Protezione e trattamento: non esistono un vaccino o una cura specifica e non servono gli antibiotici

Come prevenire il contagio? Prestare molta attenzione all'igiene e ai contatti a rischio

(gmc) Attualmente non esiste un vaccino per il nuovo Coronavirus, essendo una malattia appunto nuova, e per realizzarne uno ad hoc i tempi possono essere anche relativamente lunghi.

Il nuovo Coronavirus è un virus respiratorio che si diffonde principalmente attraverso il contatto con le goccioline del respiro delle persone infette, ad esempio quando starnutiscono o tossiscono o si soffiano il naso. È importante perciò che le persone ammalate applichino misure di igiene quali starnutire o tossire in un fazzoletto o con il gomito flesso e gettare i fazzoletti utilizzati in un cestino chiuso immediatamente dopo l'uso e lavare le mani frequentemente con acqua e sapone o usando soluzioni alcoliche.

Il lavaggio e la disinfezione delle mani sono la chiave per prevenire l'infezione. Bisogna lavarsi le mani spesso e accuratamente con acqua e sapone per almeno 60 secondi. Se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcool (concentrazione di alcool di almeno il 60%).

Non esiste un trattamento specifico per la malattia causata da un nuovo Coronavirus. Il trattamento deve essere basato sui sintomi del paziente. La terapia di supporto può essere molto efficace. Terapie specifiche sono in fase di studio.

Gli antibiotici non sono efficaci contro i virus, poiché funzionano solo contro le infezioni batteriche.

Cosa fare per proteggersi?

Le autorità sanitarie suggeriscono di adottare alcune misure di protezione personale, evidenziate anche nell'infografica qui a destra:

- lavarsi spesso le mani con acqua e sapone o con soluzioni a base di alcol per eliminare il virus dalle tue mani
- mantenere una certa distanza – almeno un metro – dalle altre persone, in particolare quando tossiscono o starnutiscono o se hanno la febbre, perché il virus è contenuto nelle goccioline di saliva e può essere trasmesso col respiro a distanza ravvicinata
- evitare di toccarsi occhi, naso e bocca con le mani se si presenta febbre, tosse o difficoltà respiratorie, se si è fatto un viaggio di recente in Cina o si è stati in stretto contatto con una persona ritornata dalla Cina e affetta da malattia respiratoria
- se si presenta febbre, tosse o difficoltà respiratorie e si è fatto un viaggio di recente in Cina o si è stati in stretto contatto con una persona ritornata dalla Cina e affetta da malattia respiratoria, bisogna segnalarlo al numero gratuito 1500, istituito dal Ministero della Salute.

Detto che normalmente le malattie respiratorie non si trasmettono con gli alimenti, che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche ed evitando il contatto tra alimenti crudi e cotti, è necessario ricordarsi che esistono diverse cause di malattie respiratorie e il nuovo Coronavirus può essere una di queste. Se si hanno sintomi lievi e non si è stati recentemente in Cina, si consiglia di rimanere a casa fino alla risoluzione dei sintomi applicando le misure di igiene, che comprendono, nel modo già indicato, la pulizia delle mani e delle vie respiratorie.

La ricetta Oms

Disinfettante, il gel mani fatto in casa

(gmc) Tra le misure più efficaci per proteggersi dal Coronavirus, l'Organizzazione Mondiale della Sanità e il Ministero della Salute raccomandano il lavaggio e la disinfezione delle mani con acqua e sapone o con un gel disinfettante per mani a base di alcol quando si è fuori casa.

Le scorte dei disinfettanti per le mani stanno però terminando nei negozi o vengono vendute anche online a prezzi stratosferici.

Esiste però una "ricetta" per preparare un disinfettante per le mani fai da te contenuta in un documento pubblicato sul sito dell'Oms, che spiega anche tutti i passaggi necessari.

Ingredienti per 1 litro di soluzione disinfettante: 830 ml di alcol etilico al 96%; 40 ml di acqua ossigenata al 3%; 15 ml di glicerina al 98%; acqua distillata quanto basta per arrivare a un litro (oppure acqua prima bollita e poi raffreddata).

Riguardo all'alcol sarebbe meglio utilizzare quello alimentare, anche se è un po' più costoso. Diversamente va bene anche l'alcol denaturato.