WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO)

ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ

(PUNJABI TRANSLATION OF CORONA VIRUS MYTH BUSTERS)

ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਮਹਾਂਮਾਰੀ (ਕੋਵਿਡ-19) ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ, ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਸਲਾਹ
ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਭਰਮ ਦੂਰ ਕਰੋ

(Original English version available at:

https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters)

ਕੀ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਗਰਮ ਅਤੇ ਨਮੀ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚ ਫੈਲਦਾ ਹੈ ?

ਅੱਜ ਤੱਕ ਮਿਲੇ ਸਬੂਤਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਇਰਸ/ ਨਵਾਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰਾਂ/ਇਲਾਕਿਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਗਰਮ ਅਤੇ ਨਮੀ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਵਿਚ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ. ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਜੋ ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਢੰਗ-ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ. **ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਕਾਰਗਾਰ ਢੰਗ ਬਾਰਬਾਰ ਸਾਬਣ ਨਾਲ ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਹੈ. ਅਜਿਹਾ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਚਿਪਕੇ ਵਾਇਰਸ/ਵਿਸ਼ਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਸ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ/ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਚ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ, ਨੱਕ ਨੂੰ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਛੂਹਣ ਤੇ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ.**

ਕੀ ਠੰਡਾ ਸ਼ੀਤ ਮੌਸਮ ਅਤੇ ਬਰਫ਼ ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਮਾਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ?

ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਮੰਨਣ ਦਾ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਠੰਡਾ ਮੌਸਮ ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਅਤੇ ਦੂਜੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ. ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦਾ ਮੌਸਮ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਗਰਮ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਸਰਦ ਹੋਵੇ, ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 36.5 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 37 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤਕ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ. ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ

ਬਚਾਅ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਅਤੇ ਕਾਮਯਾਬ ਢੰਗ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਬਾਰਬਾਰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਅਲਕੋਹਲ ਵਾਲੇ ਹੈਂਡ-ਵਾਸ਼ ਨਾਲ ਰਗੜ ਰਗੜ ਕੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ.

ਕੀ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਇਸ਼ਨਾਨ ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ?

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਇਸ਼ਨਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ (ਕੋਵਿਡ-19) ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਬਚਾਏਗਾ. ਬਾਹਰਲਾ ਤਾਪਮਾਨ ਜਾਂ ਮੌਸਮ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 36.5 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 37 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤਕ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ. ਸੱਚ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਝੁਲਸ ਵੀ ਸਕਦੀ ਹੈ. **ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ (ਕੋਵਿਡ-19) ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਵਧੀਆ ਅਤੇ ਕਾਮਯਾਬ ਤਰੀਕਾ ਬਾਰਬਾਰ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨਾ ਹੈ. ਅਜਿਹਾ ਕਰਕੇ ਆਪਾਂ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਚਿਪਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਇਰਸ/ਵਿਸ਼ਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹ, ਨੱਕ ਨਾਲ ਲੱਗਣ ’ਤੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ/ਸੰਕਰਮਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ**

ਕੀ ਨਵਾਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਕੋਵਿਡ-19, ਮੱਛਰਾਂ ਦੇ ਕੱਟਣ ਨਾਲ ਫ਼ੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਅੱਜ ਤੀਕ ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਸੂਚਨਾ ਜਾਂ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ ਜਿਸ ਤੋਂ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਨਵਾਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ (ਕੋਵਿਡ-19) ਮੱਛਰਾਂ ਦੇ ਕੱਟਣ ਨਾਲ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ. ਨਵਾਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ, ਸਾਹ ਨਲੀ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਿਸ਼ਾਣੂੰ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣ (ਨਿੱਛ ਮਾਰਣ) ਨਾਲ ਉਸਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲੇ ਥੁੱਕ ਦੇ ਕਣਾਂ ਜਾਂ ਉਸਦੇ ਨੱਕ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲੇ ਨਜ਼ਲੇ ਦੇ ਕਣਾਂ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ. ਆਪਣੇ ਬਚਾਓ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਚੋ ਜੋ ਖੰਘ ਰਹੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਜੋ ਛਿੱਕ ਰਹੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਬਾਰਬਾਰ ਸਾਬਣ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਵੋ ਜਾਂ ਅਲਕੋਹਲ ਵਾਲੇ ਹੈਂਡ-ਵਾਸ਼ ਨਾਲ ਰਗੜ ਰਗੜ ਕੇ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ.

ਕੀ ਹੱਥ ਸੁਕਾਉਣ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ (ਹੈਂਡ ਡਰਾਇਰ) ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ?

ਨਹੀਂ, ਗਿੱਲੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸੁਕਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਸ਼ੀਨਾਂ (ਹੈਂਡ ਡਰਾਇਰਜ਼) ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ’2019-nCoV' ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਯੰਤਰ ਨਹੀਂ. ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ, ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਬਾਰਬਾਰ ਅਲਕੋਹਲ ਵਾਲੇ ਹੈਂਡ-ਵਾਸ਼ ਨਾਲ ਰਗੜ ਰਗੜ ਕੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਣ ਵਿਚ ਹੈ. ਜਦੋਂ ਹੱਥ ਧੋਣ

ਉਪਰੰਤ ਸਾਫ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੇਪਰ ਟਾਵਲ (ਕਾਗਜ਼ ਦਾ ਬਣਿਆ ਤੌਲੀਆ) ਜਾਂ ਗਰਮ ਹਵਾ ਮਾਰਨ ਵਾਲੇ ਹੈਂਡ ਡਰਾਇਰ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਕਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ.

ਕੀ ਅਲਟਰਾ ਵਾਇਲਟ ਲੈਂਪ (Ultraviolet Disinfection Lamp) ਜੋ ਪਰਾ-ਬੈਂਗਣੀ ਕਿਰਨਾਂ ਛਡਦਾ ਹੈ, ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਮਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਹੱਥਾਂ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਉੱਪਰ ਪਰਾ-ਬੈਂਗਣੀ ਕਿਰਨਾਂ/ਅਲਟਰਾ ਵਾਇਲਟ ਕਿਰਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਹ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਝੁਲਸ ਵੀ ਸਕਦੀ ਹੈ. ਇਸ ਲਈ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਡਿਸਇਨਫੈਕਟ/ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅਲਟਰਾ ਵਾਇਲਟ ਲੈਂਪ (ਯੂ ਵੀ ਲੈਂਪ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ.

ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਇਨਫੈਕਟਿਡ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਨ ਲਈ 'ਥਰਮਲ ਸਕੈਨਰ" (Thermal Scanners) ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਕਾਮਯਾਬ ਹਨ ?

ਥਰਮਲ ਸਕੈਨਰਜ਼ (Thermal Scanners) ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਤਾਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਬੁਖਾਰ ਆਇਆ ਹੋਵੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਨਾਰਮਲ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਹੋਵੇ. ਪਰ ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਜੋ ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਇਨਫੈਕਟਿਡ ਤਾਂ ਹੋਣ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਪ੍ਰਗਟ ਨਾ ਹੋਏ ਹੋਣ ਅਤੇ ਬੁਖਾਰ ਨਾ ਆਇਆ ਹੋਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਨਫੈਕਟਿਡ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿਚ ਲੱਛਣ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਵਿਚ 2 ਤੋਂ 10 ਦਿਨ ਤਕ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ.

ਕੀ ਆਪਣੇ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਉੱਪਰ ਅਲਕੋਹਲ ਜਾਂ ਕਲੋਰੀਨ ਦਾ ਛਿੜਕਾਅ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਨਵਾਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਮਰ ਜਾਏਗਾ ?

ਨਹੀਂ, ਅਲਕੋਹਲ ਜਾਂ ਕਲੋਰੀਨ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਉਪਰ ਛਿੜਕਣ ਨਾਲ, ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਚੁੱਕਾ ਨਵਾਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਮਰੇਗਾ. ਅਲਕੋਹਲ, ਕਲੋਰੀਨ ਆਦਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਛਿੜਕਾਅ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਨਾਜ਼ੁਕ ਹਿੱਸਿਆਂ (Mucous membrane) ਮੂੰਹ, ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ.

ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਲਕੋਹਲ ਜਾਂ ਕਲੋਰੀਨ, ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਸਤਹ ਨੂੰ ਡਿਸਇਨਫੈਕਟ/ ਵਿਸ਼ਾਣੂੰ ਰਹਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਅਤੇ ਦੇਖਰੇਖ ਅਧੀਨ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ.

ਕੀ ਨਿਮੋਨੀਆ ਦੇ ਟੀਕੇ, ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬਚਾਅ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ?

ਨਹੀਂ, ਨਿਊਮੋਕੋਕੇਲ ਵਰਗਾ ਨਿਮੋਨੀਆ ਦਾ ਟੀਕਾ ਅਤੇ ਹੀਮੋਫਾਈਲਸ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟਾਈਪ ਬੀ ਟੀਕਾ, ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸੁਰਖਿਆ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ. ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਏਨਾਂ ਨਵਾਂ ਅਤੇ ਅਲੱਗ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਲਈ ਇਕ ਵੱਖਰੇ ਟੀਕੇ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ. ਖੋਜੀ ਸਾਇੰਸਦਾਨ 2019-nCoV ਲਈ ਟੀਕੇ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵਿਚ ਰੁਝੇ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ. ਭਾਵੇਂ ਉਪਰੋਕਤ ਟੀਕੇ, 2019-nCoV ਵਿਰੁੱਧ ਸੁਰਖਿਆ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ, ਇਹ ਸਾਹ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਦੂਜੇ ਰੋਗਾਂ, ਨਿਮੋਨੀਆ ਆਦਿ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇ ਬਚਾਅ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ.

ਕੀ ਨੱਕ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਨਮਕ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ ਧੋਣ ਨਾਲ ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਨਹੀਂ, ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਕੋਈ ਪ੍ਰਮਾਣ ਨਹੀਂ ਕਿ ਨੱਕ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਨਮਕ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ ਧੋਣ ਨਾਲ ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ.
ਹਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦੇ ਕੁਝ ਪ੍ਰਮਾਣ ਤਾਂ ਹਨ ਕਿ ਨੱਕ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਨਮਕ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ (ਅੰਦਰੋਂ) ਧੋਣ ਨਾਲ ਆਮ (ਸਧਾਰਨ) ਜ਼ੁਕਾਮ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿਚ ਮੱਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਹ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਨਿਜਾਤ ਮਿਲਣ ਦੇ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੇ.

ਕੀ ਲਸਣ ਖਾਣ ਨਾਲ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਲਸਣ ਇਕ ਸਿਹਤ ਵਰਧਕ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਕੁਝ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਦੇ ਗੁਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਲਸਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਸਮਾਧਾਨ ਹੋਣ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੇ.

ਕੀ ਨਵਾਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ, ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਤੋਂ ਖਤਰਾ ਹੈ ?

ਨਵਾਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ(2019-nCoV) ਨਾਲ ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ ਇਨਫੈਕਟਿਡ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ. ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ

ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੋਈ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸਮਸਿਆ (ਜਿਵੇਂ ਦਮਾਂ, ਸ਼ੱਕਰ ਰੋਗ/ਡਾਇਬਟੀਜ਼, ਦਿੱਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਆਦਿ) ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਹੋਈ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਖਤਰਨਾਕ ਰੂਪ ਅਖਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ. **ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਦੀ, ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ, ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ, ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਾਰਬਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣ ਅਤੇ ਸਾਹ ਰੋਗ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਹੈ.**

ਕੀ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹਨ ?

ਨਹੀਂ. ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਸਿਰਫ਼ ਬੈਕਟੀਰੀਆ/ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਦੇ ਵਿਰੁਧ ਉਪਯੋਗੀ ਹਨ ਅਤੇ ਵਾਇਰਸ /ਵਿਸ਼ਾਣੂਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਉਪਯੋਗੀ ਨਹੀਂ ਹਨ.

ਨਵਾਂ ਕਰੋਨਾ 2019-nCoV ਵਾਇਰਸ/ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਦੇ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ. ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ 2019-nCoV ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਲ ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ (ਜੀਵਾਣੂ) ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਗੇ.

ਕੀ ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਜਾਂ ਉਸਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੋਈ ਖਾਸ ਦਵਾਈ ਹੈ ?

ਨਹੀਂ, ਹਾਲੇ ਤੀਕ ਨਵੇਂ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ 2019-nCoV ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਜਾਂ ਉਸਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੋਈ 'ਖਾਸ' ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਪਰ ਜਿਹੜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਇਨਫੈਕਟਿਡ ਨੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਦਿਵਾਉਣ ਲਈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਉਤਪੰਨ ਹੋਏ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿਚ ਬਿਮਾਰ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰ ਸੰਭਵ ਦੇਖਭਾਲ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ. ਇਸ ਵਾਇਰਸ 2019-nCoV ਲਈ ਕੁਝ ਖਾਸ ਇਲਾਜਾਂ/ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਉਪਰ ਕੰਮ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਲਿਨਿਕਲੀ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ. ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਖੋਜ ਅਤੇ ਇਸ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਅਮਲੀ ਰੂਪ ਦੇਣ ਦੇ ਕਾਰਜ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਅਨੇਕਾਂ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਸੰਗ ਰੁਝਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ.

Translated in Punjabi by: Dr. Paramdeep Singh, Associate Professor of Radiology, Guru Gobind Singh Medical College and Hospital, Baba Farid University of Health Sciences, Faridkot (Punjab), India (An autonomous Body under Government of Punjab).

Note: Translation is not verbatim