు తీసుకుంది.

ఐసోలాటిన్ మరియు గృహ నిర్బంధం, నమూనా పరీక్ష, లాబొరేటరీ సౌకర్యాలు మరియు రోగుల డిశ్చార్జ్ రిపోర్ట్స్ వైద్య, ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ వెబ్‌సైట్‌లో అందుబాటులో ఉన్నాయి.

18. కొన్ని సాధారణ అపోహలు ఏమిటి?

1. ముఖ్యంగా చికెన్, గుడ్లు, మాంసం తినడం ద్వారా ఈ వ్యాధి వ్యాప్తి చెందుతుందా?

సరిగ్గా ఉడికించి వండిన ఆహారం వల్ల వ్యాధిని వ్యాపిస్తుందనడానికి నిశ్చయాత్మకమైన ఆధారాలు లేవు.

2. ఈ వ్యాధి పెంపుడు జంతువుల ద్వారా వ్యాపిస్తుందా?

పెంపుడు జంతువుల ద్వారా వ్యాధి వ్యాప్తి చెందదు.

3. కరోనా వైరస్ సోకిన వ్యక్తి మృతదేహం ద్వారా వ్యాధి వస్తుందా ?

వ్యక్తి మృతదేహం నుండి కరోనా వైరస్ వ్యాపించదు.

19. వ్యాధిని నిర్మూలించడానికి నేను ఎలా సహాయం చేయగలను?

వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత, చేతులు కడగడం మరియు దగ్గు, తుమ్మినప్పుడు మోచేయి లేదా టిస్యూ అడ్డం పెట్టుకోవడం లాంటి మర్యాదలు పాటించడం ద్వారా సహాయపడగలరు.

అనవసరమైన ప్రయాణాన్ని,జన సమూహాలు మరియు బహిరంగ సభలలో పాల్గొనడాన్ని కూడా నివారించి సహేతుకమైన సామాజిక దూరాన్ని పాటించవచ్చు. క్రియాశీల వ్యాధి వ్యాపక గొలుసును విచ్ఛిన్నం చేయడంలో ఇది ఎంతో దోహదం చేస్తుంది.