

## **WICHTIGE, SACHLICHE INFORMATIONEN ZUM CORONA VIRUS:**

Von Mailand aus, einer engen Mitarbeiterin einer NRO, die sich der Verbreitung von Gesundheitsratschlägen widmet, überbringt uns die Worte von Dr. Lidia Rota Vender, Hämatologin und Präsidentin der ALT (Association against Thrombosis and Cardiovascular Diseases) in Italien, die seit Jahren als Freiwillige mit dieser gemeinnützigen Einrichtung zusammenarbeitet, und erklärt uns, was das Coronavirus ist und wie im Falle einer möglichen Ansteckung vorzugehen ist.

"Das Coronavirus wird nicht durch Panik, sondern durch Intelligenz gestoppt.

Von einem jungen Forscher, der vom Kanton Shenzhen, China, nach Wuhan versetzt wurde, um mit der Task Force zusammenzuarbeiten, die gegen die Coronavirus-Epidemie kämpft, haben wir mit Begeisterung diese klaren, einfachen und für alle zugänglichen Informationen erhalten und weitergegeben, die genau beschreiben, wie das Virus von einer Person auf eine andere übertragen wird und wie es in unserem täglichen Leben neutralisiert werden kann.

Eine Coronavirusinfektion verursacht keinen Schnupfen mit nasser Nase oder Husten mit Erkältung, sondern einen trockenen, hackenden Husten, der einfach zu unterscheiden ist.

Das Virus ist nicht hitzebeständig und stirbt, wenn es Temperaturen über 26-27 Grad ausgesetzt wird. Daher sollten heiße Getränke wie Aufgüsse, Brühen oder einfach nur heißes Wasser über den Tag verteilt großzügig konsumiert werden.

Vermeiden Sie das Trinken von Eiswasser oder Getränken mit Eis (Eiswürfel) oder Schnee für diejenigen, die sich in den Bergen aufhalten (Kinder). Wer kann, sollte sich sonnen.

Das Coronavirus hat eine große Größe (Durchmesser 400-500 Nanometer), so dass jede Maske es stoppen kann, spezielle Masken sind im täglichen Leben nicht notwendig.

Anders sieht es bei Ärzten und Sanitätern aus, die einer hohen Belastung durch das Virus ausgesetzt sind und spezielle Geräte verwenden müssen.

Wenn eine infizierte Person vor uns niest, fällt das Virus in drei Metern Entfernung zu Boden und verhindert, dass es auf uns fällt.

Wenn sich das Virus auf Metalloberflächen befindet, überlebt es etwa 12 Stunden. Wenn Sie also Metalloberflächen wie Türen, Geräte, Transporthandläufe usw. berühren, waschen Sie Ihre Hände gut und desinfizieren Sie sie mit alkoholischem Gel.

Das Virus kann zwischen 6 und 12 Stunden in der Kleidung und den Stoffen eingekistet leben, gewöhnliche Waschmittel können es ausrotten, die Elemente, die nicht täglich gewaschen werden können, sollten der Sonne ausgesetzt werden, und das Virus wird sterben.

### **Wie es sich manifestiert:**

Das Virus installiert sich zuerst in der Kehle und verursacht Entzündung und Trockenheitsgefühl - dieses Symptom kann zwischen 3 und 4 Tagen anhalten.

Das Virus wandert durch die in den Atemwegen vorhandene Feuchtigkeit die Luftröhre hinunter und setzt sich in den Lungen fest und verursacht eine Lungenentzündung, die etwa 5 oder 6 Tage dauert.

Die Lungenentzündung äußert sich mit hohem Fieber und Atembeschwerden. Sie geht nicht mit der klassischen Erkältung einher, aber es kann ein Erstickungsgefühl auftreten. In diesem Fall sollten Sie sofort Ihren Arzt konsultieren.

### **Wie man Infektionen vermeidet:**

Die Übertragung des Virus erfolgt in der Regel durch direkten Kontakt mit Stoffen, Geweben oder Materialien, auf denen das Virus vorhanden ist: Handwäsche ist unerlässlich.

Das Virus überlebt auf unseren Händen nur etwa 10 Minuten, aber in dieser Zeit können viele Dinge passieren, wie z.B. das Reiben der Augen, die Berührung der Nase, um ein Beispiel zu nennen - dies ermöglicht es dem Virus, in Ihren Hals einzudringen. Deshalb waschen Sie um ihretwillen und um unser aller Willen sehr oft Ihre Hände und desinfizieren Sie diese.

Sie können mit Desinfektionslösungen gegurgelt werden, die die Menge des Virus, die in den Rachenraum gelangen kann, eliminieren oder minimieren, wodurch es eliminiert wird, bevor es in die Luftröhre und dann in die Lungen gelangt.

Desinfizieren Sie die PC-Tastatur und -Maus. Das Lenkrad des Autos.

Wir müssen auf uns selbst und auf andere aufpassen!

### **WEITERE WARNUNGEN**

Das neue PCN-Coronavirus zeigt möglicherweise viele Tage lang keine Anzeichen einer Infektion, vor diesem Zeitpunkt ist es nicht möglich, zu sagen, ob eine Person infiziert ist. Aber wenn Sie Fieber oder Husten bekommen und ins Krankenhaus gehen, sind Ihre Lungen zu 50% fibrotisch, und es ist zu spät!

Experten in Taiwan schlagen vor, jeden Morgen eine einfache Kontrolle durchzuführen:

Atmen Sie tief ein und halten Sie den Atem für 10 Sekunden an. Wird dies erreicht, ohne Husten, ohne Schwierigkeiten und/oder ohne ein Spannungsgefühl usw., so zeigt dies, dass keine Fibrose in der Lunge vorliegt, was auf das Fehlen einer Infektion hinweist. In diesen kritischen Zeiten ist es notwendig, diese Kontrolle jeden Morgen in einer Umgebung mit reiner Luft durchzuführen.

Dies ist ein seriöser und ausgezeichneter Rat von japanischen Ärzten, die COVID-19 auf diese Weise behandeln. Wir sollten alle darauf achten, dass Mund und Hals immer feucht sind, niemals trocken, man sollte mindestens alle 15 Minuten einen Schluck Wasser trinken. Selbst wenn das Virus mit Wasser oder anderen Flüssigkeiten in den Mund gelangt, gelangt es durch die Speiseröhre direkt in den Magen, wo die Magensäuren das Virus zerstören. Wenn Sie nicht regelmäßig genug Wasser trinken, kann das Virus in die Luftröhre und von dort in die Lungen gelangen, was sehr gefährlich ist.

Teilen Sie diese Informationen mit Familie, Freunden und Bekannten aus Solidarität und Bürgersinn!