

Η COVID-19 προκαλείται από τον ιό SARS-CoV-2 και μεταδίδεται κυρίως μέσω σταγονιδίων όταν ένα μολυσμένο άτομο βήχει, φτερνίζεται, μιλάει ή αναπνέει.

Dr. Ahmed El-Naggar^{1*}, Dr. Mona Farouk²

¹National Cancer Institute, Cairo University, Cairo, Egypt

²Alexandria University Faculty of Medicine, Alexandria, Egypt

Η παγκόσμια κοινότητα αντιμετωπίζει μια άνευ προηγουμένου υγειονομική απειλή από την πανδημία της νόσου του κορωνοϊού (COVID-19) η οποία προκαλείται από τον ιό SARS-CoV-2. Ας δούμε μερικά βασικά σημεία για την καλύτερη κατανόηση της νόσου και τον περιορισμό της μετάδοσης της.

Ο νέος κορωνοϊός (SARS-CoV-2 virus) αποτελεί στέλεχος του ευρύτερου γένους των κορωνοϊών (coronavirus). Η ονομασία SARS προέρχεται από τα αρχικά των λέξεων Severe Acute respiratory syndrome (οξύ αναπνευστικό σύνδρομο).

Ο ιός είναι πολύ μικρός σε μέγεθος. Το ιικό σώμα περιβάλλεται από λιπιδικό περίβλημα διαμέτρου 120 - 160 nm (0.000012 - 0.000016 cm) με σφαιρικό σχήμα που θυμίζει κορώνα (εξού και η ονομασία του γένους των ιών).

Σύμφωνα με τα τρέχοντα επιστημονικά δεδομένα ο κύριος τρόπος μετάδοσης της νόσου είναι τα αναπνευστικά σταγονίδια μεταξύ ατόμων που βρίσκονται σε στενή επαφή. Τα αναπνευστικά σταγονίδια καλύπτουν περιορισμένη απόσταση (περίπου 1-1,5 μέτρο) και πέφτουν γρήγορα στο έδαφος ή στα αντικείμενα λόγω του βάρους τους διαμέτρου περίπου 5μ (0.0005 cm). Τα σταγονίδια που εκτοξεύονται όταν ένα προσβεβλημένο άτομο βήχει, φτερνίζεται, τραγουδά, φωνάζει ή εκπνέει βίαια καταλήγουν στο ρινικό, στοματικό ή οφθαλμικό βλεννογόνο του επιδεκτικού ατόμου (πύλες εισόδου). Ο ιός μπορεί επίσης να εξαπλωθεί στο περιβάλλον αότου τα προσβεβλημένα άτομα εκτοξεύουν αναπνευστικά σταγονίδια σε επιφάνειες αφής (πόμολα, χειρολαβές κ.λπ.) ή αντικείμενα κοινής χρήσης (π.χ. τραπέζια). Τα υγιή - επιδεκτικά άτομα μπορεί να μολυνθούν αγγίζοντας τις μολυσμένες επιφάνειες και εν συνεχεία αγγίζοντας, τη μύτη, το στόμα ή τα μάτια τους χωρίς να έχουν εξυγιάνει τα χέρια τους.

Ο κίνδυνος μετάδοσης της νόσου είναι υψηλότερος σε συγκεκριμένες συνθήκες, ιδιαίτερα σε πολυσύχναστους και ανεπαρκώς αεριζόμενους χώρους όπου ένα προσβεβλημένο άτομο περνάει μεγάλο χρονικό διάστημα με επιδεκτικά άτομα όπως γραφεία, εστιατόρια, μέσα μαζικής μεταφοράς, γήπεδα, χορωδίες, γυμναστήρια, νυχτερινά κέντρα, χώροι λατρείας. Δεν υπάρχουν ενδείξεις μετάδοσης της νόσου μέσω της κατανάλωσης τροφίμων ή νερού.

Σύμφωνα με δεδομένα σύγχρονων ερευνών ο ιός, αφότου εκτοξευθεί από το προσβεβλημένο άτομο μπορεί να επιβιώσει σε διάφορες επιφάνειες όπως πλαστικό για 72 ώρες, ανοξειδωτο ατσάλι για 48 ώρες, χάλκινα αντικείμενα 4 ώρες, χαρτόνι και λοιπές μεταλλικές επιφάνειες έως και 24 ώρες σε συνθήκες περιβάλλοντος.

Η περίοδος επώασης της νόσου (χρόνος από την έκθεση στον ιό έως την έναρξη των συμπτωμάτων) κυμαίνεται από 2 έως 14 ημέρες. Άτομα ηλικίας άνω των 60 ετών, καθώς επίσης άτομα με υποκείμενα προβλήματα υγείας όπως υψηλή αρτηριακή πίεση, καρδιακά και πνευμονικά προβλήματα, διαβήτη, παχυσαρκία ή καρκίνο διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο σε περίπτωση εμφάνισης της νόσου. Ωστόσο, οποιοσδήποτε άνθρωπος μπορεί να νοσήσει και να εμφανίσει έντονα συμπτώματα και επιπλοκές η δυστυχώς να επέλθει ακόμη και ο θάνατος.

Τα βασικότερα μέτρα πρόληψης της μετάδοσης της νόσου είναι η αποφυγή της επαφής με οποιονδήποτε εμφανίζει συμπτώματα πιθανής αναπνευστικής νόσου (βήχα, φτέρνισμα κ.λπ.), η αποφυγή των συναθροίσεων και η γενική τήρηση της φυσικής απόστασης (κατ' ελάχιστον 1,5 μέτρου). Επίσης πολύ σημαντικά μέτρα πρόληψης είναι η τήρηση των μέτρων ατομικής υγιεινής με ιδιαίτερη έμφαση στην υγιεινή των χεριών (τακτικό πλύσιμο με νερό και σαπούνι για τουλάχιστο 20 δευτερόλεπτα, χρήση αντισηπτικών διαλυμάτων), η γενική χρήση μάσκας, ο επαρκής αερισμός των κλειστών χώρων και η απολύμανση των αντικειμένων κοινής χρήσης. Τέλος, η ενημέρωση μέσω αξιόπιστων πηγών σχετικά με τη νόσο κρίνεται ιδιαίτερα σημαντική για την αποφυγή εσφαλμένης πληροφόρησης του πληθυσμού.

<https://www.dikaiologitika.gr/eidhseis/koinonia/322869/koronoios-odigies-gia-to-pos-na-profylaxteite-apo-molysmenes-epifaneies>