

కరోనావైరస్ ఎందుకు భిన్నంగా ఉంటుంది?

కరోనావైరస్ (nCoV-19) కాలానుగుణ ప్లా మరియు SARS కన్నా చాలా ఘోరంగా ఉంది, మరియు కొంతమంది పరిశోధకులు స్పానిష్ ప్లా నుండి 500 లక్షల మరణాలకు కారణమైన, భారతదేశంలో మాత్రమే 200 లక్షల మరణాలతో సంభవించిన చెత్త వ్యాప్తి అని నమ్ముతారు.

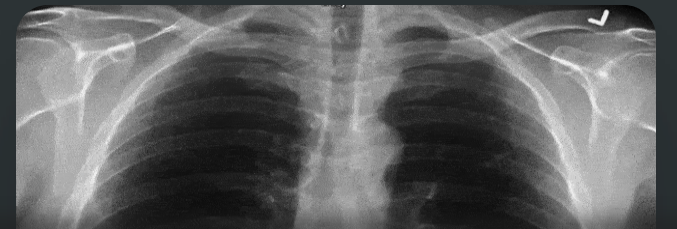
కరోనావైరస్ ప్లా / జలుబు నుండి భిన్నమైన కొన్ని మార్గాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి:

- **ప్రమాదకరమైన అంటువ్యాధి:** కరోనావైరస్ సోకిన వ్యక్తి 7 మందికి సోకుతుంది, మరియు వారిలో ప్రతి ఒక్కరికి మరో 7 మందికి సోకుతుంది¹, సాధారణ జలుబు / ఇన్ఫ్లుఎంజా 1.3 మందికి మాత్రమే సోకుతుంది. అదనంగా, కరోనావైరస్ గాలి, తుమ్ము బిందువులు, మల పదార్థం మరియు కళ్ళ ద్వారా కూడా వ్యాపిస్తుంది.
- **దాచడం చాలా మంచిది:** సోకిన వారు 5 లక్షణాలు లేదా సంతేతాలను చూపించదు (అధిక ఉష్ణోగ్రత, దగ్గు మొదలైనవి) 14 నుండి 28 రోజులు. అయితే, వారు ఈ కాలంలో వైరస్ వ్యాప్తి చెందుతారు.²
- **అధిక క్లిష్టత రేటు:** మీరు సోకినట్లయితే, మీకు ఆసుపత్రి అవసరం 20% అవకాశాలు ఉన్నాయి. అది తక్కువగా అనిపించినప్పటికీ, చాలా మందికి వ్యాధి సోకినప్పుడు, ఆసుపత్రులు పూర్తిగా నిండిపోతాయని గుర్తించుకోండి. చైనాలో, ప్రజలు ఈ కారణంగా ఆసుపత్రుల వెలుపల చనిపోతున్నారు.
- **టీకాలు లేదా రోగనిరోధక శక్తి లేదు:** WHO ప్రకారం, 2021 వరకు వ్యాక్సిన్ సిద్ధంగా ఉండదు. అదనంగా, ప్లా / ఇన్ఫ్లుఎంజా మాదిరిగా కాకుండా, ఈ వైరస్కు మనకు రోగనిరోధక శక్తి లేదు.
- **పరీక్షలు సరిగా పనిచేయవు:** కరోనావైరస్ కోసం వైద్య పరీక్షలు తరచుగా ఒక వ్యక్తి సోకినా లేదా అనే విషయాన్ని గుర్తించడంలో విఫలమవుతాయి.³
- **తిరిగి సంక్రమణ అధ్యవ్నంగా ఉంది:** మీరు కరోనావైరస్ సంక్రమణ నుండి బయటపడితే, రీఇన్ఫెక్షన్ ప్రాణాంతకం అవుతుంది.⁴ అదనంగా, మీరు కోలుకున్న తర్వాత కూడా వైరస్ వ్యాప్తి చెందుతూనే ఉంటారు.⁵

ఇది శరీరాన్ని ఎలా ప్రభావితం చేస్తుంది?

కరోనావైరస్ the పరితిత్తులలోని కణజాలాలపై దాడి చేసి, వాటిని ద్రవంతో నింపి, న్యూమోనియాకు కారణమవుతుంది. ఇది ఛాతీ ఎక్స్-కిరణాలలో తెల్లని మచ్చలుగా కనిపిస్తుంది.⁶

వైరస్ మూత్రపిండాలు మరియు గుండెపై కూడా దాడి చేస్తుందని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి.⁷



లక్షణాలు ఏమిటి?

కరోనావైరస్ లక్షణాలు చాలా⁶ ⁷ జలుబు యొక్క లక్షణాలతో సమానంగా ఉంటాయి, ఇది వైద్య పరీక్ష లేకుండా గుర్తించడం చాలా కష్టతరం చేస్తుంది:

- **జ్వరము:** కరోనావైరస్ బారిన పడిన వారిలో సగం మందికి జ్వరం వచ్చింది, కాని సాధారణ జలుబు / ప్లూ కూడా మిమ్మల్ని అనారోగ్యానికి గురిచేస్తుందని గమనించండి. మీరు అనారోగ్యంతో బాధపడుతుంటే, మీరు కరోనావైరస్ బారిన పడ్డారని దీని అర్థం కాదు. తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోండి మరియు తగినంత నీరు త్రాగండి మరియు మిమ్మల్ని మీరు పరిశీలించండి.
- **పొడి దగ్గు:** సోకిన కేసులలో సగానికి పైగా పొడి దగ్గును అభివృద్ధి చేసింది, ఇది జలుబు నుండి కరోనావైరస్ సంక్రమణను వేరు చేస్తుంది.
- **కండరాల నొప్పి లేదా అలసట:** సోకిన కేసులలో సగం మందికి కండరాల నొప్పి మరియు / లేదా సాధారణంగా అలసిపోయినట్లు అనిపిస్తుంది.
- **శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది:** సగం మంది రోగులు శ్వాస తీసుకోవడంలో చాలా ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారు.

మీకు జ్వరం వస్తే, కండరాల నొప్పిని అనుభవించండి మరియు ముఖ్యంగా, పొడి దగ్గుతో బాధపడుతుంటే - దయచేసి 011-23978046 (ది ఇండియన్ నేషనల్ హెల్త్ లైన్ నంబర్) ని సంప్రదించండి, లేదా సమీపంలోని ఆసుపత్రిని సంప్రదించి కరోనావైరస్ కోసం తనిఖీ చేయండి . గుర్తుంచుకోండి, ఇది ప్లూ సీజన్. మీరు ఈ లక్షణాలను అనుభవిస్తే, మీరు సోకినట్లు ఇది హామీ ఇవ్వదు. భయపడవద్దు, బదులుగా తనిఖీ చేయండి.

మీరు పరీక్షించాలనుకుంటే, మీరు మీ సమీప టెస్ట్ సెంటర్ ను కూడా సందర్శించవచ్చు: https://icmr.nic.in/sites/default/files/upload_documents/Testing_sites_for_COVID19.pdf

కరోనావైరస్కు చికిత్స లేదు, వైద్యులు మీ లక్షణాలకు చికిత్స చేయవచ్చు మరియు మీ బలమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థ వైరస్ తో పోరాడుతున్నప్పుడు మీకు మంచి అనుభూతిని కలిగిస్తుంది.

మీరు కలిగి ఉన్న విషయాలు.

ఇక్కడ మీరు కొన్ని ప్రాథమిక అంశాలు ఉన్నాయి **తప్పక** కరోనావైరస్ మహమ్మారి సమయంలో:

- **పరికరములు:** కొవ్వొత్తులు, బ్యాటరీలు, పవర్ బ్యాంకులు, ఫ్లాష్ లైట్లు, సిగరెట్ లైటర్లు, డక్ట్ టేపులు, పేపర్ తువ్వొత్తు / న్యాప్ కిన్లు మరియు కత్తెరలు అవసరం.



[ENG](#)
[हिंदी](#)
[বাংলা](#)
[ગુજરાતી](#)
[ਪੰਜਾਬੀ](#)
[मराठी](#)
[नेपाली](#)
[தமிழ்](#)
[తెలుగు](#)
[اردو](#)

వంటి నొప్పి నివారణల సేకరణ ఉందని నిర్ధారించుకోండి.

- **సహాయక రసాయనాలు:** మీకు హ్యాండ్ శానిటైజర్స్, ఐసోప్రాఫైల్ ఆల్కహాల్ (మధ్యం రుద్దడం), క్రిమినాశకాలు, దోమల నివారణ మందులు, యాంటీ ఫంగల్ క్రీములు ఉన్నాయని నిర్ధారించుకోండి.
- **కార్టోహైడ్రేట్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలు:** 3 నుండి 4 నెలల కార్టోహైడ్రేట్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలు, బియ్యం, పిండి, వోట్స్, కార్న్ ఫ్లేక్స్, బంగాళాదుంపలు మరియు వేరుశనగ వెన్నతో పాటు వంట నూనె, వంట గ్యాస్ మరియు ఇతర వంటగది నిత్యావసరాలను నిల్వ చేయండి. మీరు నూడుల్స్, డార్క్ చాక్లెట్లు, తేనె, ఉల్లిపాయలు మరియు వెల్లుల్లిని నిల్వ చేయవచ్చు.

మీకు అవసరమైన కొన్ని విచ్చిక అంశాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి:

- **కంటి రక్షణ:** మీరు సోకిన ప్రాంతానికి దగ్గరగా నివసిస్తుంటే, మీకు తగినంత కంటి రక్షణ ఉండటం చాలా అవసరం. ఈ సందర్భంలో, ఈత గాసుల్స్ ఉత్తమ ఎంపిక. పూర్తి-ముఖ గ్యాస్ మాస్క్లతో పోల్చితే అవి చౌకైనవి మరియు ఉపయోగించడానికి సులభమైనవి (మరియు అందుబాటులో ఉండకపోవచ్చు).
- **చేతి రక్షణ:** నైట్రిల్ గ్లోవ్స్ చౌకైనవి, పునర్వినియోగపరచలేనివి మరియు ధరించే ఉపకరణాలు, ఇవి సోకిన వ్యక్తులతో చర్మ సంబంధాల నుండి మిమ్మల్ని రక్షించగలవు.
- **అదనపు ఆహారాలు:** మీరు ఎండిన పండ్లు, జామ్లు, సాల్టెడ్ వెన్న మరియు ఉచిత ఎండిన ఆహారాలపై కూడా నిల్వ చేయవచ్చు.

మీరు తప్పక చేయాలి.

ఇక్కడ మీరు కొన్ని విషయాలు ఉన్నాయి **తప్పక** కరోనావైరస్ మహమ్మారి సమయంలో చేయండి:

- **బయట ఉన్నప్పుడు ఎప్పుడూ ముసుగులు ధరించాలి:** ముసుగులు మీ ముఖాన్ని తాకకుండా నిరోధించడమే కాదు, అవి మీ ముక్కు మరియు నోటిలోకి రాకుండా సూక్ష్మక్రిమి కణాలను కూడా ఆపుతాయి.
- **చేతులు తరచుగా కడగాలి:** మీరు బయటి నుండి లేదా వాష్ రూమ్ నుండి వచ్చిన తరువాత, మరియు ఆహారం తినడానికి లేదా వంట చేయడానికి ముందు చేతులు కడుక్కోవాలి. మంచి ఆరోగ్యాన్ని నిర్ధారించడానికి సరైన పరిశుభ్రత ఖచ్చితంగా అవసరం. అదనంగా, ప్లేలో మీ చేతులను శుభ్రం చేయడానికి, ఒక చిన్న హ్యాండ్ శానిటైజర్ను మీతో తీసుకెళ్లండి.
- **దానం:** మీ పొరుగువారికి మరియు మీ సంఘంలోని పాత సభ్యులకు మద్దతు ఇవ్వండి, మీ పొరుగువారికి, కుటుంబ సభ్యులు మరియు పనిమనిషికి (ఏదైనా ఉంటే) అదనపు ముసుగులు ఇవ్వండి. అదనంగా, మీ ఇల్లు / కార్యాలయంలో పనిచేసే ఇంటి పనిమనిషిని సెలవు తీసుకోవడాన్ని మీరు అడగాలి.
- **విద్యుత్తును నిర్వహించండి:** మీరు ఎక్కడ ఉన్నా సుదీర్ఘ విద్యుత్ కోతలు ఉండడం పూర్తిగా సాధ్యమే. దీని కోసం, మీకు ఇన్వర్టర్ సిస్టమ్ లేదా కనీసం పవర్ బ్యాంకులు మరియు పునర్వినియోగపరచదగిన బ్యాటరీలు ఉన్నాయని నిర్ధారించుకోండి. కొంతమంది చిన్న సౌర ఫలకాలను మరియు ఛార్జ్ కంట్రోలర్లను కొనడాన్ని కూడా పరిగణించవచ్చు.
- **విద్యుత్తును నిర్వహించండి:** మీకు విద్యుత్ లేకుండా పనిచేయగల ప్రాథమిక నీటి వడపోత వ్యవస్థ ఉందని నిర్ధారించుకోండి. త్రాగడానికి ముందు నీటిని ఉడకబెట్టడం అద్భుతాలు చేస్తుంది, ఇతర పద్ధతుల్లో పాటాషియం పర్మాంగనేట్ యొక్క చిన్న చిటికెడు వాడటం, అయోడిన్ మాత్రలు జోడించడం, క్లోరిన్ చుక్కలను ఉపయోగించడం లేదా నీటిని శుద్ధి చేయడానికి UV ఫ్లోవైల్ట్ ఉపయోగించడం వంటివి ఉన్నాయి.⁸

ENG

हिंदी

বাংলা

ગુજરાતી

ਪੰਜਾਬੀ

मराठी

नेपाली

தமிழ்

తెలుగు

اردو

తీసుకోకండి!).⁹ అదనంగా, ఆల్కహాల్ / ఐసోప్రాపైల్ ఆల్కహాల్ తో రుద్దడం ద్వారా మీ మొబైల్ స్క్రీన్లను శుభ్రపరచాలని నిర్ధారించుకోండి **కరోనావైరస్ మీ ఫోన్ స్క్రీన్లలో 96 గంటల వరకు జీవించగలదని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి.**¹⁰

- **వెల్లుల్లి తినండి:** వెల్లుల్లిలో అల్లిన్ అని పిలువబడే సమ్మేళనంతో పాటు రోగనిరోధక వ్యవస్థ జెర్మ్స్ తో పోరాడటానికి సహాయపడే సమ్మేళనాలు ఉన్నాయి. **గమనిక: వెల్లుల్లి తినడం వల్ల మీరు ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ కరోనావైరస్ వైపు రోగనిరోధక శక్తిని పొందలేరు.** వెల్లుల్లి మీ శరీరంపై దాడి చేయకుండా సాధారణ జలుబు మరియు ప్లూ నిరోధిస్తుంది, అంటే మీరు పాడి దగ్గు, జ్వరం మరియు గొంతు నొప్పి వంటి లక్షణాలను చూపిస్తే, మీరు సంక్రమించే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అప్పుడు కూడా, మీ బలమైన రోగనిరోధక శక్తి కరోనావైరస్తో పోరాడటంలో మెరుగ్గా ఉంటుంది.^{11 12 13 14 15}
- **ఔర్యాన్ని ఎక్కువగా ఉంచండి:** మీరు అవసరమైన జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే, మీరు బాగానే ఉంటారు. ఇది ప్రపంచం అంతం అనిపించవచ్చు, కానీ అది కాదు. మీ అభిరుచులపై పని చేయడానికి, కొత్త నైపుణ్యాలను పెంపొందించడానికి, మీకు ఆసక్తి ఉన్న పుస్తకాలను చదవడానికి, మీరు తప్పిపోయిన ఇంట్లో సినిమాలు చూడటానికి మరియు మీ కుటుంబంతో కొంత నాణ్యమైన సమయాన్ని గడపడానికి ఈ సమయాన్ని కేటాయించండి.

తర్వాత ఏంటి?

ఈ సమాచారాన్ని భాగస్వామ్యం చేయండి మరియు మీ స్నేహితులు మరియు కుటుంబ సభ్యులలో అవగాహన పెంచుకోండి. వాట్సాప్ తెరవడానికి క్రింద క్లిక్ చేయండి.



[వాట్సాప్‌లో షేర్ చేయండి](#)

ఈ వెబ్‌సైట్‌ను హోస్ట్ చేయడం, కంటెంట్ రాయడం మరియు వివరాలను నవీకరించడం విలువైన డబ్బు మరియు సమయాన్ని ఖర్చు చేస్తుంది మరియు నేను కేవలం విద్యార్థిని. దయచేసి క్రింద PayTm లేదా ఇతర UPI పద్ధతుల ద్వారా విరాళం ఇవ్వండి.



Or

ENG

हिंदी

বাংলা

ગુજરાતી

ਪੰਜਾਬੀ

मराठी

नेपाली

தமிழ்

తెలుగు

اردو

Account Number: 99980100150890

IFSC Code: FDRL0001438

CREATED AND MAINTAINED BY

@diragb, 2020

SUPPORTED BY

Victor A. Sinha Shantanu Chaudhary Shreyas Jaiswal Soumodeep Bannerjee Kanishk Sharma Gaurav Agarwal
Hemant Kulshreshtha Malayka Singh Ledenla Sherpa Anhad Moin Jakhmola Shivendu Mahajan Prachee Majumdar
Nivedita Dutta Sayari Pal Nivedita Basu Sayani Das Namrata Goswami Anubroto Maitra
Sasidhar Patri Joydeep Roy Anushmita Dutta Gunjan Nath Pooja Sharma Abhinav Vishwaksen Sharma

And several others.