

# پاسخ به چند شایعه کرونا

سازمان بهداشت جهانی در باره شایعاتی که در خصوص کرونا بین مردم رواج پیدا کرده، توضیحاتی داده است



اگر به فضای مجازی سرزنید یا به حرف های اطرافیان تان توجه کنید، لایه لایه حرف ها، شایعات زیادی را می توانید بشنوید که در باره کرونا وجود دارد و خیلی ها شان معلوم نیست توسط چه کسی برای اولین بار گفته شده اند. وبسایت سازمان بهداشت جهانی در مطلبی به تعدادی از این شایعات پاسخ گفته است.



آب و هوای سرد یا یخ و برف تاثیری در کشتن یا عفونت ز دابی از کرونا ندارد، پس فریز کردن راه موثری برای ویروس ز دابی نیست.

واکسیناسیون علیه پنومونی (عفونت ریه) یا آنفلوآنزای فصلی، تاثیری در محافظت از ویروس کرونا ندارد. با این حال برای جلوگیری از عفونت مجزا، واکسیناسیون علیه ویروس های دیگر توصیه می شود.

فعلا شواهدی مبنی بر انتقال ویروس از طریق گزش حشرات وجود ندارد. اصلی ترین راه انتقال، انتشار قطرات مخاطی ناشی از عطسه یا سرفه فرد مبتلاست.

خشک کننده های برقی یا معمولی (مانند دستمال کاغذی)، دراز بین بردن ویروس موثر نیستند. بهترین راه، همان شستن دست ها با محلول الکلی یا آب و صابون است.

پخش اسپری الکل روی سطح بدن قادر به کشتن ویروسی که وارد دستگاه تنفسی شده نیست و به خاطر عوارض زیاد توصیه نمی شود. الکل و پاک کننده ها صرفا برای عفونت ز دابی از سطوح توصیه می شوند.

هنوز شواهد مشخصی مبنی بر آلودگی حیوانات خانگی مانند سگ و گربه به ویروس وجود ندارد؛ هر چند شستن دست ها با آب و صابون یا ضد عفونی با الکل پس از تماس با این حیوانات توصیه می شود.

شست و شوی مخاطی با سالین استریل یا قطره بینی و مشتقات مشابه، تاثیری در مبتلا شدن به ویروس کرونا ندارد. البته شست و شوی مخاطی تاثیر مختصری بر بهبودی در سرماخوردگی (نه عفونت های تنفسی) دارد.

هیچ نشانه ای مبنی بر اثربخشی مصرف سیر در عفونت کرونا وجود ندارد.

ویروس کرونا همه رده های سنی از خردسالان تا سالمندان را می تواند آلوده کند، منتها افراد مسن و کسانی که بیماری هایی مانند آسم، دیابت یا بیماری قلبی دارند بیشتر در معرض آسیب پذیری در برابر بیماری قرار دارند.

آنتی بیوتیک ها هیچ اثری روی ویروس کرونا ندارند؛ چون اساسا آنتی بیوتیک ها روی باکتری ها موثرند، نه ویروس ها! آنتی بیوتیک احتمالی در بیمارستان نیز به علت عفونت همزمان با عوامل باکتریایی است.

بر گرفته از سایت سازمان بهداشت جهانی (WHO)

## قرار مدار ویژه

### روزنفرستادن اخبار کرونایی در گروه های خانوادگی

قبول کنید که دلیلی ندارد هر دقیقه، جدیدترین آمار مبتلایان و فوتی های کرونا در کشور و جهان را در گروه های خانوادگی با اعضای فامیل به اشتراک بگذارید و فقط استرس و نگرانی آن ها به خصوص سالمندان و نوجوانان را افزایش دهید. امروز، چندتا پست غیر کرونایی و طنز تو گروه خانوادگی بگذارید تا شاید کمی، حال و هوای همه تان عوض شود.



## تفاوت های اتانول (الکل سفید) با متانول (الکل صنعتی)

دارای یک گروه متیل در اسکلت کربن است.

دارای سطح اسیدی بالاتر از آب است.

بسیار سمی است و اصلا قابل مصرف نیست.

این ماده به صورت محدود به عنوان سوخت در موتور هایی با سیستم احتراق داخلی استفاده می شود.

از راه پوست جذب می شود، همچنین آثار مخربی روی بینایی دارد و می تواند موجب مرگ شود.

**آیا می توان از متانول به جای اتانول به منظور ضد عفونی کردن استفاده کرد؟**

متانول از طریق پوست، دستگاه تنفسی و دستگاه گوارشی می تواند جذب شود و در بدن انسان به متابولیت های سمی فرمالدهید، فرمات و دی اکسید کربن تبدیل شود. نه تنها متانول به شدت سمی است بلکه کمترین خاصیت ضد عفونی را بین الکل ها دارد که می تواند سبب بروز عوارضی همچون درماتیت (التهاب پوست)، آسیب چشمی از جمله کوری، نارسایی کلیه، کما و مرگ شود. بنابراین هرگز متانول را نباید برای ضد عفونی سطوح استفاده کرد.

دارای یک گروه اتیل در اسکلت کربن است.

اسیدی ضعیف تر از آب است.

محلول ۷۰ تا ۸۵ درصدی آن به عنوان محلول ضد عفونی کننده کاربرد دارد.

به دلیل نقطه انجماد پایین، در صنعت ضد یخ سازی استفاده می شود. همچنین حلال خوبی است و در صنعت عطر سازی، رنگ سازی و... کاربرد دارد.

با تغییر دادن پروتئین و حل کردن چربی، میکرو ارگانیسم های آن ها را از بین می برد.

**آیا حتما برای پیشگیری از شیوع کرونا باید با الکل دست های خود را ضد عفونی کنیم؟**

گرچه اتانول می تواند برای ضد عفونی کردن دست ها گزینه خوبی باشد اما بیشتر زمانی توصیه می شود که این ماده در صورت نبود دسترسی به آب و صابون و شوینده های دیگر مورد استفاده قرار گیرد. پس نیازی نیست به دنبال شست و شو با آب و صابون حتما الکل هم بزنیم.

## پیشنهاد بازی

### «والیبال ساحلی گرم ها»

بازی که امروز برای شما در نظر گرفته ایم یک بازی موبایلی دونفره است که از طریق بلوتوث می تواند با یکی از اعضای خانواده تان روی تلفن همراه یا تبلت خودتان بازی کنید. نام بازی Volleyball Hangout است که در آن هر یک از بازیکنان کنترل یک گرم را در طرف تور بر عهده می گیرند و هدف بازی نیز این است که توپ را در زمین حریف بخواهاند یا این که او را مجبور کنید تا بیش از سه ضربه به توپ بزند. شخصی که زودتر به امتیاز ۱۰ برسد، برنده بازی خواهد بود. سادگی، بامزه و اعتیاد آور بودن از ویژگی های این بازی ساده است.

## پیشنهاد مجله

### خواندن درباره «ساختن» و «غذا»

مطالعه مجلات داستانی و ادبی یکی دیگر از راه های سرگرم شدن با اعضای خانواده است. دو مجله ادبی «سان» و «ناداستان» شماره جدید شان منتشر شده و از طریق سایت [www.nadastan.com](http://www.nadastan.com) قابل سفارش دادن به صورت اینترنتی هستند. این دو مجله در هر شماره به موضوعی ویژه اختصاص پیدا می کنند. مجله ناداستان، موضوع شماره جدید خود را به «غذا» اختصاص داده و مجله سان درباره «ساختن» داستان های کوتاه و روایت هایی را منتشر کرده است. ضمنا شماره های قبلی این دو نشریه هم به صورت چاپی از سایت مذکور و به صورت نسخه دیجیتالی از اپ های کتاب خوان قابل دریافت هستند.

## پیشنهاد فیلم

### چه کسی دختر مرا گشت؟

فیلم ۳ پیلپور د خارج از ایننگ، میزوری محصول: ۲۰۱۸ «سه پیلپور» داستان زنی به نام «میلدرد هیز» است که بعد از قتل دخترش سعی می کند از راه قانونی پرونده او را دنبال کند اما راه به جایی نمی برد. بنابراین خودش وارد کار می شود و اقدام به اجاره کردن سه پیلپور در یک جاده قدیمی می کند. او روی هر کدام از آن ها جملات مختلفی می نویسد و همین باعث می شود تا توجه رسانه ها و پلیس به پیلپورها جلب شود که این دیده شدن پیلپورها باعث بروز اتفاقات مختلفی برای او و خانواده اش می شود. شما می توانید این فیلم را از طریق سایت های پخش فیلم مانند نماوا و فیلمو تماشا کنید.

# نات

## توصیه های بهداشتی برای خرید و مصرف

۱. برای کاهش تردد، هر بار تعداد زیادی نان بخیرید و در صورت امکان نان داغ از نانوائی بخواهید.

۲. به نان و سفره دیگران دست نزنید و سفره خودتان را در معرض آلودگی سطوح قرار ندهید.

۳. همیشه نان را در سفره یک بار مصرف یا پارچه تمیز و بعد در کیسه پلاستیکی نو بگذارید.

۴. در محل نانوائی تا حد امکان به اسکناس دست نزنید و از کارت خوان استفاده کنید.

۵. استنان را آلوده فرض کنید و همیشه برای خارج کردن نان در منزل از دستکش جدید استفاده کنید.

۶. بعد از درآوردن نان را در کیسه پلاستیکی و بعد داخل فریزر بگذارید.

۷. قبل از هر بار استفاده آن را چند ثانیه روی شعله مستقیم گاز (تا حد سوختن دست) داغ کنید و سپس مصرف کنید.

توجه: سرمای فریزر قادر نیست ویروس کرونا را نابود کند.

## نرم افزار AC19 علیه کووید ۱۹

در شرایطی که اخبار جعلی و شایعات در فضای مجازی فراوان به چشم می خورد، داشتن یک برنامه موبایلی رسمی که اطلاعاتی صحیح و آنلاین از وضعیت بیماری کرونا در کشور بدهد، ضروری به نظر می رسد. ستاد فرماندهی عملیات مدیریت بیماری کرونا در کلان شهر تهران با همکاری سازمان نظام پزشکی، وزارت بهداشت و وزارت ارتباطات به عرض یک برنامه اندرویدی در این زمینه برای کاربران اقدام کرده است. از مهم ترین ویژگی های این نرم افزار می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- اطلاع از آخرین آمار و تعداد مبتلایان و بهبودیافتگان
- دارای فیلم های آموزشی مربوط به پیشگیری از بیماری کرونا
- اطلاع از آخرین اخبار مربوط به این بیماری در کشور
- انجام تست برای ارزیابی میزان سلامتی شما
- ارائه اطلاع رسانی های ستاد مبارزه و مدیریت این بیماری
- اطلاع از مراکز درمانی در استان ها
- شما می توانید این برنامه اندرویدی را با اسکن کیوارک زیر دریافت و نصب کنید.



روى موبایل تان به آخرین اخبار، اطلاعات و توصیه های رسمی دسترسی داشته باشید