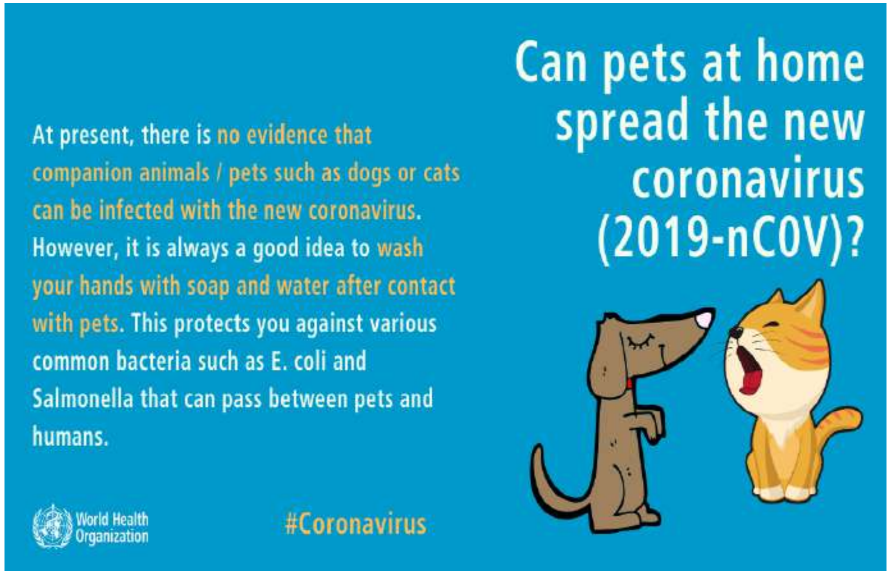
কিছু ভ্রান্ত ধারণা ও তার জবাব

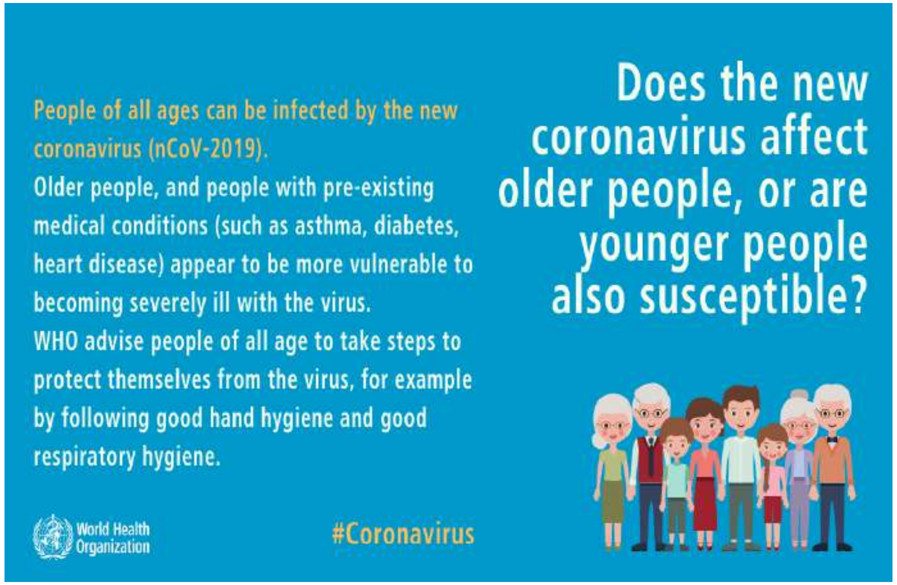
গৃহপালিত প্রাণী কি নভেল করোনা ভাইরাস ছড়াতে পারে?

- ঘরের পোষা প্রাণী (যেমন- বিড়াল/কুকুর ইত্যাদি) নভেল করোনা ভাইরাস দিয়ে আক্রান্ত হয় এমন কোন প্রমাণ এখনো পর্যন্ত পাওয়া যায়নি।
- তবে পোষা প্রাণীর সংস্পর্শে আসার পর সব সময় সাবান-পানি দিয়ে হাত ধোওয়া উত্তম।
- এই অভ্যাসের সুবাদে পোষা প্রাণী থেকে মানবদেহে রোগ ছড়ায় এমন সব ব্যাকটেরিয়া, যেমন- ই-কোলাই, সালমোনেলা ইত্যাদি থেকে সুরক্ষা পাওয়া যায়।



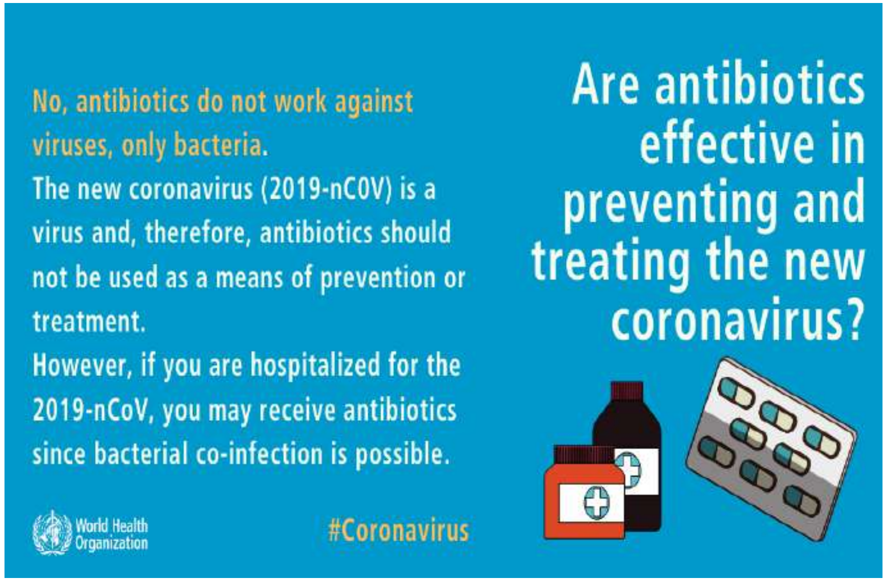
শুধু কি বয়স্করাই আক্রান্ত হবে, নাকি তরুণরাও ঝুঁকিতে?

- যে কোন বয়সের ব্যক্তি নভেল করোনা ভাইরাস দিয়ে আক্রান্ত হতে পারে।
- বয়স্ক এবং যাদের আগে থেকে কোন অসুস্থতা (যেমন- অ্যাজমা, ডায়াবেটিস, হৃদরোগ) আছে, এমন ব্যক্তি করোনা ভাইরাস দিয়ে আক্রান্ত হলে, তাদের গুরুতর অসুস্থ হওয়ার ঝুঁকি বেশি।
- বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা সব বয়সী মানুষকে ভাইরাস থেকে প্রতিরক্ষামূলক ব্যবস্থা (যেমন- স্পর্শ স্বাস্থ্যবিধি, শ্বাসতন্ত্রের স্বাস্থ্যবিধি) মেনে চলতে পরামর্শ দিচ্ছে।



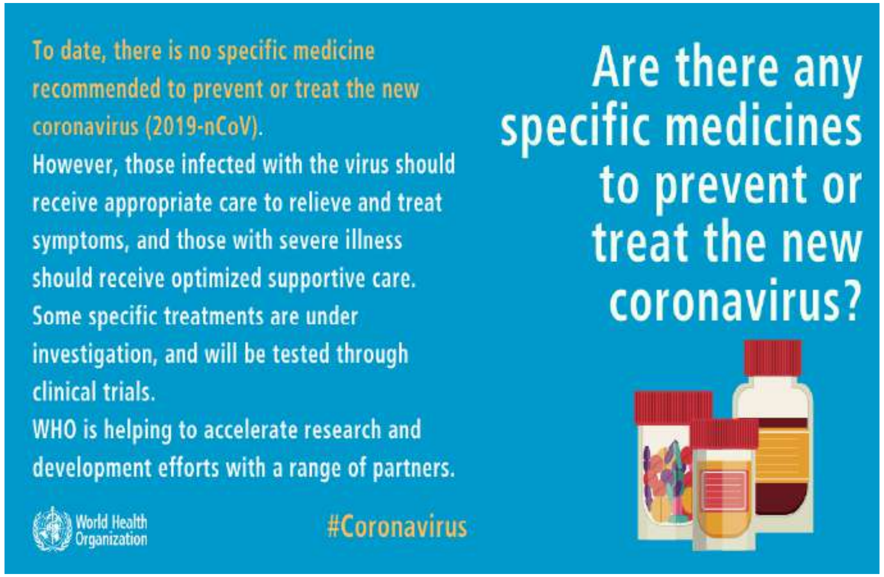
অ্যান্টিবায়োটিক কি নভেল করোনা ভাইরাস এর চিকিৎসা বা প্রতিরোধে কার্যকরী?

- না, অ্যান্টিবায়োটিক ভাইরাস-এর বিরুদ্ধে নয়, ব্যাকটেরিয়ার বিরুদ্ধে কার্যকরী।
- নভেল করোনা ভাইরাস এক ধরণের ভাইরাস বিধায় এর চিকিৎসা বা প্রতিরোধে অ্যান্টিবায়োটিকের ব্যবহার করা উচিৎ নয়।
- তবে, যদি কেউ নভেল করোনা ভাইরাস দিয়ে আক্রান্ত হয়ে হাসপাতালে ভর্তি হন, তিনি ব্যাকটেরিয়া থেকে সহ-সংক্রমণের জন্য অ্যান্টিবায়োটিক পেতে পারেন।



নভেল করোনা ভাইরাস এর চিকিৎসা বা প্রতিরোধে কার্যকরী নির্দিষ্ট কোন ঔষধ আছে কি?

- না, এখনো পর্যন্ত নভেল করোনা ভাইরাস এর চিকিৎসা বা প্রতিরোধে কার্যকরী নির্দিষ্ট কোন ঔষধ নেই।
- কিন্তু, আক্রান্ত ব্যক্তিদের উপসর্গ উপশমের জন্য উপযুক্ত চিকিৎসা এবং গুরুতর অসুস্থ ব্যক্তিদের জন্য পর্যাপ্ত সহায়ক স্বাস্থ্য সেবা (সাপোর্টিভ কেয়ার) দিতে হবে।
- সুনির্দিষ্ট চিকিৎসা ব্যবস্থা পরীক্ষাধীন, যা ক্লিনিক্যাল ট্রায়ালের মাধ্যমে সম্পন্ন হবে।
- বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা ও তার সহযোগী প্রতিষ্ঠানসমূহ এ সংক্রান্ত গবেষণা ত্বরান্বিত করার জন্য সহযোগিতা করছে।

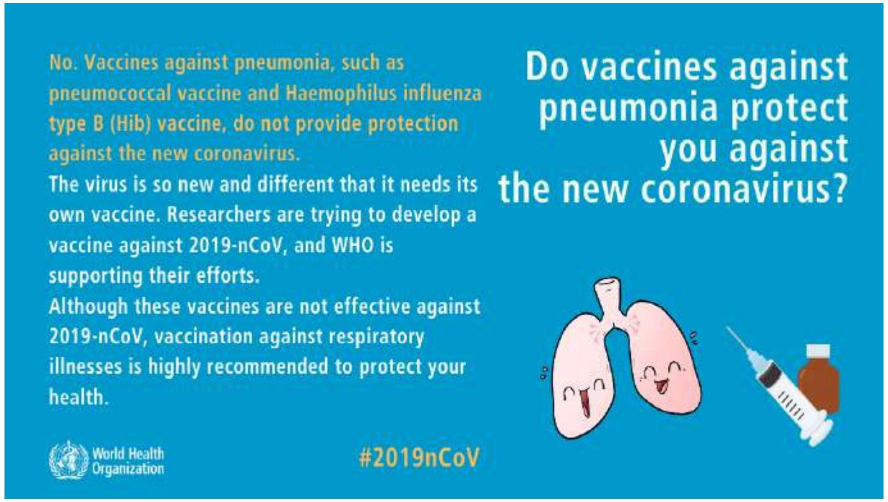


<u>চীন থেকে আসা কোন চিঠি বা পার্সেল গ্রহণ করা কি নিরাপদ?</u>

- হ্যাঁ, নিরাপদ।
- ইতিমধ্যে পাওয়া তথ্য উপাত্ত বিশ্লেষণ করে আমরা জানি যে মানবদেহের বাইরে এই করোনাভাইরাস বেশিক্ষণ বাঁচে না। সুতরাং চীন থেকে আসা কোন চিঠি বা পার্সেল যদি কেউ গ্রহণ করেন তবে তিনি করোনাভাইরাসের সংক্রমণের ঝুঁকিতে পড়বেন না।

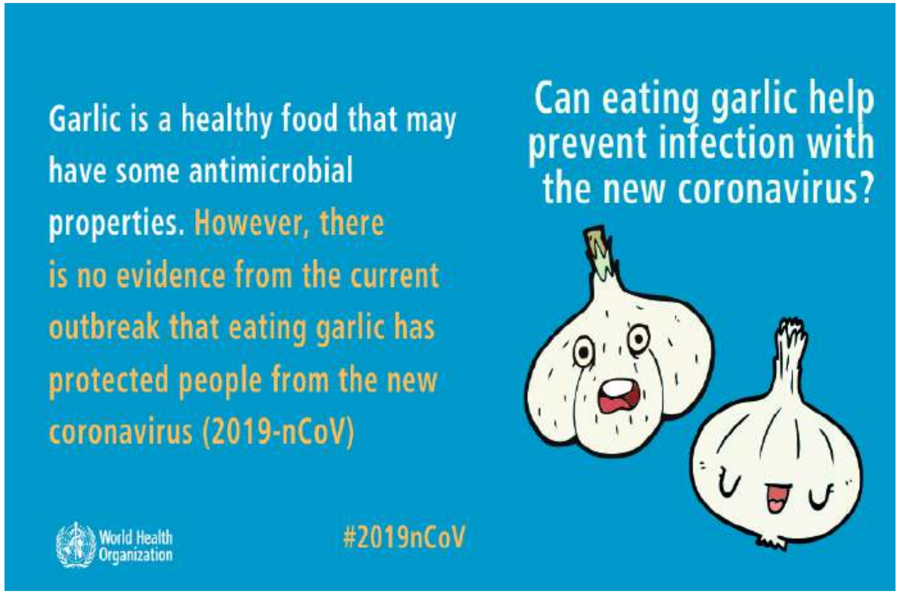
<u>করোনাভাইরাস প্রতিরোধে নিউমোনিয়া ভ্যাকসিন কোন ভূমিকা রয়েছে কি?</u>

- না, করোনাভাইরাস জনিত নিউমোনিয়া প্রতিরোধে এটি কার্যকরী নয়।
- করোনাভাইরাস সম্পূর্ণ নতুন ধরণের ভাইরাস হওয়ায় এর জন্য আলাদা ভ্যাকসিন প্রয়োজন হবে।
- বর্তমানে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার সহায়তায় গবেষকরা এই ভ্যাকসিন তৈরির কাজ করে যাচ্ছেন।



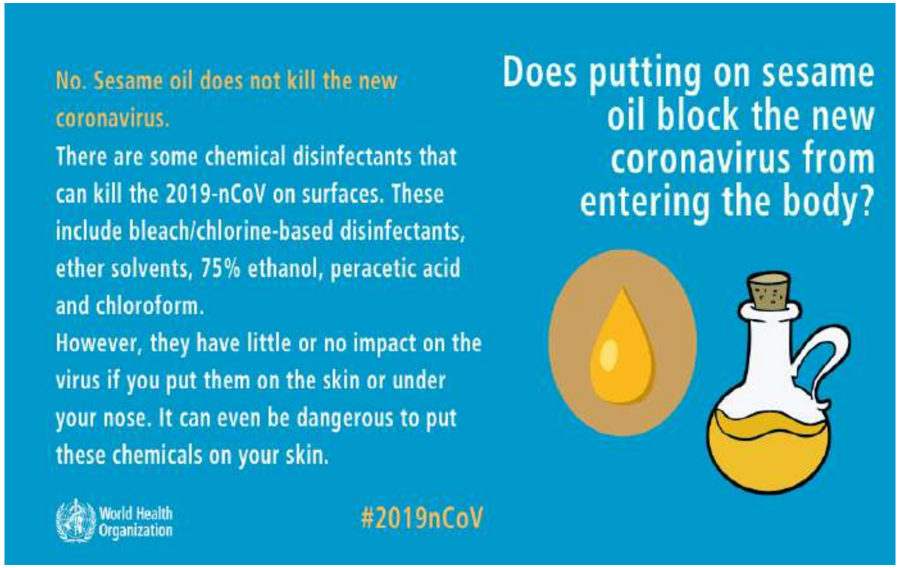
রসুন খাওয়া কি করোনাভাইরাস সংক্রমণ প্রতিরোধে কাজ করবে?

- নোভেল করোনাভাইরাসের বিরুদ্ধে রসুন কার্যকর- এমন কোন প্রমাণ এখনো পাওয়া যায়নি।
- তবে, রসুন একটি উপকারি খাবার, যার কিছু জীবাণুনাশক গুণাগুণ থাকতে পারে।



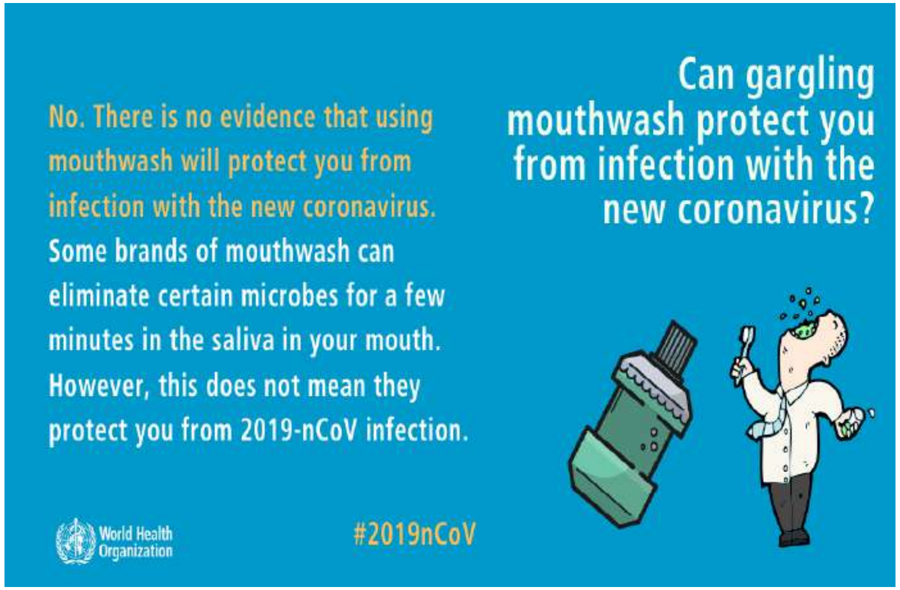
তিলের তেল মাখলে কি শরীরে করোনাভাইরাস প্রবেশ করবে না?

- তিলের তেল করোনাভাইরাস কে ধ্বংস করে না।
- কিছু রাসায়নিক জীবাণুনাশক যেমন- ব্লিচ/ ক্লোরিন-ভিত্তিক জীবাণুনাশক, ইথার দ্রবণ, ৭৫% ইথানল, প্যারাসেটিক অ্যাসিড, ক্লোরোফর্ম ইত্যাদি কোন বস্তুর উপরিভাগ থেকে করোনাভাইরাস কে মেরে ফেলতে সক্ষম।



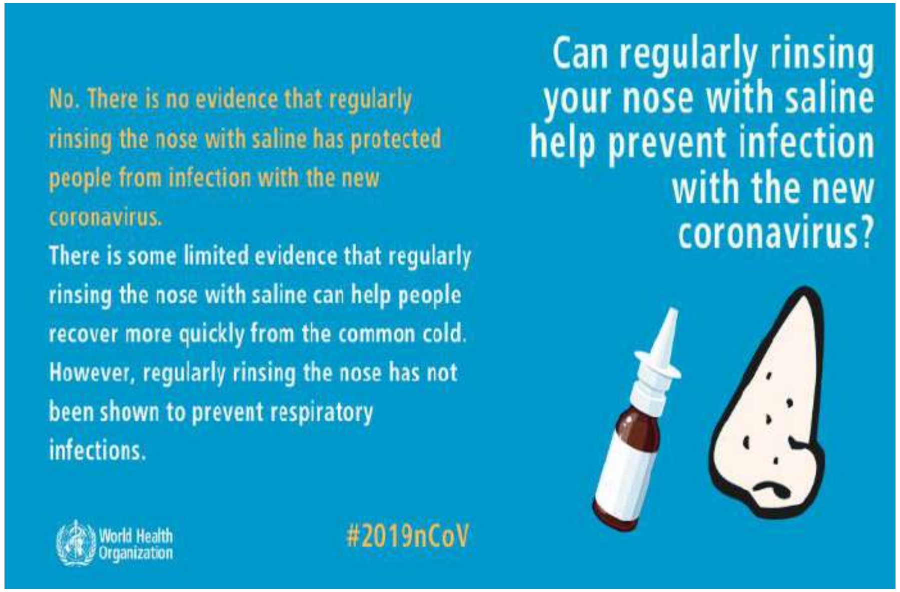
মাউথওয়াশ দিয়ে গার্গল করলে কি করোনাভাইরাস থেকে সুরক্ষিত থাকা যাবে?

- মাউথওয়াশ ব্যবহার করলে করোনাভাইরাস থেকে সুরক্ষিত থাকা যাবে এমন প্রমাণ এখনও পাওয়া যায়নি।
- কোন কোন মাউথওয়াশ হয়ত কিছুক্ষণের জন্য আপনার লালায় থাকা অন্যান্য জীবাণুকে মেরে ফেলতে সক্ষম। কিন্তু তার ফলে যে করোনাভাইরাস থেকে সুরক্ষিত থাকা যাবে তার নিশ্চয়তা নেই।



স্যালাইন দিয়ে নিয়মিত নাক পরিষ্কার করে কি এই নতুন করোনাভাইরাসের সংক্রমণ প্রতিরোধ করা সম্ভব?

- স্যালাইন দিয়ে নিয়মিত নাক পরিষ্কার করলে করোনাভাইরাসের সংক্রমণ থেকে রক্ষা পাওয়া সম্ভব এমন কোন নিশ্চিত প্রমাণ এখনও পাওয়া যায়নি।
- দেখা গেছে, স্যালাইন দিয়ে নিয়মিত নাক পরিষ্কার করলে সাধারণ ঠান্ডা থেকে দ্রুত উপশম হয়। কিন্তু এর ফলে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধ হয় তা জানা যায়নি।

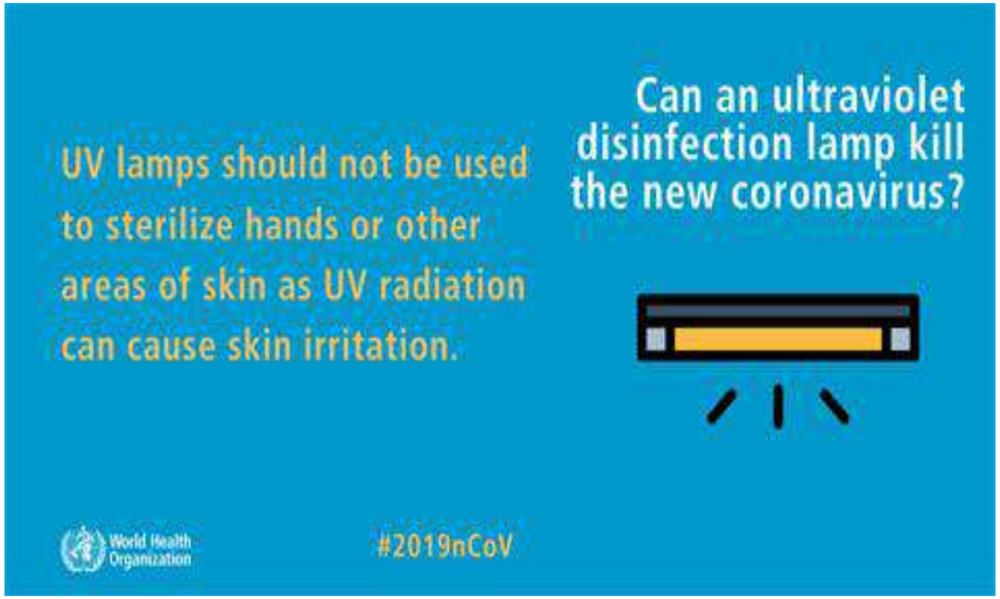


‘হ্যান্ড ড্রায়ার’ কি নতুন করোনাভাইরাস ধ্বংসে কার্যকরী?

- না, ‘হ্যান্ড ড্রায়ার’ নতুন করোনাভাইরাস ধ্বংসে কার্যকরী নয়।
- নিজের সুরক্ষার জন্য আপনি দুই হাত বারে বারে সাবান-পানি দিয়ে বা হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে পরিষ্কার করুন।
- হাত পরিষ্কারের পর টিস্যু/ পরিষ্কার কাপড়/ উষ্ণ ‘এয়ার ড্রায়ার’ দিয়ে হাত ভালভাবে মুছে শুকিয়ে ফেলুন।

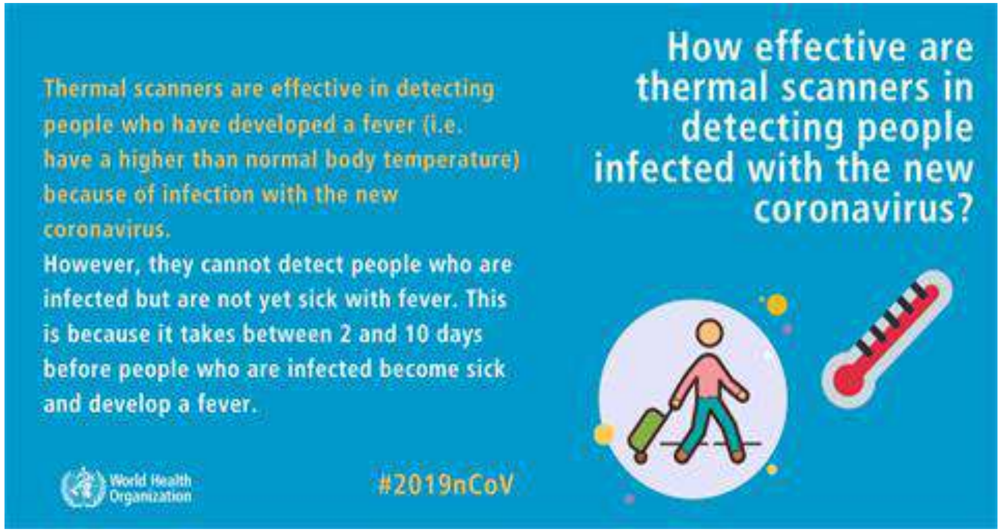
আল্ট্রা-ভায়োলেট জীবাণুনাশক ল্যাম্প কি নতুন করোনাভাইরাস ধ্বংস করতে পারে?

- হাত বা শরীরের অন্য কোন অংশ জীবাণুমুক্ত করার জন্য আল্ট্রা-ভায়োলেট ল্যাম্প ব্যবহার করা উচিৎ নয়।
- আল্ট্রা-ভায়োলেট ল্যাম্পের ব্যবহারে ত্বকে সমস্যা তৈরী হতে পারে।



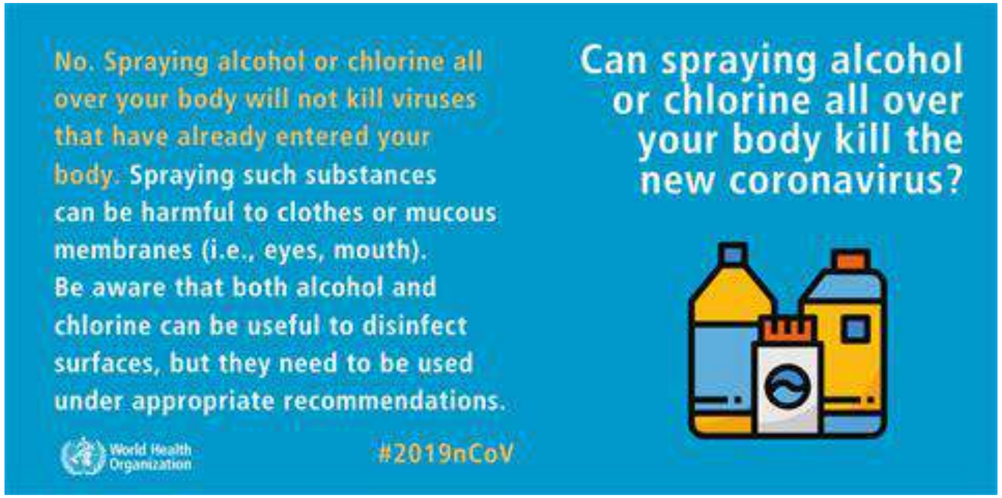
নতুন করোনাভাইরাসে আক্রান্ত ব্যক্তি সনাক্তকরণে থার্মাল স্ক্যানার কতটুকু কার্যকরী?

- থার্মাল স্ক্যানার দিয়ে জ্বরে আক্রান্ত ব্যক্তিকে সনাক্ত করা যায়।
- নতুন করোনাভাইরাসে আক্রান্ত হওয়ার ২-১৪ দিনের মাঝে অসুস্থতাজনিত উপসর্গ (যেমন- জ্বর, কাশি ইত্যাদি) দেখা যায়।
- এই ভাইরাসে আক্রান্ত হওয়ার কারণে যদি কারো জ্বর আসে, তবেই থার্মাল স্ক্যানারের সাহায্যে ঐ জ্বরাক্রান্ত ব্যক্তিকে সনাক্ত করা যায়। আক্রান্ত কিন্তু জ্বরের উপসর্গ নেই, এমন ব্যক্তিকে এক্ষেত্রে সনাক্ত করা সম্ভব নয়।



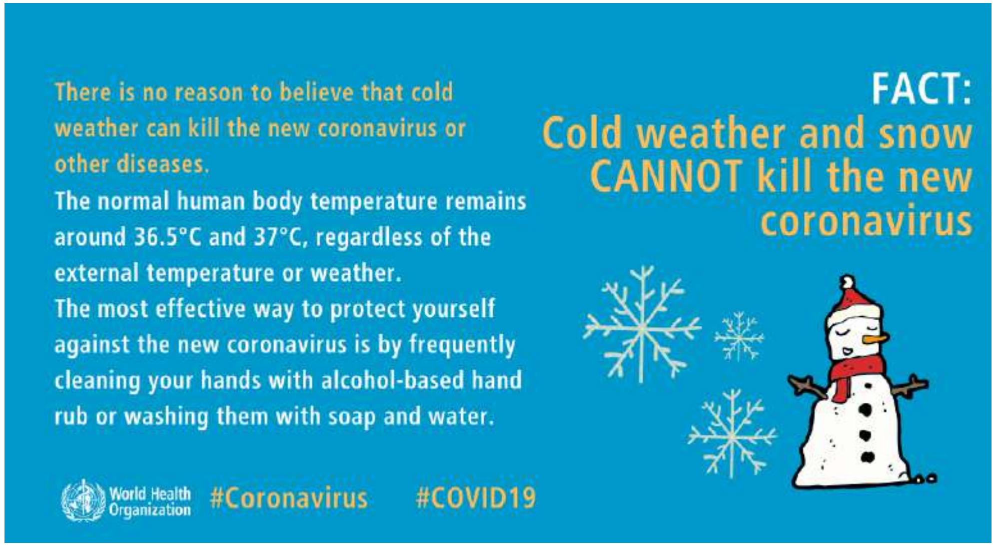
সারা গায়ে অ্যালকোহল বা ক্লোরিন ছিটিয়ে কি নতুন করোনাভাইরাস মেরে ফেলা সম্ভব?

- না, করোনাভাইরাস শরীরে প্রবেশ করলে অ্যালকোহল বা ক্লোরিন সারা গায়ে ছিটিয়ে নতুন করোনাভাইরাস মেরে ফেলা সম্ভব নয়।
- অ্যালকোহল বা ক্লোরিন জীবাণুনাশক হলেও যথোপযুক্ত নির্দেশনা ছাড়া এগুলো ব্যবহার করা উচিৎ নয়।
- এ সকল পদার্থ চোখ-মুখ ইত্যাদিসহ কাপড়ের জন্য ক্ষতির কারণ হতে পারে।
- এ সকল জীবাণুনাশক ব্যবহারে সতর্ক হউন।



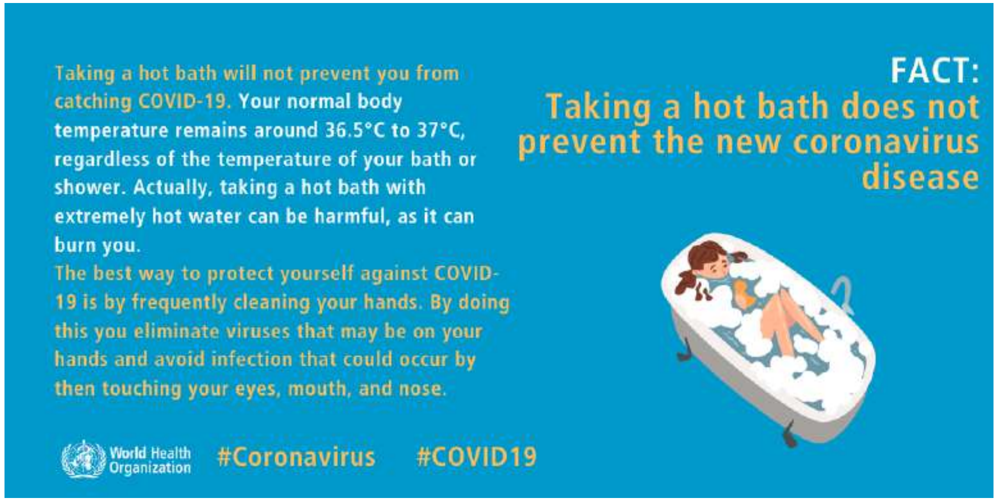
<u>প্রকৃত সত্যঃ ঠান্ডা আবহাওয়া ও তুষারপাত করোনাভাইরাস-কে ধ্বংস করতে পারে না</u>

- ঠান্ডা আবহাওয়া ও তুষারপাত করোনাভাইরাস-কে ধ্বংস করতে পারে এ কথা বিশ্বাস করার কোন কারণ নেই।
- বাইরের আবহাওয়া বা তাপমাত্রা যেমনই হোক না কেন, মানবদেহের তাপমাত্রা ৩৬.৫° ও ৩৭° সেন্টিগ্রেড এর কাছাকাছি থাকে।
- এই ভাইরাস থেকে নিজেকে সুরক্ষার সবচেয়ে কার্যকরী উপায় হল ঘন ঘন দুই হাত সাবান-পানি দিয়ে ধোওয়া বা অ্যালকোহল ভিত্তিক হ্যান্ড রাব দিয়ে পরিষ্কার করা।



<u>প্রকৃত সত্যঃ গরম পানি দিয়ে গোসল করোনাভাইরাস-কে প্রতিরোধ করতে পারে না</u>

- গোসলের পানির তাপমাত্রা যেমনই হোক না কেন, মানবদেহের তাপমাত্রা ৩৬.৫° ও ৩৭° সেন্টিগ্রেড এর কাছাকাছি থাকে।
- অত্যন্ত গরম পানি দিয়ে গোসল করলে বরঞ্চ পুড়ে যাওয়ার আশঙ্কা থাকে।
- এই ভাইরাস থেকে নিজেকে সুরক্ষার সবচেয়ে কার্যকরী উপায় হল ঘন ঘন দুই হাত পরিষ্কার করা। এর ফলে অপরিষ্কার হাত জীবাণুমুক্ত হয় ও অপরিষ্কার হাতে নাক-চোখ-মুখ স্পর্শের কারণে যে সকল সংক্রমণ হয়, তা প্রতিরোধ করা যায়।



<u>প্রকৃত সত্যঃ চীন বা কোভিড-১৯ আক্রান্ত দেশে প্রস্তুতকৃত দ্রব্য সামগ্রী থেকে করোনা ভাইরাসের সংক্রমণ হয় না</u>

- যদিও নোভেল করোনা ভাইরাস যে কোন পৃষ্ঠের উপরিভাগে পৃষ্ঠতলের ধরণ ভেদে কয়েক ঘন্টা থেকে কয়েক দিন পর্যন্ত বেঁচে থাকতে পারে; তথাপি নড়ানো হয়েছে/ভ্রমণের পরে/ বিভিন্ন ধরণের পরিবেশ ও তাপমাত্রার সংস্পর্শে এসেছে এমন পৃষ্ঠতলে এই ভাইরাস বেঁচে থাকার সম্ভাবনা খুব-ই ক্ষীণ।
- যদি আপনার কোন পৃষ্ঠের উপরিভাগ ভাইরাস সংক্রমিত বলে মনে হয়, তবে জীবাণুনাশক দিয়ে তা পরিষ্কার করে ফেলুন। সংস্পর্শে এলে দুই হাত সাবান-পানি দিয়ে ধুয়ে ফেলুন বা অ্যালকোহল ভিত্তিক হ্যান্ড রাব দিয়ে পরিষ্কার করুন।

<u>প্রকৃত সত্যঃ মশার কামড়ে কোভিড-১৯ ছড়ায় না</u>

- মশার কামড়ে কোভিড-১৯ ছড়ায় এমন কোন তথ্য/প্রমাণ এখনো পর্যন্ত পাওয়া যায়নি।
- নোভেল করোনা ভাইরাস শ্বাসতন্ত্রের রোগ সৃষ্টি করে এমন একটি নতুন ধরণের ভাইরাস যা আক্রান্ত ব্যক্তির হাঁচি/কাশি/কফ/সর্দি/থুথু ইত্যাদির মাধ্যমে একজন থেকে আরেকজনে ছড়ায়।
- নিজেকে সুরক্ষার জন্য ঘন ঘন দুই হাত সাবান-পানি দিয়ে বা অ্যালকোহল ভিত্তিক হ্যান্ড রাব দিয়ে পরিষ্কার করুন। পাশাপাশি, হাঁচি/কাশির সময় নাক-মুখ টিস্যু/কাপড়/বাহুর ভাঁজে ঢেকে রাখুন। ব্যবহৃত টিস্যু ঢাকনাযুক্ত ময়লার পাত্রে ফেলুন; ব্যবহৃত কাপড় সাবান-পানি দিয়ে ধুয়ে ফেলুন।