ΠΩΣ ΜΕΤΑΔΙΔΕΤΑΙ Ο COVID-19;

Τα έως τώρα δεδομένα υποστηρίζουν ότι ο ιός SARS-CoV-2 μεταδίδεται από μολυσμένα άτομα μέσω σταγονιδίων και μικρών σωματιδίων που περιλαμβάνουν τον ιό, τα οποία εισπνέουν άλλοι άνθρωποι. Τα σταγονίδια αυτά μπορούν να μολύνουν τις επιφάνειες, ενώ όσοι είναι σε απόσταση μικρότερη των δύο μέτρων είναι πιθανότερο να προσβληθούν. Οι Ιατροί της Θεραπευτικής Κλινικής της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, **Θεοδώρα Ψαλτοπούλου**, **Πάνος Μαλανδράκης**, και **Θάνος Δημόπουλος** (Πρύτανης ΕΚΠΑ)(https://mdimop.gr/covid19/) συνοψίζουν τα δεδομένα έως τώρα όπως έχουν ανακοινωθεί από το CDC (Center for Disease Control and Prevention) στις ΗΠΑ (https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/how-covid-spreads.html). Η μετάδοση του ιού είναι πολύ εύκολη από άνθρωπο σε άνθρωπο, πολύ ευκολότερη από τον ιό της γρίπης, όχι όμως τόσο όσο ο ιός της ιλαράς, που είναι ένας από τους μεταδοτικούς ιούς για τον άνθρωπο.

Η διάδοση της νόσου COVID-19 γίνεται κυρίως με τρεις τρόπους:

1. Με την εισπνοή μικρών σωματιδίων και σταγονιδίων που εκπνέει κάποιος που έχει προσβληθεί,
2. Την ύπαρξη τέτοιων σωματιδίων στα μάτια, τη μύτη ή το στόμα, όπως απελευθερώνονται με το βήχα και τον πταρμό,
3. Την επαφή των χεριών που φέρουν σωματίδια του ιού με τα μάτια, τη μύτη ή το στόμα

Ο καλύτερος τρόπος να αποφύγετε τη λοίμωξη COVID-19 είναι η αποφυγή έκθεσης στον ιό. Ακόμα και τα άτομα χωρίς συμπτώματα μπορούν να μεταδίδουν τον ιό. Ως μέτρα πρόληψης εναντίον της λοίμωξης COVID-19 συνιστώνται:

1. Ο εμβολιασμός όσο γίνεται πιο γρήγορα,
2. Η σωστή χρήση μάσκας που καλύπτει το στόμα και τα μάτια,
3. Η τήρηση αποστάσεων τουλάχιστον δύο μέτρων από όποιον δεν ζείτε μαζί,
4. Η αποφυγή συνωστισμού και η βελτίωση του εξαερισμού,
5. Η σωστή υγιεινή των χεριών και η αντισηψία.

Τα δεδομένα για τη δεύτερη λοίμωξη COVID-19 σε όσους έχουν νοσήσει είναι λίγα, ωστόσο έχουν αναφερθεί αρκετές τέτοιες περιπτώσεις, χωρίς να είναι γνωστό το πόσο σοβαρή μπορεί να είναι η επαναλοίμωξη.