



Μαθαίνοντας  
για το Κορωνοϊό

- Dr. Siobhan Timmins



Τις περισσότερες φορές οι άνθρωποι είναι υγιείς και νιώθουν καλά. Μερικές φορές οι άνθρωποι νιώθουν άρρωστοι λόγω κρυώματος ή γρίπης. Η γρίπη προκαλείται από ιούς. Οι ιοί είναι πολύ μικρά μικρόβια που δε μπορούμε καν να τα δούμε.





Της περισσότερες φορές το σώμα των ανθρώπων νικάει έναν ιό μέσα σε λίγες μέρες ή βδομάδες. Μερικές φορές κατά τη διάρκεια της μάχης με τον ιό οι άνθρωποι χρειάζεται να μείνουν στο σπίτι ή ακόμα και στο κρεβάτι. Έτσι σύντομα γυρνάνε στη «φυσιολογική» ζωή τους



Ο Κορωνοϊός είναι ένας καινούριος ιός που κάνει τους ανθρώπους να μη νιώθουν καλά. Πολλοί άνθρωποι έχουν κολλήσει τον ιό επειδή είναι καινούριος. Πολλοί άνθρωποι που έχουν τον Κορωνοϊό νιώθουν σα να έχουν κρύωμα ή γρίπη. Μπορεί να έχουν πυρετό και βήχα. Μετά από μερικές εβδομάδες νιώθουν και πάλι καλά.



Ένας μικρός αριθμός ανθρώπων που έχει τον Κορωνοϊό θα αρρωστήσουν πολύ. Μπορεί να χρειαστεί να πάνε στο νοσοκομείο ώστε να τους βοηθήσουν οι γιατροί και οι νοσηλευτές να γίνουν καλά.





Επειδή ο Κορωνοϊός είναι ένας καινούριος ιός οι γιατροί και οι επιστήμονες είναι απασχολημένοι να μαθαίνουν πράγματα για το Κορωνοϊό. Ψάχνουν να βρουν τρόπους να αντιμετωπίσουν τον ιό. Οι επιστήμονες δουλεύουν σκληρά για να φτιάξουν εμβόλια για να βοηθήσουν τους ανθρώπους να μην αρρωσταίνουν.

Όσο περιμένουμε τους επιστήμονες και τους γιατρούς να φτιάξουν ένα εμβόλιο ή να βρουν ένα φάρμακο, υπάρχουν πολλά πράγματα που μπορούν να κάνουν οι ενήλικες και τα παιδιά για να αποφύγουν να κολλήσουν.

Οι άνθρωποι συνήθως κολλάνε τους ιούς όταν αγγίζουν επιφάνειες που έχουν τον ιό και μετά ακουμπούν το πρόσωπό τους. Μερικές φορές κολλάνε τον ιό όταν είναι πολύ κοντά σε κάποιον που φταρνίζεται ή βήχει.

Οι ιοί είναι τόσο μικροί που δε μπορούμε να τους δούμε. Είναι σημαντικό οι άνθρωποι να πλένουν τα χέρια τους συχνά με σαπούνι και ζεστό νερό. Έτσι «διώχνουν» τον ιό και καταφέρνουν να μένουν υγιείς.





Θα προσπαθησω να πλένω τα χέρια μου με σαπούνι και ζεστό νερό για 20 δευτερολεπτα πριν το φαγητό, αφού πάω τουαλέτα και μόλις γυρνάω από έξω.

Η μαμά ή ο μπαμπάς θα μου δείξουν πως να πλένω τα χέρια μου προσεκτικά. Θα μου θυμίσουν πότε είναι η ώρα για να πλείνω τα χέρια μου. Οι γιατροί λένε ότι για να «καθαρίσουμε» από τους ιούς πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας για 30 δευτερόλεπτα (20 Ποκεμον/πιγκουίνους). Αυτό διαρκεί όσο το να τραγουδήσω το ..... (αγαπημένο μου τραγουδι) δύο φορές ή μέχρι να μετρήσω μέχρι τους 20 πιγκουίνους (ή αγαπημένο μου χαρακτήρα ή ζώο).





Για να αποφύγουν τη διασπορά ενός ιού οι επισήμνες ζητούν από του ανθρώπους να αποφεύγουν μεγάλες συγκεντρώσεις και πολυσύχναστα μερη. Τα σχολεία μπορεί να κλείσουν και τα παιδιά να μένουν σπίτι τους. Οι δουλειές των γονιών μας μπορεί να κλείσουν και ο μπαμπάς και η μαμά να δουλεύουν από το σπίτι. Τα μαγαζιά και τα μέσα μαζικής μεταφοράς μπορεί να σταματήσουν να λειτουργούν. Αυτό είναι εντάξει. Βοηθάει να σταματήσουμε τον ιό ώστε να είμαστε υγιείς και τα πράγματα να ξαναγίνουν όπως πριν. Μπορούμε να μείνουμε σπίτι μέχρι να είναι ασφαλές να πάμε σχολείο ή στη δουλειά μας. Η μαμά και ο μπαμπάς θα έχουν ιδέες για να με απσχολούν στο σπίτι και να είμαι χαρούμενος. Η μαμά και ο μπαμπάς θα μου πουν πότε είναι ασφαλές να γυρίσω στο σχολείο. Αυτό είναι εντάξει.