

آیا الکل برای ضد عفونی دست ها موثر است ؟

♦ گروه سلامت //

الکل سفید باعث تمیز شدن و ضد عفونی دست ها می شود و ویروس و میکروب موجود در سطح آن ها را از بین می برد.

هاشمیان فوق تخصص بیماری های عفونی در گفت وگو با خبرنگار حوزه کلینیک گروه علمی پزشکی باشگاه خبرنگاران جوان، در پاسخ به سوالی مبنی بر اینکه آیا با اسپری الکل سفید روی پوست دست ویروس کرونا به طور کامل از بین می رود؟ اظهار کرد: الکل سفید باعث تمیز شدن و ضد عفونی دست ها می شود و ویروس و میکروب موجود در سطح آن ها را از بین می برد. این فوق تخصص بیماری های عفونی افزود: مردم باید برای پیشگیری از بروز بیماری کرونا از حضور در جمععات و سفرهای غیرضروری پرهیز کنند.

اثرگذاری ضد عفونی کننده های خانگی

متخصصین بهداشتی بر این عقیده اند که برای کشتن بیشتر ویروس ها حداقل ۶۰ درصد الکل لازم است (بیشتر محصولات ضد عفونی کننده حاوی ۶۰ تا ۹۵ درصد الکل هستند). البته برای کسانی که پوست حساس تری دارند، محصولات ضد عفونی کننده بدون الکل هم وجود دارد.

تا مدت ها در تمام محصولات بهداشتی، از صابون گرفته تا خمیر دندان، از ترکیبی بسیار قدرتمند و ضد باکتریایی به نام تری کلوسان استفاده می شد. هر چند که تحقیقات بعدی مشخص کرد این ترکیب بیشتر از هر چیز برای سیستم هورمونی بدن خود ما مضر است و به این ترتیب در سال ۲۰۱۷ استفاده از آن در محصولات بهداشتی

متخصصین بهداشتی بر این عقیده اند که برای کشتن بیشتر ویروس ها حداقل ۶۰ درصد الکل لازم است (بیشتر محصولات ضد عفونی کننده حاوی ۶۰ تا ۹۵ درصد الکل هستند). البته برای کسانی که پوست حساس تری دارند، محصولات ضد عفونی کننده بدون الکل هم وجود دارد

کرونا ی ایران با ووهان چین فرق دارد؟

سخنگوی وزارت بهداشت درباره نقل قولی از وزیر بهداشت مبنی بر تفاوت ویروس کرونا در ووهان و ایران، توضیحاتی ارائه کرد. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، کیانوش جهانپور سخنگوی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با تکذیب نقل قولی از وزیر بهداشت درخصوص تفاوت ویروس کرونا در ووهان و ایران، گفت: اظهارات یکی از نمایندگان مجلس از مطالب مطروحه توسط وزیر محترم بهداشت در جلسه امروز با نمایندگان، صحت ندارد از اساس کذب و بی پایه است و در نقل مطلب رعایت امانت نشده است. جهانپور با اعلام این مطلب، اظهار داشت: دکتر نمکی در جلسه امروز خود با نمایندگان مجلس، مطلبی در مورد تفاوت ویروس کرونا در ایران و ووهان چین، عنوان نکرده و مطالبی که به نقل از وزیر بهداشت مطرح شده، کاملا کذب است. وی افزود: از اولین روزی که نخستین مورد مثبت از ابتلا به کووید ۱۹ (کرونا ویروس جدید) در کشور مشاهده شد، روند اطلاع رسانی و ارائه اخبار صحیح به جامعه در دستور کار وزارت بهداشت قرار گرفته و با تشکیل کمیته روابط عمومی و اتاق خبر با حضور خبرنگاران رسانه های مورد تأیید در کشور، آخرین وضعیت بیماری کووید ۱۹ به صورت روزانه در اختیار مردم قرار می گیرد.

داشته باشید که از لمس سطوح تا حد امکان

خود داری کنید و از آن مهم تر اینکه به هیچ وجه دست خود را به صورت خود نزنید. همین طور د، مورد دستگیره ها و دیگر اشیائی که به صورت مکرر توسط افراد مختلف استفاده می شوند حساس باشید.

ویروس ها بر خلاف بیشتر موجودات زنده، خارج از بدن میزبان خود هیچ فعالیتی ندارند. آن ها برای زندگی به یک میزبان و سلول زنده نیاز دارند تا خود را کپی کنند. پس بهتر است از انجام هر کاری که احتمال ورود این ویروس به بدن را افزایش می دهد خود داری کنید. به چشم ها، دهان یا زخم های باز و ... دست نزنید و تا جایی که امکان دارد همیشه دست ها را شسته و تمیز نگه دارید.

طبق مطالعه ای که سال ۲۰۱۹ انجام شد، بهترین روش مقابله با این ویروس همان روش سنتی و رایج شستن دست با صابون و مایع دست شویی است که بیشتر از ژل های ضد عفونی کننده مؤثر است.

گرچه صابون و مایع دستشویی خاصیت ضد باکتریایی چندان قوی ندارد، ولی به خوبی می تواند ویروس ها را از بین ببرد. از آن جا که صابون چربی ها و کثیفی ها را از دست جدا می کند قادر است میکروب ها را از دست جدا کند. فقط هنگام شستن دست ها دقت داشته باشید که تمام بخش ها، بین انگشت ها و زیر ناخن ها را هم تمیز کنید و در نهایت به مدت ۲۰ ثانیه آن را زیر آب بگیرید.

با این کار می توانید مطمئن شوید که تمام باکتری ها و ویروس ها از دست شما جدا شده و همراه با آب شسته می شوند. در نهایت برای خشک کردن دست هم به هیچ وجه از لباسی که پوشیده اید استفاده نکنید! حوله های یک بار مصرف و دست مال کاغذی بهترین راه برای خشک کردن دست است. برخی معتقدند که بهترین حالت آن است که دست ها به صورت طبیعی و در هوا خشک شوند که درست نیست. هر چه دست ها زمان بیشتری مرطوب باقی بمانند، احتمال کثیف باید دست ها را شسته و بعد به کار خود ادامه دهید. در هر حال باید به یاد

مراقب عواقب هولناک مصرف الکل صنعتی باشید

الکل اتیلیک (اتانول) و یا غرغه کردن اتانول در محوطه دهانی هیچگونه اثری در پیشگیری از عفونت کرونا ویروس جدید ندارد و با خطر بروز مسمومیت ناشی از اتانول همراه است.

۲- الکل متیلیک یا همان متانول، ضمن اینکه دارای اثرات ضد میکروبی بسیار ناچیزی در مقایسه با الکل اتیلیک (اتانول) است، به علت سمیت بالا، مصرف خوراکی آن با بروز مسمومیت های شدید، کوری و مرگ همراه است.

۳- بر خلاف اتانول که جذب پوستی از پوست سالم ندارد، میزان جذب پوستی متانول به ویژه در پوست های آسیب دیده بالا بوده و می تواند سبب بروز مسمومیت شود.

۴- با توجه به خصوصیت سمی متانول، مراجع و راهنماهای معتبر بین المللی، هیچ گونه



مسمومیت در اثر مصرف خوراکی محلول های حاوی الکل اتیلیک (اتانول) و حتی مرگ اثر مصرف خوراکی الکل متیلیک (متانول) به اشتباه و با هدف پیشگیری از عفونت کرونا ویروس جدید و کووید ۱۹- در برخی از بیماران گزارش شده است. در این رابطه توجه به نکات زیر دارای اهمیت است: ۱- بر اساس مستندات علمی، مصرف خوراکی

♦ گروه سلامت //

سازمان غذا و دارو درباره مصرف الکل صنعتی برای پیشگیری از ابتلا به کرونا و مرگبار بودن آن هشدار داد.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، ستاد مرکزی اطلاع رسانی داروها و سموم، دفتر نظارت و پایش مصرف فرآورده های سلامت، سازمان غذا و دارو اعلام کرد: با توجه به شیوع گسترده بیماری ناشی از کرونا ویروس جدید یا کووید-۱۹ در کشور و تأکید بر بهداشت دست ها و گندزدایی مناسب سطوح در منازل و اماکن و نقش مهم استفاده از اقلام ضد عفونی کننده از جمله فرآورده های بر پایه الکل اتیلیک (اتانول) به منظور پیشگیری از این عفونت، متأسفانه بر اساس مشاهدات و اطلاعات بدست آمده از برخی بیمارستانهای کشور، مواردی از

روش صحیح اندازه گیری تب چگونه است؟

♦ گروه سلامت //

با توجه به شیوع کرونا ویروس در جهان مهمترین روش تشخیصی این ویروس تب است. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، ویروس کرونا تاکنون افراد زیادی را در سراسر جهان به خود مبتلا کرده است؛ به همین دلیل هر کشوری تمهیداتی را برای مواجهه با آن اتخاذ کرده اند.

میزان تب برای ویروس کرونا بر اساس روش اندازه گیری در قسمت های مختلف بدن به این صورت است؛ پیشانی درجه تب ۳۸/۵ و بالاتر از آن، زیر زبان ۳۸/۵ و بالاتر از آن، زیر بغل ۳۷/۸ و بالاتر از آن که این درجه برحسب سانتی گراد است. دمای بدن انسان در طول ساعات شبانه روز کمی تغییر می کند و معمولاً هنگام عصر بین یک تا نیم درجه بالاتر است. مهمترین روش تشخیص کرونا تب بالا افراد است که به آن دچار می شود.



کرونا روی پارچه و لباس زنده می ماند؟



♦ گروه سلامت //

به گفته برخی کارشناسان ویروس کرونا بر روی پارچه و لباس عمر کوتاهی دارد و زمان زنده ماندن آن بر روی این اجسام نسبت به زنده ماندن این ویروس در هوا کمتر است.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، کارشناسان تلویزیونی ملی چین درباره زنده ماندن یا نماندن ویروس کرونا بر روی پارچه و لباس، می گویند: درصد انتقال ویروس از روی پارچه و لباس پایین است، به طور کلی زمان زنده ماندن این ویروس روی پارچه و لباس بسیار کوتاه تر از زمان زنده ماندن ویروس در هوا و ذرات ریزآب دهان و بینی است.

به گفته این کارشناسان این نوع ویروس بیشتر بر روی اجسام صاف و بدون سوراخ باقی می ماند به همین دلیل لازم نیست زیاد نگران وجود ویروس کرونا روی پارچه و لباس باشید.

این کارشناسان چینی بر شستن مداوم دست ها بسیار تأکید کردند و گفتند: دست ها بسیار مهم هستند باید دست ها را به خوبی و به روش درست بشوییم، اگر ممکن است لباس ها را در جایی که هوا جریان داشته باشد بگذاریم.

تشخیص علائم کرونا از آنفلوآنزا

از زمان شیوع ویروس کرونا و گسترش آن ما به سلامتی خودمان بیش از پیش توجه می کنیم، اگر خود و یا اعضای خانواده تان علائمی مانند تب یا دمای بالاتر از ۳۷.۲ درجه یا سرفه و سوزش گلو داشته باشند، آیا این نشانه ها حتماً نشانه کرونا ویروس است یا خیر؟

به گفته کارشناسان چینی نمی توان به این سوال را با اطمینان پاسخ داد که فرد مبتلا به ویروس کرونا شده است یا خیر، اما تب و سرفه می تواند ناشی از سرما خوردگی میکروبی، حساسیت و استرس باشد.

بنابراین اگر به محله مشکوک به کرونا ویروس نرفته اید، یا اگر فردی در اطرافتان بیمار نبود، لازم نیست نگران باشید، تنها چند روز در خانه بمانید و وضعیت سلامتیتان را تحت نظر و مراقبت قرار دهید، در طول این مدت هر روز صبح تا شب دو بار دمای بدن خود را اندازه و تحت درمان قرار بگیرید.

با وجود نداشتن هیچ علائمی ممکن است به کرونا مبتلا شده باشیم؟

همچنین به گفته این کارشناسان برخی از بیماران مبتلا به کرونا ویروس ابتدا تب بالایی ندارند، اما بدن درد، دل درد و اسهال دارند، حتی تعدادی از مبتلایان هیچ نشانه ای ندارند و ویروس جدید تنها در دستگاه تنفسی افراد ظاهر می شود، اما این افراد می توانند ناقل ویروس باشند.

به همین دلیل اگر به محل شیوع کرونا ویروس رفته اید یا با بیماران مشکوک تماس داشته اید، باید خود را در خانه قرنطینه کنید و اگر نشانه های مشکوک داشتید در اسرع وقت به پزشک مراجعه کنید.

فراموش نکنید از ماسک استاندارد استفاده کنید تا از خود و اطرافیان تان محافظت کنید، در دوره شیوع ویروس کرونا نباید بیش از حد نگران باشید، زندگی منظم و روحیه شاد برای تقویت سیستم ایمنی بدن مفید است.

روند ابتلا به کرونا در کشور سعودی است

♦ گروه سلامت //



جهانپور گفت: مهار و کنترل ویروس کرونا، نیازمند همکاری و هم افزایی نظام سلامت، مردم و سایر نهادهای کشور است.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، کیانوش جهانپور، رئیس مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی وزارت بهداشت درباره آخرین وضعیت ویروس کرونا در کشور اظهار کرد: خوشبختانه در چند روز اخیر شاهد کاهش موارد جدید ابتلا بوده ایم، اما هنوز برای اعلام سیر نزولی بیماری در کشور زود است و همچنان شاهد روند صعودی تعداد کل مبتلایان به بیماری کووید ۱۹ در کشور خواهیم بود.

جهانپور افزود: امیدواریم با رعایت نکات بهداشت فردی و عمومی و توجه مردم به اصول خود مراقبتی و دیگر مراقبتی ظرف هفت تا ۱۰ روز آینده شاهد کاهش موارد جدید ابتلا باشیم.

او تصریح کرد: روند ابتلا به بیماری کووید ۱۹ در کشور صعودی است بنابراین مهار و کنترل آن نیازمند همکاری و هم افزایی نظام سلامت، مردم و سایر بخش ها و نهادهای کشور است.

افزایش مسمومیت های الکلی در روزهای اخیر

جهانپور با اشاره به افزایش مسمومیت های الکلی در روزهای اخیر بیان کرد: متأسفانه برخی افراد، با انتشار اطلاعات نادرست در فضای مجازی باعث شده اند تا گزارش موارد مسمومیت های الکلی در برخی استان ها افزایش پیدا کند. برخی افراد گمان می کنند الکل همانطور که می تواند موجب ضد عفونی سطوح و دست ها شود، مصرف آن نیز می تواند از بیماری کووید ۱۹ پیشگیری کند.

او اظهار کرد: در استان خوزستان پس از شیوع ویروس کرونا حدود ۷۳ ابتلای قطعی داشتیم اما به دلیل ارائه اطلاعات نادرست در خصوص مصرف الکل، ظرف ۲ روز گذشته ۳۳۱ نفر مراجعه ناشی از مسمویت با الکل جعلی داشتیم که از اینس تعداد ۲۵۶ نفر بستری شدند و ۲۰ نفر جان خود را از دست داده اند که واقعا یک فاجعه است.

جهانپور گفت: این موضوع ممکن است در استان های دیگر هم گزارش شود؛ بنابراین به مردم هشدار می دهیم مراقب جوانان باشند و بدانند مصرف الکل تأثیری در پیشگیری از ویروس کرونا ندارد و فقط برای ضد عفونی کردن سطوح و دست ها کاربرد دارد.