

כתבה: (סא"ל מיל") טלי ורסנו- אייסמן

**אי ודאות-** יש הרבה דברים שעדיין לא יודעים על נגיף הקורונה, מאין הגיע? כיצד מתחסנים מפניו? מתי הוא יחלוף? קשה מאד להיות בתחושה של אי- ודאות, כדי להתגבר על כך, ננסה לשים סימני קריאה על הדברים שאנו כן יודעים ונפעל על פיהם.

**בידוד-** מי שנחשד שהוא חולה בקורונה, נדרש להיות בבידוד, כלומר להישאר בבית ולא להיפגש עם אנשים נוספים מחשש שידביק אחרים. אפשר לעשות מה שרוצים, לאכול, להתקלח, לשחק, לראות טלוויזיה ועוד דברים, העיקר לא להיפגש עם אנשים.

**גבולות-** התבטלה לכם טיסה משפחתית? מבאס אבל, משרד הבריאות בישראל המליץ להישאר בגבולות הארץ ולא לטוס אם זה לא נחוץ. טיסה ומפגש עם אנשים נוספים בעולם, מרחיבה את ההידבקות ומעלה הסיכוי להדביק משפחה וחברים בארץ.

**דאגה-** כשאין כל כך מה לעשות, מתחילות הדאגות, כי אנו רוצים להרגיש שאנו עושים משהו... אבל הדאגות במקרה הזה לא עוזרות. אם מופיעה דאגה שלא ניתן לעשות דבר לגביה, ננסה לשוחח על כך עם אמא או אבא, או לעשות הסחת דעת: להיפגש עם חברים ולעשות דברים שאוהבים.

**התעטשות-** אם עשינו אפצ'י (לבריאות!) ואין טישו בסביבה, נתעטש למרפק ולא לכף היד.

**וירוס-** חוץ מזה שזו חיה באות ו' במשחק "ארץ – עיר", זה גם ה"ייצור" שעושה כאן את כל הבלגאן. הוא כל כך קטן שרק באמצעות מיקרוסקופ אפשר לראות אותו.

**זיהוי-** סימני הזיהוי של המחלה דומים מאד לשפעת: חום, עייפות, שיעול. אבל לא כל שפעת היא קורונה.

**חיסון-** חיסון זה הכנסת חומר לגוף, על מנת ללמד את הגוף להתגונן מחיידקים או וירוסים. למרות שבטח אתם לא אוהבים זריקות, אם היה חיסון (אפילו זריקה), היינו שמחים. מעריכים שהמדענים יפתחו חיסון מתאים.

**טלוויזיה-** התקשורת עוסקת בלי סוף בנושא. זה חשוב כי זה מעלה מאד את המודעות ואנשים יודעים כיצד להיזהר. יחד עם זאת, צפייה ממושכת בטלוויזיה עלולה להגביר את הדאגות. אז עדיף לחפש פעילויות פנאי אחרות.

**ילדים-** הווירוס הזה פחות אוהב ילדים, כך שיש פחות מקום לדאגה שאתם תידבקו. מי שחלה בוורוס הם בעיקר אנשים מבוגרים וחולים.

**כתר-** המבנה של הווירוס נראה כמו כתר (קורונה בלועזית) אבל הוא רחוק מלהיות מלך...

**לרחוץ ידיים-** חשוב מאד לרחוץ ידיים עם סבון לעיתים קרובות מאד, אחרי האוכל, לפני האוכל, לאחר יציאה מהשירותים ולאחר שיעול או עיטוש. אגב, זה נכון בלי קשר לקורונה.

**מסכה-** עדיין לא פורים, אבל אנשים בבידוד ביתי שמים על פניהם מסיכות על האף ועל הפה כדי להגן על הסובבים אותם.

**נגיף-** נגיף זה השם בעברית למילה וירוס. תראו למעלה באות ו' מה זה אומר.

**סין-** המחלה התגלתה במחוז ווואן שבסין. זה לא אומר כמובן שכל האנשים הסינים שאנו פוגשים הם חולים ומדבקים.

**עטלפים-** בהתחלה חשבו שהמחלה הגיעה מהעטלפים, אולם שללו את האפשרות הזו בשלב זה.

**פאניקה-** פאניקה בעברית זו מילה נרדפת לבהלה. אין מקום לבהלה כשיודעים מה לעשות ופועלים על פי ההנחיות.

**צינון-** מחלת הקורונה דומה לצינון. חשוב שאם חולים, (גם בסתם שפעת) נשארים בבית ולא הולכים לגן או לבית הספר.

**קצב ההדבקה-** קצב ההדבקה של מחלה זו- המהירות שבה היא עוברת לעוד אנשים, גבוהה. המחלה זוהתה לראשונה בסין, ושם נמצאים רוב החולים אך המחלה התפשטה כבר למדינות רבות בעולם, כולל מדינת ישראל וכך הפכה לבעיה עולמית.

**רוב האנשים-** בשורה טובה היא כי רוב האנשים שחלו בקורונה, החלימו מהמחלה. ואתם יודעים איך זה, הרוב קובע.

**שמועות-** הקורונה יצרה הרבה שמועות. שמועות נוצרות כאשר אין מידע מוחלט. שמועות הן דברים שאנשים ממציאים ומספרים זה לזה. כל מה שאתם שומעים, צריך לבדוק אם הוא נכון באתרים הרשמיים, כלומר באתר משרד הבריאות.

**תרופה-** עדיין לא נמצאה תרופה לקורונה אבל היי, עובדים על זה... ובסוף המחלה תיבלם ונוכל לטוס לאן שרצינו. אולי מישראל תגיע התרופה.