

Советы Университета Здоровья Лома Линда по сокращению рисков от Коронавируса

По словам эксперта, мытье рук – самое важное, что вы можете сделать, чтобы предотвратить распространение заболевания.

Новый коронавирус, обнаруженный в центральном китайском городе Ухань, привлек внимание всего мира и начал распространяться в других странах.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), коронавирусы не новы. Это название относится к семейству вирусов, вызывающих болезни от простуды до более тяжелых заболеваний. В прошлом только два варианта вируса вызывали тяжелые заболевания у людей – респираторный синдром на Ближнем Востоке (MERS) и острый респираторный синдром (SARS).

По данным ВОЗ, по состоянию на 29 января новый штамм, названный 2019-nCoV, был связан с более чем 7 700 случаями заболеваний. Подавляющее большинство таких случаев произошло в Ухане и близлежащих городах провинции Хубэй.

Центры США по контролю и профилактике заболеваний (CDC) опубликовали заявление, в котором говорится, что полная клиническая картина 2019-nCoV до сих пор не до конца ясна. Передача от человека к человеку была подтверждена. Вакцины от вируса нет.

Хотя штамм этого заболевания может быть новым, метод его предотвращения такой же, как и при других респираторных заболеваниях, таких как грипп или простуда.

Адриан Коттон, начальник отдела медицинских операций в Университете Здоровья Лома Линда, сказал, что для людей, особенно для тех, кто более уязвим к болезням, крайне важно

принимать профилактические меры, чтобы сохранить свое здоровье и снизить риск заражения.

Коттон в первую очередь подчеркнул важность мытья рук. «Это самое важное, что вы и ваша семья можете сделать, чтобы предотвратить распространение вируса», – сказал он.

По словам Коттона, вирусы, такие как грипп или коронавирус, передаются от человека человеку каплями через кашель и чихание от инфицированного человека. Они также могут распространяться, когда человек касается капель жидкости на поверхности или на лице человека, а затем касается собственного рта или носа.

Помимо частого мытья рук, Коттон рекомендует избегать прикосновения к глазам, носу и рту после прикосновения к другому человеку или предмету. По его словам, если кто-то болен, избегайте тесных контактов вообще.

«Если вы плохо себя чувствуете, оставайтесь дома», – сказал он. «Если ваш кашель становится сильным и сопровождается лихорадкой, позвоните своему врачу».

Хотя, по словам Коттона, коронавирус может стать серьезным заболеванием, в настоящее время более серьезной проблемой является грипп, от которого в этом сезоне в Калифорнии, США, погибло более 150 человек.

«Вы должны всегда применять ответственные методы гигиены и профилактики, чтобы наилучшим образом предотвратить заражение и распространение любого вируса», – сказал он. «Мытье рук и вакцины помогают защитить всех, особенно самых уязвимых в нашем обществе».

Джанель Рингер, Новости Университета Здоровья Лома Линда

Оригинальная версия этой истории была размещена на сайте новостей Университета Здоровья Лома Линда.

По материалам Adventist Review

Источник: logosinfo.org