



COVID-19

ΜΥΘΟΙ & ΑΛΗΘΕΙΕΣ

Όλα όσα θα θέλατε να γνωρίζετε

ΜΕΡΟΣ Α

ΜΥΘΟΙ & ΑΛΗΘΕΙΕΣ

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας πρόσφατα χαρακτήρισε ως πανδημία τον COVID – 19 που προκαλείται από τον κορωνοϊό SARS-CoV-2. Τα κρούσματα και οι απώλειες στην Ευρώπη και στην Ελλάδα αυξάνονται καθημερινά, ενώ τα μέτρα περιορισμού των κοινωνικών συναναστροφών αποτελούν την νέα μας καθημερινότητα. Ενώ είναι λογικό να υπάρχει διάχυτη ανησυχία σχετικά με την πορεία της νόσου, ο πανικός είναι κακός σύμβουλος και είναι πολύ πιθανό να οδηγήσει σε πολύ περισσότερα προβλήματα.

Πολλές φορές, παραπλανητικές και ψευδείς πληροφορίες τροφοδοτούν τον πανικό. Γι' αυτό, είναι απαραίτητο η επιστημονική κοινότητα να είναι αρωγός στην προσπάθεια της σωστής και τεκμηριωμένης πληροφόρησης. Επίσης, όπως έχει αποδειχθεί από την εμπειρία σε άλλες κρίσεις δημόσιας υγείας, οι φήμες θα πρέπει να αντιμετωπίζονται και να διαψεύδονται άμεσα γιατί μπορούν να δημιουργήσουν ανεξέλεγκτες καταστάσεις.



Στο κείμενο που ακολουθεί, που αποτελεί μια πρωτοβουλία της INTERAMERICAN και του Ινστιτούτου Prolepsis, έχουμε συλλέξει μύθους και ανακρίβειες που κυκλοφορούν ευρέως στα κοινωνικά δίκτυα, το διαδίκτυο αλλά και μεταξύ των πολιτών. Με απλό και ξεκάθαρο τρόπο, εξηγούμε τι ισχύει, παραθέτοντας τα επιστημονικά δεδομένα που είναι γνωστά μέχρι σήμερα για την πανδημία του COVID – 19. Το παρόν κείμενο έχει αναπτυχθεί από την επιστημονική ομάδα του Ινστιτούτου Prolepsis.

Μύθος ή Αλήθεια;

1. Ο νέος κορωνοϊός κατασκευάστηκε σε εργαστήριο και απελευθερώθηκε εσκεμμένα.



Μύθος

Από τη μελέτη των γονιδιωμάτων (genetic sequencing) των ιών που έχουν απομονωθεί από τους ασθενείς στην Κίνα και σε όλο τον κόσμο, οι ειδικοί δεν έχουν ενδείξεις ότι ο νέος κορωνοϊός έχει κατασκευαστεί σε εργαστήριο.

Οι κορωνοϊοί, όπως και παρόμοιοι ιοί (MERS-CoV και SARS-CoV) είναι ζωνοόσοι, δηλαδή μεταδίδονται μεταξύ ζώων και ανθρώπων. Ενίοτε, ένας ιός που προσβάλλει συχνά κάποιο ζώο, όπως τα γουρούνια, τις νυχτερίδες κ.ά., μεταδίδεται και στον άνθρωπο. Αυτή είναι και η πιο πιθανή οδός εμφάνισης του νέου κορωνοϊού που προκαλεί την ασθένεια COVID-19. Μολονότι φαίνεται ότι ο ιός προέρχεται από τις νυχτερίδες, δεν έχει βρεθεί ακόμη το είδος νυχτερίδας που τον μεταφέρει ή άλλο ενδιάμεσο ζώο ξενιστής με το οποίο μπορεί να ήρθε σε επαφή άνθρωπος.

2. Ο νέος κορωνοϊός προσβάλλει μόνο τους ηλικιωμένους.



Μύθος

Ο νέος κορωνοϊός προσβάλλει όλα τα άτομα, ανεξαρτήτως ηλικίας. Ωστόσο, οι ηλικιωμένοι και τα άτομα με υποκείμενα νοσήματα (όπως υπέρταση, σακχαρώδης διαβήτης, καρδιαγγειακά νοσήματα, χρόνια αναπνευστικά νοσήματα και ανοσοκαταστολή) φαίνεται να είναι πιο επιρρεπή να νοσήσουν πιο σοβαρά από τον ιό.

Παρότι τα περισσότερα άτομα εμφανίζουν μόνο ήπια ή/και καθόλου συμπτώματα όταν προσβληθούν, μεταδίδουν τον ιό σε άλλους ανθρώπους που μπορεί να ανήκουν σε ευπαθείς ομάδες. Για τον λόγο αυτό είναι απαραίτητο τα άτομα κάθε ηλικίας να τηρούν τις οδηγίες αυτοπεριορισμού και σωστής υγιεινής (π.χ. καλό πλύσιμο των χεριών).

3. Ο νέος κορωνοϊός μεταδίδεται από την έγκυο στο έμβryo.



Μύθος, αλλά αναμένουμε περισσότερα στοιχεία...

Η σοβαρότητα της νόσου μεταξύ των εγκύων είναι παρόμοια με των μη εγκύων γυναικών, σύμφωνα με τα μέχρι στιγμής διαθέσιμα δεδομένα.

Δεν υπάρχουν στοιχεία που να υποδηλώνουν ότι η μόλυνση με τον νέο κορωνοϊό κατά την εγκυμοσύνη έχει αρνητική επίδραση στο έμβryo ή στο νεογέννητο. Πιο αναλυτικά, δεν έχει παρατηρηθεί μετάδοση από την έγκυο στο έμβryo ή στο νεογέννητο (ενδομήτρια ή περιγεννητική μετάδοση). Ωστόσο, συστήνεται η έγκυος να ακολουθεί τον προγεννητικό έλεγχο κανονικά και σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων συμβατών με COVID-19 να επικοινωνεί με τον μαιευτήρα/γυναικολόγο της για περαιτέρω οδηγίες.

Ο νέος κορωνοϊός δεν έχει ανιχνευθεί στο μητρικό γάλα. Για τις θηλάζουσες μητέρες (ακόμη και στην περίπτωση που είναι οι ίδιες θετικές στον ιό) συνιστάται η λήψη προφυλάξεων κατά τον θηλασμό (καλό πλύσιμο των χεριών και χρήση μάσκας από τη μητέρα), καθώς ο ιός μπορεί να μεταδοθεί μέσω της στενής επαφής μητέρας και βρέφους (με τα σταγονίδια).

4. Δεν υπάρχει διαθέσιμη θεραπεία ή εμβόλιο μέχρι στιγμής για τον COVID-19.



Αλήθεια

Μέχρι στιγμής δεν υπάρχει συγκεκριμένη αποτελεσματική θεραπεία για τον νέο κορωνοϊό. Ωστόσο, η έγκαιρη διάγνωση, η ανακούφιση των συμπτωμάτων, αλλά και η υποστηρικτική αντιμετώπιση (π.χ. οξυγονοθεραπεία, ενυδάτωση) αποτελούν ιδιαίτερα χρήσιμα εργαλεία στα χέρια των επαγγελματιών υγείας. Τα άτομα που εμφανίζουν ήπια συμπτώματα θα ανακάμψουν μόνα τους, ενώ όσοι αντιμετωπίζουν σοβαρά συμπτώματα ή/και επιπλοκές θα πρέπει να αναζητήσουν νοσοκομειακή φροντίδα. Κάποια αντιικά και άλλα φάρμακα βρίσκονται ακόμη σε φάση έρευνας και στην τρέχουσα επιδημία χρησιμοποιούνται μόνο για τα σοβαρά περιστατικά σύμφωνα με την κρίση των θεραπόντων ιατρών.

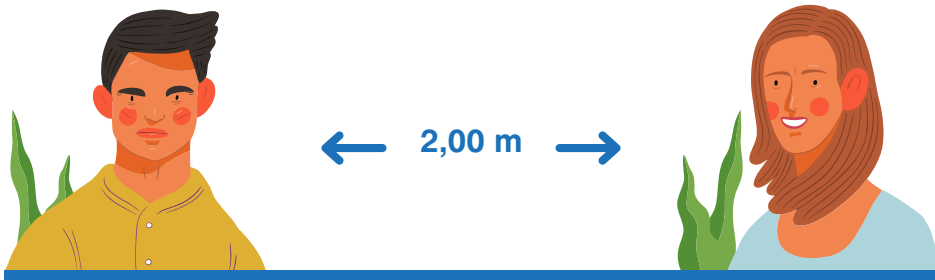
Δεν υπάρχει διαθέσιμο εμβόλιο για τον νέο κορωνοϊό, όπως και για κανέναν ανθρώπινο κορωνοϊό. Η επιστημονική κοινότητα έχει ήδη ξεκινήσει την προσπάθεια για την ανάπτυξη εμβολίου, ωστόσο, η διαδικασία αυτή απαιτεί χρόνο. Θα χρειαστούν αρκετοί μήνες έως ότου το εμβόλιο ερευνηθεί για την αποτελεσματικότητά και την ασφάλειά του, και μπορεί να παραχθεί μαζικά ώστε να χρησιμοποιηθεί ευρέως. Για την ώρα, ο καλύτερος τρόπος πρόληψης της νόσου είναι η αποφυγή της έκθεσης στον ιό.

Μύθος ή Αλήθεια;

5. Δεν μπορώ να προσβληθώ από τον ιό αν απλά κάθομαι δίπλα σε κάποιον που είναι άρρωστος.

Μύθος

Συστήνεται να διατηρείται απόσταση 2 τουλάχιστον μέτρων από τα άτομα που έχουν COVID-19 και εμφανίζουν συμπτώματα προκειμένου να μειωθεί ο κίνδυνος μόλυνσης από σταγονίδια του αναπνευστικού. Ο ιός εισέρχεται στο σώμα μας μέσα από τα μάτια, τη μύτη ή/και το στόμα. Επομένως, είναι σημαντικό να αποφεύγουμε να αγγίζουμε το πρόσωπό μας, χωρίς να έχουμε πλύνει πρώτα τα χέρια μας πολύ καλά με νερό και σαπούνι για 20 δευτερόλεπτα ή να τα έχουμε καθαρίσει με αλκοολούχο διάλυμα (τζελ ή αντισηπτικά μαντηλάκια).



6. Οι καπνιστές έχουν μικρότερες πιθανότητες να μολυνθούν από τον κορωνοϊό σε σχέση με τους μη καπνιστές.

Μύθος

Το κάπνισμα, τόσο το ενεργητικό όσο και το παθητικό, έχει αρνητική επίδραση στους αμυντικούς μηχανισμούς του ανώτερου αναπνευστικού μας συστήματος. Συνεπώς, το κάπνισμα μας εκθέτει σε μεγαλύτερο κίνδυνο λοιμώξεων.

Επιπλέον, σύμφωνα με την υπάρχουσα βιβλιογραφία σχετικά με το νέο κορωνοϊό και λαμβάνοντας υπόψιν ότι το κάπνισμα καταστρέφει τη λειτουργία των πνευμόνων, όσοι καπνίζουν έχουν περισσότερες πιθανότητες να επηρεαστούν πιο σοβαρά από τον ιό σε περίπτωση που προσβληθούν από αυτόν. Ο μηχανισμός καθαρισμού των βρόγχων και πνευμόνων των καπνιστών είναι επηρεασμένος και κάνει τους καπνιστές πιο επιρρεπείς στη μόλυνση. Επιπλέον, δεδομένου ότι το κάπνισμα επηρεάζει γενικότερα το ανοσοποιητικό σύστημα, καθίσταται ακόμα πιο δύσκολη η αντιμετώπιση μιας λοίμωξης μεταξύ των καπνιστών.

Μύθος ή Αλήθεια;

7. Μπορούμε να προστατευτούμε από τον COVID-19, καταπίνοντας ή κάνοντας γαργάρα με χλωρίνη, καταναλώνοντας οξικό οξύ ή στεροειδή, ή χρησιμοποιώντας αλατόνερο, αιθέρια έλαια, αιθανόλη και άλλες ουσίες.

Μύθος

Καμία από τις παραπάνω πρακτικές δεν μπορεί να μας βοηθήσει στην πρόληψη ή διαχείριση της οποιασδήποτε λοίμωξης του αναπνευστικού συστήματος. Μάλιστα, οι παραπάνω πρακτικές είναι άμεσα επικίνδυνες για την υγεία μας. Οι καλύτεροι τρόποι για να προστατευτεί κάποιος από τον νέο κορωνοϊό (ή και άλλους ιούς γενικότερα) είναι:

- Τακτικό και σχολαστικό πλύσιμο των χεριών, με ζεστό νερό και σαπούνι
- Αποφυγή στενών επαφών με άτομα που είναι άρρωστα, βήχουν ή φτερνίζονται
- Αποφυγή μετάδοσης των μικροβίων που μπορεί να έχουμε και εμείς οι ίδιοι (π.χ. βήχουμε/φτερνιζόμαστε στον αγκώνα μας ή σε χαρτομάντηλο, παραμένουμε στο σπίτι σε περίπτωση ασθένειας).

8. Έκανα φέτος το εμβόλιο της εποχικής γρίπης, άρα είμαι προστατευμένος/η από το νέο κορωνοϊό.

Μύθος

Η γρίπη και ο νέος κορωνοϊός είναι πολύ διαφορετικοί μεταξύ τους. Επομένως, το εμβόλιο της εποχικής γρίπης δεν προστατεύει από τον COVID-19. Σε περίπτωση που κάποιος έχει κάνει το εμβόλιο για την εποχική γρίπη μπορεί να προστατευθεί από αυτήν, γεγονός που είναι πολύ σημαντικό για την υγεία γενικότερα. Ο νέος κορωνοϊός είναι τόσο καινούριος και διαφορετικός που χρειάζεται εξειδικευμένο εμβόλιο. Ερευνητές με την υποστήριξη του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας και της Ευρωπαϊκής Επιτροπής εργάζονται για αυτό τον σκοπό.



9. Η χρήση αντιβιοτικών είναι σημαντική για την αντιμετώπιση του νέου κορωνοϊού.

Μύθος

Τα αντιβιοτικά δεν καταπολεμούν τους ιούς, παρά μόνο τα βακτήρια. Επομένως, τα αντιβιοτικά δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως μέτρο πρόληψης ή θεραπείας εναντίον του COVID-19. Σε περίπτωση νοσηλείας λόγω σοβαρών συμπτωμάτων, είναι πιθανό οι θεράποντες ιατροί να κρίνουν ότι η χορήγηση αντιβιοτικών είναι αναγκαία αν πιστεύουν ότι οι ασθενείς έχουν ταυτόχρονα και βακτηριακή λοίμωξη.



10. Ο νέος κορωνοϊός μεταδίδεται με το νερό βρύσης. Γι' αυτό και πρέπει όλοι να προμηθευτούμε εμφιαλωμένο νερό.

Μύθος

Ο νέος κορωνοϊός δεν έχει ανιχνευτεί στο νερό βρύσης. Οι συμβατικές μέθοδοι επεξεργασίας νερού που χρησιμοποιούν διήθηση και απολύμανση, όπως αυτές που χρησιμοποιούνται στα περισσότερα δημοτικά συστήματα πόσιμου νερού, εκτιμάται ότι απολυμαίνουν επαρκώς το νερό από βακτήρια και ιούς που είναι επιβλαβή για τον άνθρωπο.

Μύθος ή Αλήθεια;

11. Η κατανάλωση μπαχαρικών (όπως η πιπερόριζα/ginger), αρωματικών βοτάνων ή λαχανικών, όπως το λεμόνι και το σκόρδο, δεν επαρκεί για την καταπολέμηση της λοίμωξης από κορωνοϊό.

Αλήθεια

Τα παραπάνω τρόφιμα μπορεί να περιέχουν ουσίες με αντιμικροβιακή και αντιφλεγμονώδη δράση που συμβάλλουν στην ενίσχυση του ανοσοποιητικού μας συστήματος. Ωστόσο, δεν επαρκούν για την καταπολέμηση λοίμωξης του αναπνευστικού όπως αυτή που προκαλείται από τον νέο κορωνοϊό. Επομένως, δεν υπάρχει κανένας λόγος για υπέρμετρη κατανάλωση. Θυμόμαστε ότι υιοθετώντας μία υγιεινή και ισορροπημένη διατροφή διατηρούμε και ενισχύουμε την άμυνα του οργανισμού μας.



12. Ο νέος κορωνοϊός μεταδίδεται μέσω των τροφίμων.



Μύθος

Μέχρι σήμερα δεν υπάρχουν επιστημονικά δεδομένα που να υποστηρίζουν την εξάπλωση του κορωνοϊού μέσω των τροφίμων. Επιπλέον, σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Αρχή Ασφάλειας Τροφίμων (EFSA), σε παλαιότερες περιπτώσεις λοιμώξεων από άλλες μορφές κορωνοϊών όπως SARS-CoV, MERS-CoV, δεν σημειώθηκε κανένα περιστατικό μετάδοσης του ιού μέσω τροφίμων.

Ο μόνος επιβεβαιωμένος τρόπος μετάδοσης του νέου κορωνοϊού είναι:

- είτε ΑΜΕΣΑ, από άνθρωπο σε άνθρωπο μέσω της αναπνευστικής οδού όταν μολυσμένο άτομο βήχει, φτερνίζεται ή εκπνέει,
- είτε ΕΜΜΕΣΑ, από επιφάνειες με τις οποίες έχει έρθει σε επαφή μολυσμένο άτομο που παρουσιάζει τα παραπάνω συμπτώματα.

Ωστόσο, παρόλο που δεν υπάρχουν σχετικές ενδείξεις για τη μετάδοση του κορωνοϊού μέσω των τροφίμων, συνιστάται η τήρηση των βασικών κανόνων υγιεινής κατά την προετοιμασία του φαγητού και το μαγείρεμα. Δεν ξεχνάμε να πλένουμε καλά και συχνά τα χέρια μας, τα μαγειρικά σκεύη και τις επιφάνειες της κουζίνας.

13. Αυξάνουμε την κατανάλωση αλκοόλ ως μέτρο προστασίας κατά του νέου κορωνοϊού.

Μύθος

Τα αλκοολούχα αντισηπτικά και υλικά για καθαρισμό των χεριών μας και των διαφόρων επιφανειών είναι αποτελεσματικά στον περιορισμό μετάδοσης του κορωνοϊού. Ωστόσο, δεν υπάρχει κανένα επιστημονικό δεδομένο το οποίο να υποστηρίζει ότι η κατανάλωση αλκοολούχων ποτών μπορεί να συμβάλλει στην πρόληψη ή/και διαχείριση της συγκεκριμένης λοίμωξης, όπως και οποιασδήποτε άλλης λοίμωξης.

Όσον αφορά στην κατανάλωση αλκοόλ γενικά, βάσει των συστάσεων δεν πρέπει να ξεπερνάμε τη 1 μερίδα/ημέρα και μόνο για άτομα που συνηθίζουν να το καταναλώνουν. Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι η υπέρμετρη κατανάλωση αλκοόλ σχετίζεται με εμφάνιση χρόνιων νοσημάτων, όπως διάφορες μορφές καρκίνου. Σύμφωνα μάλιστα με νεότερα δεδομένα, ακόμη και μικρή πρόσληψη αλκοόλ μπορεί να είναι επιβαρυντική για την υγεία.

14. Η κατανάλωση συμπληρωμάτων βιταμίνης C συμβάλλει στην πρόληψη και καταπολέμηση της λοίμωξης από τον νέο κορωνοϊό.

Μύθος

Τα συμπληρώματα βιταμίνης C δεν έχει βρεθεί ότι μειώνουν τον κίνδυνο μόλυνσης από τον νέο κορωνοϊό, όπως και από οποιαδήποτε είδους λοίμωξη, ακόμη και από το κοινό κρυολόγημα. Για τη διατήρηση ενός υγιούς ανοσοποιητικού συστήματος είναι απαραίτητη η υιοθέτηση μια υγιεινής και ισορροπημένης διατροφής. Δηλαδή, να καταναλώνουμε καθημερινά φρούτα και λαχανικά που αποτελούν τη βασική πηγή βιταμίνης C της διατροφής μας. Μάλιστα, η κατανάλωση βιταμίνης C σε μεγάλες δόσεις μέσω συμπληρωμάτων διατροφής όχι απλά δεν προσφέρει κάποιο επιπλέον όφελος για τον ανθρώπινο οργανισμό, αλλά μπορεί να οδηγήσει και σε προβλήματα υγείας.



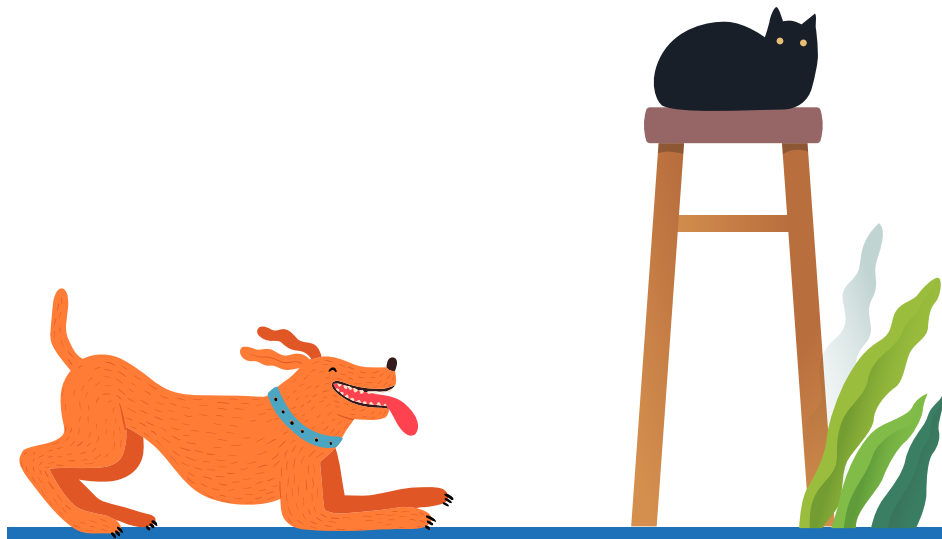
15. Η μετάδοση του ιού αναμένεται να μειωθεί κατά τους καλοκαιρινούς μήνες.



Άγνωστο... αναμένουμε περισσότερα στοιχεία...

Δυστυχώς, καθώς πρόκειται για έναν νέο ιό, δεν είναι δυνατόν να προβλεφθεί στην παρούσα φάση, πόσο καιρό θα διαρκέσει ή πώς θα εξελιχθεί η πανδημία. Ακόμα, παραμένει άγνωστο εάν η μετάδοση θα μειωθεί κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού, όπως συμβαίνει με την εποχική γρίπη. Από τα μέχρι στιγμής διαθέσιμα στοιχεία, ο κορωνοϊός μπορεί να μεταδοθεί ανεξάρτητα από το κλίμα και τις καιρικές συνθήκες. Ειδικότερα, ούτε η ζέστη συμβάλλει στη μείωση της μετάδοσης του ιού, αλλά ούτε και το κρύο «σκοτώνει» τον ιό. Για τον λόγο αυτό, είναι απαραίτητο να τηρούνται τα μέτρα αυτοπεριορισμού και σωστής υγιεινής.

16. Τα ζώα συμβάλλουν στη μετάδοση του ιού, άρα μπορώ να κολλήσω τον νέο κορωνοϊό από το κατοικίδιό μου.



Μύθος

Ενώ η επιστημονική κοινότητα θεωρεί ότι ο νέος κορωνοϊός προέρχεται από ζώα, τα ζώα δεν συνδέονται στενά με την εξάπλωση αυτής της ασθένειας. Ειδικότερα, δεν υπάρχουν ενδείξεις ότι τα ζώα συντροφιάς (π.χ. γάτες, σκύλοι) μπορούν να μεταδώσουν τον ιό στον άνθρωπο, αλλά μπορεί να ανιχνευθούν χαμηλά επίπεδα του παθογόνου στον οργανισμό τους, αν μολυνθούν από τους ιδιοκτήτες τους. Γενικά, είναι σημαντικό να ακολουθούμε τους κανόνες σωστής υγιεινής όταν ερχόμαστε σε επαφή με ζώα.

Ωστόσο, ως επιπρόσθετο μέτρο προστασίας, αν κάποιος έχει προσβληθεί από τον νέο κορωνοϊό, θα πρέπει να αποφεύγει την επαφή με κατοικίδια ζώα και να αναθέτει σε άλλα άτομα τη φροντίδα τους.

Αξίζει επίσης να σημειωθεί, ότι μέχρι σήμερα δεν υπάρχουν στοιχεία που να δείχνουν ότι ο νέος κορωνοϊός μπορεί να μεταδοθεί από τα κουνούπια.

17. Τώρα που έκλεισαν τα σχολεία είναι ευκαιρία τα παιδιά να βγαίνουν έξω για παιχνίδι.



Μύθος

Είναι ιδιαίτερα σημαντικό να τηρούμε τις οδηγίες αυτοπεριορισμού. Τα σχολεία παραμένουν κλειστά με στόχο να συμβάλλουν στην αναχαίτιση της εξάπλωσης του ιού στην κοινότητα. Για τον λόγο αυτό, οι γονείς δεν πρέπει να επιτρέπουν στα παιδιά να συγκεντρώνονται σε δημόσιους χώρους κατά την κρίσιμη περίοδο που διανύουμε.

Αξίζει να τονισθεί επίσης η σημασία της καλής επικοινωνίας με τα παιδιά. Είναι σημαντικό οι γονείς να μιλήσουν με τα παιδιά τους σε απλή και κατανοητή γλώσσα για τον ιό. Να συζητήσουν για τα μέτρα που έχουν ληφθεί και να τα καθησυχάσουν ώστε να μην αγχώνονται. Για τη διατήρηση της καλής ψυχικής υγείας και ευεξίας των παιδιών, είναι σημαντικό οι γονείς να δημιουργήσουν ένα πρόγραμμα με εκπαιδευτικές δραστηριότητες, εξασφαλίζοντας επίσης χρόνο για χαλάρωση και διασκέδαση.

Μύθοι & Αλήθειες για τα παιδιά:

18. Καλό είναι τα παιδιά να μένουν μακριά από τον παππού και τη γιαγιά για το διάστημα αυτό και να αποφεύγονται γενικώς οι επαφές τους με ηλικιωμένα άτομα.



Αλήθεια

Σύμφωνα με τα μέχρι τώρα δεδομένα, είναι γνωστό ότι τα παιδιά μπορούν να αρρωστήσουν από τον COVID-19, αλλά έχουν γενικά πολύ ήπια συμπτώματα. Παράλληλα, δεν μπορούμε να καθορίσουμε με ασφάλεια τον ρόλο που διαδραματίζουν στη μετάδοση του ιού στην κοινότητα. Λόγω αυτής της αβεβαιότητας, είναι ιδιαίτερα σημαντικό να αποφεύγεται η επαφή των παιδιών με ηλικιωμένα άτομα, καθώς και με ασθενείς με υποκείμενα νοσήματα. Μην ξεχνάμε ότι τα παιδιά μπορούν να μεταδώσουν και άλλες αναπνευστικές νόσους, όπως τον ιό της γρίπης, ακόμα και με ήπια συμπτώματα.



Στις κρίσιμες στιγμές που ζούμε, η αξιόπιστη ενημέρωση έχει πρωταρχική σημασία. Στην INTERAMERICAN είμαστε δίπλα σας κάθε στιγμή, για να σας ενημερώνουμε υπεύθυνα, σε συνεργασία με καταξιωμένους φορείς. Την ανάπτυξη του παρόντος κειμένου ανέλαβε η επιστημονική ομάδα του Ινστιτούτου Prolepsis.

Μείνετε ενήμεροι, μείνετε ασφαλείς.

Για τη δημιουργία του παρόντος αξιοποιήθηκαν οι εξής πηγές:

Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας www.who.int

Κέντρο Πρόληψης και Ελέγχου Νοσημάτων www.cdc.gov

Ευρωπαϊκό Κέντρο Πρόληψης και Ελέγχου Νοσημάτων www.ecdc.europa.eu

Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας www.eody.gov.gr

Ευρωπαϊκή Αρχή Ασφάλειας Τροφίμων www.efsa.europa.eu

Ενιαίος Φορέας Ελέγχου Τροφίμων www.efet.gr