



ΚΟΣΜΙΑ ΚΑΙ... ΜΗ

Γράφει και επιμελείται ο Γιώργος Χατζηβασιλείης

Η ΑΝΘΡΩΠΟΤΗΤΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΕΙ ΝΕΟ ΚΙΝΔΥΝΟ

Αμείλικτος ο ιός κοροναπανικός!

Ειλικρινά ζητώ συγγνώμη από τους αναγνώστες μου επειδή επανέρχομαι στα προβλήματα που δημιουργήθηκαν από την εμφάνιση του κοροναϊού. Βλέπετε, έχω ν' αντιμετωπίσω έναν μεγαλύτερο κίνδυνο για την υγεία μας, τον ιό κοροναπανικό.

Πραγματικά τα έχω πάρει στο κρανίο με τις ανοησίες των εμπόρων πανικού που ακούω κάθε ημέρα και τις εικόνες απείρου κάλλους που βλέπω και μάς έχουν κάνει ρεζίλι των σκυλιών διεθνώς.

Χθες το πρωί, για παράδειγμα, το δελτίο ειδήσεων εμπορικού τηλεοπτικού καναλιού άρχισε με την είδηση «ραγδαία εξάπλωση του κοροναϊού στην Αυστραλία με δύο νέα κρούσματα».

«Ραγδαία» εξάπλωση του κοροναϊού με δύο νέα κρούσματα σε μια χώρα 25 εκατομμυρίων και συνολικά με 100 άτομα σε απομόνωση, με τρεις νεκρούς από την αρρώστια;

Ασφαλώς δεν επιτρέπεται να υποτιμούμε τον κίνδυνο μόλυνσης από τον ιό, ούτε επιτρέπεται ο εφησυχασμός επειδή πέθαναν «μόνο» τρία άτομα, έστω ηλικιωμένα γιατί ούτε οι ηλικιωμένοι είναι αναλώσιμοι.

Αλλο, όμως, ν' ανησυχούμε και να παίρνουμε μέτρα για την προστασία μας και άλλο να μάς πανικοβάλλει η ανευθυνότητα, για να μην πω ανυποληψία δημοσιογράφων και άλλων τύπων που ξαφνικά έγιναν ειδήμονες στην επιδημιολογία.

Όπως τον επιστήμονα που λέει πως πιθανόν να πεθάνουν 68 εκατομμύρια άνθρωποι από τον κοροναϊό αν δεν μπορέσουμε να τον εξουδετερώσουμε. Ετσι θα βρούμε την άκρη, με το «αν»; Και η γιαγιά μου θα ήταν αυτοκίνητο αν είχε ρόδες, λένε οι Έλληνες.

Χθες το πρωί δύο γνωστοί τηλεπαρουσιαστές καυγάδισαν με τον πολιτειακό υπουργό Παιδείας, επειδή συμβουλευτείται κορυφαίους επιστήμονες για τα μέτρα προστασίας των μαθητών και όχι τους κομπογιαννίτες που πανικοβάλλουν τον κοσμάκη για να πουλήσουν περισσότερες εφημερίδες ή ν' αυξήσουν τους τηλεθεατές τους.

Οι κυβερνήσεις μας, που κάνουν σωστή δουλειά και γι' αυτό δεν θρηνούμε περισσότερα θύματα του κοροναϊού, συνεχώς μάς λένε να μη γινόμαστε θύματα του πανικού,

αλλά κάποιοι από εμάς πιστεύουν ότι θα αντιμετωπίσουν τον μεταδοτικό ιό με το... χαρτί υγείας. Όπως στην Ελλάδα κάποτε πίστευαν πως η πικραγουριά ήταν θαυματουργή.

Ένα λάθος που κάνει η κυβέρνηση, είναι πως δεν ενημερώνει σωστά και σε καθημερινή βάση τους πολίτες για τα σωστά μέτρα αντιμετώπισης του ιού που προτείνουν καταξιωμένοι επιστήμονες.

Όπως κάνουμε εμείς και συνεχίζουμε σήμερα με έναν ιταλό γιατρό που εργάστηκε στο νοσοκομείο Shenzhen στην Κίνα και διορίστηκε από την κινεζική κυβέρνηση για να συμμετάσχει στην ομάδα μελέτης του ιού της πνευμονίας του Wuhan ή του Corona-Virus.

Ο οποίος λέει πως εάν σε ένα κρυμμένο άτομο τρέχει η μύτη του και έχει φλέματα, δεν είναι μολυσμένο με τον ιό Corona, επειδή η πνευμονία δίνει ένα ξηρό βήχα χωρίς ρινική καταρροή. Αυτός είναι ο ευκολότερος τρόπος να το εντοπίσετε.

Από την άλλη πλευρά είναι καλό να γνωρίζουμε ότι ο ιός Corona δεν είναι ανθεκτικός στη θερμότητα και πεθαίνει σε θερμοκρασία 26 έως 27 βαθμούς.

Επομένως, πίνετε άφθονο ζεστό νερό όπως τσάι και βότανα. Δεν εί-

ναι μια θεραπεία αλλά είναι καλό για το σώμα. Το πόσιμο ζεστό νερό είναι αποτελεσματικό για τη θανάτωση όλων των ιών. Προσπαθήστε να μην πίνετε παγωμένα και εκθέστε τον εαυτό σας στον ήλιο αν η θερμοκρασία είναι χαμηλή.

Σχετικά με την πρόληψη:

Ο πιο συνηθισμένος τρόπος για να μολυνθείτε είναι να αγγίζετε τα πράγματα σε δημόσιο χώρο όπως κιγκλιδώματα, λαβές θυρών, λαβές στο λεωφορείο κ.λπ., γι' αυτό πρέπει να πλένετε συχνά τα χέρια σας. Ο ιός μπορεί να ζήσει στα χέρια σας μόνο για 5-10 λεπτά, αλλά πολλά πράγματα μπορούν να συμβούν σε αυτά τα 5-10 λεπτά, όπως το τρίψιμο των ματιών σας.

Συνιστάται να κάνετε γαργάρες με Betadine για να εξαλείψετε ή να ελαχιστοποιήσετε τα μικρόβια ενώ βρίσκονται ακόμα στον λαιμό (πριν προχωρήσουν στους πνεύμονες). Μέχρι τη στιγμή που ένα άτομο έχει πυρετό / βήχα και πηγαίνει στο νοσοκομείο, οι πνεύμονες μπορεί είναι κατά 50% σε ίνωση και ίσως είναι πολύ αργά.

Οι εμπειρογνώμονες της Ταϊβάν μας δίνουν έναν απλό αυτοέλεγχο που μπορούμε να κάνουμε κάθε πρωί:

Πάρτε μια βαθιά αναπνοή και κρατήστε την αναπνοή σας για περισ-

σότερο από 10 δευτερόλεπτα. Εάν το πετύχετε χωρίς βήχα, χωρίς ασφυξία ή κακιά αίσθηση κ.λπ., είναι απόδειξη ότι δεν υπάρχει ίνωση στους πνεύμονες, μια βασική ένδειξη ότι δεν υπάρχει λοίμωξη.

Σε κρίσιμες στιγμές, παρακαλούμε να εξετάζετε κάθε πρωί σε περιβάλλον με καθαρό αέρα για να διασφαλίσουμε ότι το στόμα και ο λαιμός μας είναι υγρός, ΠΟΤΕ δεν πρέπει να στεγνώνουν. Πιείτε ελάχιστο νερό κάθε 15 λεπτά. ΠΙΑΤΙ; Ακόμα κι αν ο ιός εισέλθει στο στόμα σας, το πόσιμο νερό ή άλλα υγρά θα τον μεταφέρουν μέσω του οισοφάγου στο στομάχι.

Εκεί, τα οξέα του στομάχου θα σκοτώσουν τον ιό. Εάν δεν πίνετε αρκετό νερό τακτικά ο ιός μπορεί να εισέλθει στην τραχεία και να εισέλθει στους πνεύμονες. Κι αυτό θα είναι πολύ επικίνδυνο.

Βλέπετε, λοιπόν, τις απλές συμβουλές από έναν ειδικό γιατρό για να προστατευτούμε από τον ιό και που θα πρέπει να εφαρμόζουμε σε καθημερινή βάση μέχρι να περάσει ο κίνδυνος. Και θα περάσει, όπως πέρασε ο κίνδυνος από όλους τους ιούς στο παρελθόν.

Ανάγωγα

Εγγραψε ο Τάσος Παππάς στην Εφημερίδα των Συντακτών:

«Σύμφωνα με την κυβέρνηση, από τις 6 το πρωί του Σαββάτου έως τις 6 το πρωί της Τετάρτης έχει αποτραπεί η είσοδος σε 27.823 περιπτώσεις, ενώ έχουν συλληφθεί 220 άτομα. Και καλά οι συλληφθέντες, είναι μετρήσιμο μέγεθος. Τους άλλους πώς τους υπολογίζει με τέτοια ακρίβεια; Ρώτησα κορυφαίο υπουργό να μου πει το μυστικό. Η απάντησή του; «Να ρωτήσεις τον αρμόδιο υπουργό». Το καρναβάλι συνεχίζεται...».

Καλό!

Όλα για τους ανθρώπους είναι αλλά δεν χρειάζεται να τα πάθουμε όλα

Ακόμη ένα:

Δύο φίλοι συζητάνε: «Έχεις εξομολογηθεί ποτέ;»

«Μια φορά όταν ήμουν μικρό παιδί»

«Σου το ζητώ σαν χάρη να πας να εξομολογηθείς και να απασχολήσεις τον παπά, γιατί έχω ραντεβού με την γυναίκα του».

Με τα πολλά τον πείθει, ήταν και ο καλύτερος φίλος του και πήγε να εξομολογηθεί.

«Έχω μιλήσει άσχημα στους γονείς μου και μετανιώνω» λέει στον παπά.

«Συγχωρεμένος» λέει ο παπάς.

«Έχω κλέψει ένα πακέτο τσιγάρα όταν πήγαινα λύκειο και μετανιώνω».

«Συγχωρεμένος» λέει ο παπάς.

Κι όλο θυμόταν και κάποια αμαρτία και πέρναγε η ώρα.

Κάποια στιγμή όμως δεν άντεξε και λέει στον παπά:

«Παπά και τώρα που μιλάμε διαπράττω αμαρτία...»

«Τι εννοείς τέκνον μου;»

«Σε καθυστερώ για να πάει ο καλύτερος φίλος μου με την γυναίκα σου...»

Και ο παπάς του λέει:

«Εσύ είσαι παντρεμένος τέκνον μου;»

«Ναι πάτερ...».

«Τότε λυπάμαι για εσένα παιδί μου! Η παπαδιά μου έχει πεθάνει εδώ και 5 χρόνια...»