

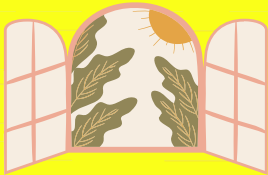
COVID-19: ਮਿੱਥ ਅਤੇ ਤੱਥ

ਲੇਖਕ: ਗਗਨਦੀਪ ਕੰਗ

ਅਨੁਵਾਦ: ਲਵਜੀਤ ਕੌਰ
ਉਦਾਹਰਣ: ਯਸ਼ਿਕਾ ਕਪੂਰ

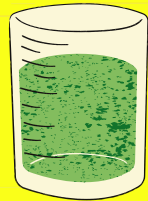


ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ
ਇਕ ਸਰੋਤ



ਰਿਤੂ, ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਇਕ ਵਧੀਆ ਸਵੇਰ ਨੂੰ
ਘਰ ਬੈਠ ਕੇ ਸੋਚਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੈਂ ਅਜੇ ਵੀ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ
ਜਾ ਸਕਦਾ.

ਮਾਂ ਮੈਨੂੰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਨਿੰਮ ਦਾ ਰਸ ਪੀਣ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ.
ਉਸਨੇ ਇੱਕ ਵਟਸਐਪ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਿਆ ਕਿ ਇਹ ਕੋਰੋਨਾ
ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦੇਵੇਗਾ.



ਅੱਜ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਝੂਠੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਝੂਠੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ
ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ.

ਮੈਂ ਸਕਾਈਪ ਤੇ ਡਾ: ਗਗਨਦੀਪ ਨੂੰ ਇਕ ਵੀਡੀਓ ਕਾਲ ਕੀਤੀ. ਉਹ ਮੇਰੀ ਇਕੋ ਦੋਸਤ ਹੈ ਜੋ ਵਾਇਰਸਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਵੀ ਵਾਇਰਸਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ. ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜ਼ਰੂਰ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ.



ਸਤ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ, ਡਾ ਗਗਨਦੀਪ.

ਸਤ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ, ਰੀਤੂ. ਫਿਰ ਨਿੰਮ ਦਾ ਰਸ?



ਹਾਂ, ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਕਿ ਵਟਸਐਪ 'ਤੇ ਅਜਿਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ.

[ਉਹ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਰੋਕਦੀ ਹੈ] ਹੁਣ ਦੱਸੋ.

ਅਫਵਾਹ

ਤੱਥ

- ਲਸਣ 
- ਹਲਦੀ 
- ਨਿੰਮ 

ਖਾਣਾ ਲਾਗ ਨੂੰ ਰੋਕਣ
ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ



ਇਹ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਸ ਤੇ
ਕੋਈ ਟੈਸਟਿੰਗ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ
ਗਈ ਹੈ।

ਅਫਵਾਹ

ਤੱਥ



ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਦਵਾਈ
ਲਾਗ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰੇਗੀ
/ ਬਚਾਏਗੀ



ਇਹ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ।
ਇਸ ਤੇ ਕੋਈ ਟੈਸਟਿੰਗ
ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਅਫਵਾਹ

ਚੀਨੀ ਲੋਕ ਸਾਰੇ ਵਿਸ਼ਾਣੂ
ਨਾਲ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹਨ



ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ
ਆਉਣ ਨਾਲ ਇਹ ਲਾਗ
ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ
ਰੋਕਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।



ਤੱਥ

ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ
ਕੋਰੋਨਾ ਦੀ ਲਾਗ



ਚੀਨੀ ਮੂਲ ਦੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕ
ਸੰਕਰਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹਨ

ਅਫਵਾਹ

COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਇਕ
ਜੀਵ-ਯੁੱਧ ਲੜਾਈ
ਵਾਲਾ ਹਥਿਆਰ ਹੈ



COVID-19 ਅਤੇ ਵੁਹਾਨ
ਵਾਇਰੋਲੋਜੀ ਇੰਸਟੀਚਿ
ਤੋਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ
ਸੀ।



ਤੱਥ

ਵਿਸ਼ਾਣੂ (virus) ਦੀ
ਸੀਕੁਇੰਸਿੰਗ
ਦਾਰਸ਼ਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ



ਇਹ ਜਾਨਵਰਾਂ
ਤੋਂ ਆਇਆ ਹੈ

ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ
ਨਕਲੀ ਰੂਪ ਵਿਚ
ਬਦਲਿਆ ਨਹੀਂ
ਗਿਆ ਹੈ।



ਅਫਵਾਹ

ਨਮੂਨੀਆ (Pneumonia) ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਟੀਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ।



ਤੱਥ

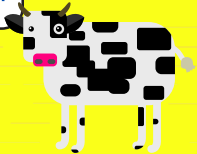
ਟੀਕੇ ਕੁਝ ਕਿਸਮ ਦੇ ਨਮੂਨੀਆ (Pneumonia) ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ SAR-CoV2 ਦੁਆਰਾ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ।



ਅਫਵਾਹ

ਗੋਮੂਤਰਾ ਅਤੇ ਗੌਬਰ
ਇਸ਼ਨਾਨ ਲਾਗਾਂ ਦਾ
ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਬਚਾਅ
ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

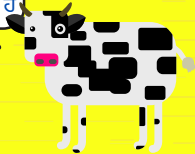
ਸਚਮੁਚ?



ਤੱਥ

ਇਹ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ।
ਇਸ ਤੇ ਕੋਈ ਟੈਸਟਿੰਗ
ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਤਾਜੀ ਘਾਸ
ਹੀ ਵਧੀਆ ਹੈ



ਅਫਵਾਹ

ਤੱਥ

ਇੱਕ ਮਖੌਟਾ
(mask) ਪਹਿਨਣਾ
ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਤੋਂ
ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।



ਉਹ ਮਾਸਕ (mask) ਜੋ
ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਸਚਮੁੱਚ
ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ
ਹਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ N95 ਸਾਹ
ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਮਾਸਕ ਹਨ

ਅਫਵਾਹ

ਖਾਰੇ ਨਾਲ ਨੱਕ ਧੋਣਾ
ਲਾਗ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ
ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।



ਤੁੱਥ

ਇਹ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ
ਤੇ ਕੋਈ ਟੈਸਟਿੰਗ ਨਹੀਂ
ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।



ਅਫਵਾਹ

ਤੱਥ

ਗਰਮ ਨਹਾਉਣ
ਨਾਲ ਲਾਗ ਤੋਂ
ਬਚਾਅ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

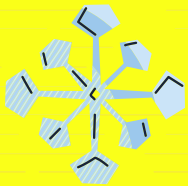


ਇਹ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ।
ਇਸ ਤੇ ਕੋਈ ਟੈਸਟਿੰਗ
ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਚੰਗਾ!!



ਅਫਵਾਹ



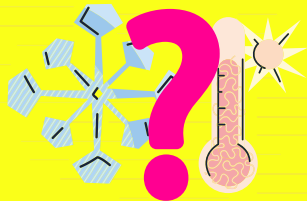
ਠੰਡ ਦਾ
ਮੌਸਮ
ਵਾਇਰਸ
ਮਾਰ ਮਾਰੇ।

ਗਰਮ ਮੌਸਮ ਅਤੇ
ਨਮੀ, ਵਾਇਰਸ
ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕ
ਦੇਵੇਗਾ।



ਤੁੱਥ

ਅਸੀਂ ਅਜੇ ਇਹ ਨਹੀਂ
ਜਾਣਦੇ।



ਅਫਵਾਹ

ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਜਾਨਵਰਾਂ
ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਹੀ
ਵਾਇਰਸ ਮਨੁੱਖਾਂ
ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਦਾ
ਕਾਰਨ ਹੈ।



ਤੱਥ

ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ,
ਪਰ ਪੁਸ਼ਟੀ ਨਹੀਂ ਹੋਈ
ਹੈ। ਹੁਣ ਸੰਚਾਰ ਇੱਕ
ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ
ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅਫਵਾਹ

ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਹੋਣਾ ਲਾਗ
ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਹੈ।



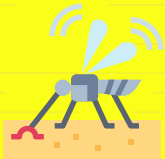
ਤੱਥ

ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ,
ਪਰ ਪੁਸ਼ਟੀ ਨਹੀਂ ਹੋਈ
ਹੈ। ਹੁਣ ਸੰਚਾਰ ਇੱਕ
ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ
ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



ਅਫਵਾਹ

COVID-19 ਵਾਇਰਸ
ਮੱਛਰ ਦੇ ਚੱਕ ਨਾਲ
ਫੈਲਦਾ ਹੈ।



ਤੱਥ

ਨਹੀਂ, COVID-19 ਵਾਇਰਸ
ਬੂੰਦਾਂ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ ਜੋ
ਖੰਘ, ਥੁੱਕਣ ਅਤੇ ਗੱਲਾਂ
ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਬਣਦੇ ਹਨ।



ਅਫਵਾਹ

ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ
ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ
ਬਚਾਏਗਾ।

ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੀ
ਕੋਰੋਨਾ ਡਰੱਗ ਹੋ



ਤੱਥ

ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ ਵੀ
ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ
ਰੋਕ ਸਕਦਾ

ਨਹੀਂ ਮੈਂ
ਨਹੀਂ ਹਾਂ



ਅਫਵਾਹ

ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਪਾਲਤੂ
ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੁਆਰਾ
ਸੰਚਾਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ
ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਤੱਥ

ਹੁਣ ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ
ਵਾਇਰਸ ਮਨੁੱਖਾਂ ਤੋਂ ਬਿੱਲੀਆਂ
ਤੱਕ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ. ਪਰ ਮਨੁੱਖਾਂ
ਵਿਚ ਬਿੱਲੀਆਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ
ਜਾਨਵਰ ਤੋਂ ਫੈਲਣ ਦਾ ਕੋਈ
ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੈ.



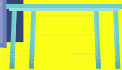
ਅਫਵਾਹ

ਬਾਇਓਮੈਟ੍ਰਿਕ
ਉਪਕਰਣ ਲਾਗ ਦਾ
ਇੱਕ ਸਰੋਤ ਹਨ।



ਤੱਥ

ਕੋਈ ਵੀ ਸਤਹ ਜਿਹੜੀ
ਅਕਸਰ ਛੁਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਹ
ਲਾਗ ਦਾ ਸਰੋਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ
ਕੀਟਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਨਾਲ ਸਾਫ਼
ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।



ਅਫਵਾਹ

ਭਾਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਲਾਗ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (coronavirus) ਪ੍ਰਤੀ ਰੋਧਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।



ਤੱਥ

ਭਾਰਤੀਆਂ (ਅਤੇ ਹਰ ਕੋਈ) ਦੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਕੁਝ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਹੈ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵੇਖਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਨਵੇਂ ਵਾਇਰਸਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ COVID-19 ਪ੍ਰਤੀ ਨਹੀਂ.

ਅਫਵਾਹ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ 20/30 ਸੈਕਿੰਡ ਲਈ
ਖੰਘ ਜਾਂ ਸਾਹ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਤੋਂ
ਬਿਨਾਂ ਸਾਹ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹੋ,
ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਗ ਨਹੀਂ ਹੈ।



ਕੋਰੋਨਾ ਟੈਸਟ
ਦੇ 30 ਸੈਕਿੰਡ

ਤੱਥ

ਇਹ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ
ਲਾਗ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਸਮਾਂ ਲੈਂਦਾ
ਹੈ ਪਰ ਸਾਹ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼
ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਹੈ।

ਤੱਥ ਅਤੇ
ਸੈਨੀਟੇਸ਼ਨ
ਲੱਗਿਆ ਰੱਖੋ



ਅਫਵਾਹ

ਹਰ 15 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਪੀਯੋ
ਅਤੇ ਵਾਇਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਚੋਂ
ਨਿਕਲ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਪੇਟ ਦਾ
ਐਸਿਡ ਇਸ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ
ਦੇਵੇਗਾ।



ਤੱਥ

ਇਹ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ. ਪੇਟ
ਐਸਿਡ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ
ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।

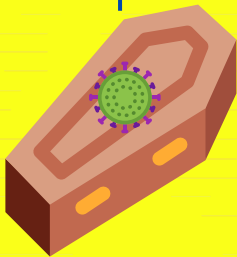


ਮੇਰੀ ਟ੍ਵਚਾ
ਚਮਕਨੇ ਲਗੀ ਹੈ



ਅਫਵਾਹ

ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਖਤਰਨਾਕ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦੇਵੇਗਾ।



ਤੱਥ

ਇਹ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ. 80% ਸੰਕਰਮਣ ਦਰਮਿਆਨੀ ਜਾਂ ਹਲਕੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ. ਇਹ 20% ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਖਾਸਕਰ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ.

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ.

