

Коронавирусная инфекция не вызывает простуду с насморком или мокрым кашлем. Сухой кашель - это отличительная особенность нового вируса. Вирус не противостоит теплу и быстро умирает, если подвергается воздействию температур выше 26-27 градусов, поэтому горячие напитки, такие как настойки, бульоны или просто горячая вода нужно употреблять в изобилии в течение дня, эти горячие жидкости нейтрализуют вирус. Избегайте пить ледяную воду или напитки со льдом (кубиками).

Если зараженный человек чихает перед нами в трех метрах, вирус не попадает на нас. Когда вирус находится на металлических поверхностях, он живет около 12 часов, поэтому после прикосновения к металлическим поверхностям, таким как двери, приборы, транспортные поручни, руки должны быть тщательно вымыты и продезинфицированы спиртовым гелем.

Вирус может жить на одежде и тканях от 6 до 12 часов, обычные моющие средства уничтожают его, элементы, которые нельзя стирать ежедневно, рекомендуется подвергать воздействию солнца, и вирус погибнет.

Вирус сначала вызывает воспаление в горле и ощущение сухости. Этот симптом может длиться от 3 до 4 дней. Вирус распространяется через влагу, присутствующую в дыхательных путях, спускается в трахею и попадает в легкие, вызывая воспаление легких, которое длится около 5 или 6 дней.

Пневмония проявляется высокой температурой и затрудненным дыханием, классическая простуда не сопровождается таким эффектом. В этом случае необходимо использовать немедленно противопневмонийные средства.

Как избежать заражения. Передача вируса обычно происходит при прямом попадании инфекции. После того, как вы касались тканей или материалов, на которых присутствует вирус, необходимо мыть руки. Вирус живет на наших руках только около 10 минут, но за это время может произойти многое - касание глаз, носа, - это позволяет вирусу проникнуть в ваше горло. Поэтому мойте руки очень часто и дезинфицируйте их.

Вы можете полоскать горло дезинфицирующими растворами, которые устраняют или минимизируют количество вируса, который может проникнуть в горло, при этом он будет удален до того, как попадет в трахею, а затем в легкие.

Новый коронавирус может не проявлять признаков инфекции в течение многих дней, до которых невозможно узнать, заражен ли человек. Но когда жар проявляется, в легких наблюдается 50% фиброза, это слишком поздно для превентивного лечения!

Тайваньские эксперты предлагают каждое утро проводить простую проверку: глубоко вдыхайте и задерживайте дыхание на 10 секунд. Если это делаете без кашля, без затруднений и / или чувства удушья - это говорит о том, что в легких нет фиброза, что указывает на отсутствие инфекции. В эти критические времена необходимо проводить такое упражнение каждое утро в среде с чистым воздухом.

Это советуют также японские врачи, которые эффективно лечат COVID-19.

Мы все должны следить за тем, чтобы у нас во рту и горле всегда было влажно, вы должны выпить глоток воды, по крайней мере, каждые 15 минут. Даже если вирус попадает в воду или другие жидкости через рот, он проходит через пищевод прямо в желудок, где желудочные кислоты разрушают вирус. Если регулярно не принимать достаточное количество воды, вирус может попасть в трахею, а это опасно.