

07. ಕರೋನಾ ವೈರಸ್ ಕುರಿತು

ಕೊವಿಡ್-೧೯ ಎಂಬುದು ಹೊಸದಾಗಿ ಪತ್ತೆಯಾದ ಕೊರೋನಾವೈರಸ್‌ನಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ಕಾಯಿಲೆಯು ತೀವ್ರವಾದ ಉಸಿರಾಟದ ಉಂಟಾಗುವ ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ರೋಗವು ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ 2019 ರಲ್ಲಿ ಚೀನಾದ ಹುಬೈ ರಾಜಧಾನಿಯಾದ ವುಹಾನ್‌ನಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸಲಾಯಿತು ಮತ್ತು ಇದು ಮುಂದೆ ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ ಹರಡಿತು, ಹಾಗೆ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಪ್ರಕರಣವು ಕೇರಳದಲ್ಲಿ ೨೦, ಜನವರಿ ೨೦೨೦ ರಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿತು, ಕೆಲವು ಲಕ್ಷಣಗಳು ಸ್ನಾಯು ನೋವು, ಕಫ ಉತ್ಪಾದನೆ, ಅತಿಸಾರ, ನೋಯುತ್ತಿರುವ ಗಂಟಲು, ವಾಸನೆ ಮತ್ತು ರುಚಿಯ ನಷ್ಟವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು. ಕೊವಿಡ್ -19 ವೈರಸ್ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೆಮ್ಮಿದಾಗ ಅಥವಾ ಸೀನುವಾಗ ಲಾಲಾರಸದ ಹನಿಗಳ ಮೂಲಕ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯ ಶೀತ, ಮತ್ತು ತೀವ್ರ ರೀತಿಯ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಕೊರೋನಾ ವೈರಸ್‌ಗಳ ಒಂದು ಗುಂಪು. ಕರೋನಾ ವೈರಸ್‌ಗಳ ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿ ಕಿರೀಟದಂತಹ ವಿನ್ಯಾಸವಿರುವ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಹೀಗೆ ಹೆಸರಿಡಲಾಗಿದೆ

ಕರೋನಾ ವೈರಸ್ ಹರಡುವಿಕೆ :

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕರೋನಾ ವೈರಸ್ ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನಿಂದ ಮತ್ತೊಬ್ಬನಿಗೆ ಹರಡುವುದು. ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸೀನುವಾಗ ಮತ್ತು ಕೆಮ್ಮಿನ ಗಾಳಿಯ ಹರಡುವುದು. ತುಂಬಾ ಹತ್ತಿರ ದೈಹಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ. ಹರಡುವುದು ಉದಾ: ಸ್ಪರ್ಶ ಮತ್ತು ಹಸ್ತಲಾಘವ ಮತ್ತು ವೈರಸ್ ಇರುವ ವಸ್ತುವನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದು, ಇದರ ಬಳಿಕ ಬಾಯಿ, ಮೂಗು ಅಥವಾ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಕೈ ತೊಳೆಯದೆ ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಹರಡುವುದು

ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದರೆ ಕೆಲವು ಲಕ್ಷಣಗಳು :

ತಲೆನೋವು, ಜ್ವರ, ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನಾರೋಗ್ಯ, ಉಸಿರು ಕಟ್ಟುವಿಕೆ, ಮೂಗು ಸೋರುವುದು,

ಎದೆ, ಗಂಟು ನೋವು ಅಥವಾ ಕೆಮ್ಮು ಅಥವಾ ಉಸಿರಾಟದ ವೇಳೆ ಬಿಗಿ ಹಿಡಿತವಾಗುವುದು,

ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಕಾಯಿಲೆ ಇರುವವರಲ್ಲಿ ಈ ತೀವ್ರವಾದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ.

ಇದರೊಂದಿಗೆ ದುರ್ಬಲ ಪ್ರತಿರೋಧಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಹೊಂದಿರುವಂತಹ ಶಿಶುಗಳು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಸಾದವರಲ್ಲಿ ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯ.

ಕೆಲವು ಕೊರೋನಾ ವೈರಸ್‌ಗಳು ತೀವ್ರ ರೀತಿಯ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು. ಈ ಸೋಂಕು ಬ್ರಾಂಕೈಟಿಸ್ ಅಥವಾ ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾ ಆಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಆಗಬಹುದು.

ಕೊರೊನಾ ವೈರಸ್ ಪತ್ತೆ ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳು :

ಕೊರೊನಾ ವೈರಸ್ ಪತ್ತೆ ಮಾಡಲು ವೈದ್ಯರು, ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಬಹುದು, ಗಂಟಲಿನ ಸ್ವಾಬ್ ನ ಮಾದರಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಉಸಿರಾಟದ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಬಹುದು. ಇತ್ಯಾದಿ

ಕೊರೊನಾ ವೈರಸ್ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ :

ಸೂಚನೆ : ಕೊರೊನಾ ವೈರಸ್‌ಗೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಔಷಧಿಯಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಇದು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಯುವ ಮೂಲಕ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು.

- ಕೈ ತೊಳೆಯದೆ ಮುಖ, ಮೂಗು ಅಥವಾ ಬಾಯಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಹೋಗಬೇಡಿ.
- ಅನಾರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಹತ್ತಿರದ ಸಂಪರ್ಕವಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ.
- ಪದೇ ಪದೇ ಮುಟ್ಟುತ್ತಿರುವ ಜಾಗವನ್ನು ಆಗಾಗ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ಶೀನು ಬಂದ ವೇಳೆ ಟಿಶ್ಯೂ ಅಡ್ಡ ಹಿಡಿಯಿರಿ. ಬಳಿಕ ಟಿಶ್ಯೂ ಬಿಸಾಕಿ, ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯುವುದು.
- ಅನಾರೋಗ್ಯವಿದ್ದರೆ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಉಳಿಯುವುದು
- ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಸೋಪ್ ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯುವುದು
- ನಿಮಗೆ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಅನಿಸಿದರೆ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಇರುವುದು.
- ಅನಗತ್ಯ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಜನರ ದೊಡ್ಡ ಗುಂಪುಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು

ಉಪಸಂಹಾರ:

"ಆರೋಗ್ಯವೇ ಮಹಾಭಾಗ್ಯ " ನಮ್ಮ ಉಜ್ವಲ ಭವಿಷ್ಯ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆ, ನಮ್ಮ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಮಾರ್ಗ ಹಾಗೂ ಜೀವನ ಶೈಲಿ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿದೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಪರಿಸರದ ಕಾಳಜಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಕಲ ಜೀವಿಗಳ ಅಳಿವು ಉಳಿವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನ, ಜಾಗೃತಿ ಮತ್ತು ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಹಾಗೂ ಬೆಳೆಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಹಜೀವನ, ಸಹಬಾಳ್ವೆ ನಡೆಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಕೊಡುಗೆ ಕೊಟ್ಟಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಅದೇ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ಒದಗಿಸಿದಾಗ ಆ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲು ನಾವು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಜೀವನ , ಸಮಾಜ ನಿರ್ಮಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಂತೆ ಕೊವಿಡ-೧೯ ಕಾಯಿಲೆಯು ಸಾಂಕ್ರಮಿಕ ರೋಗವಾಗಿದೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುವೊಂದೆ ಮದ್ದು.

END...

WRITTEN BY : SHIVARAJ BADIGER (7406868700)

YOUTUBE CHANNEL LINK- [SIDRAM EXPRESS](#)

TELEGRAM CHANNEL : @SAMANYAJNANA