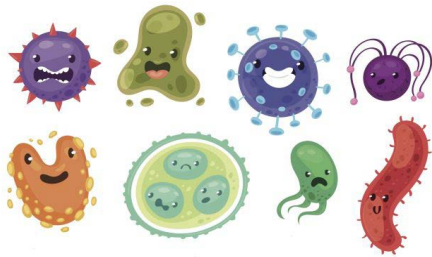


# Водич за деца за новиот коронавирус

Нов коронавирус наречен SARS-CoV-2 се шири по планетата. Децата како тебе веројатно се прашуваат „Дали ќе се затвори училиштето?“ и „Дали треба да се грижам дека ќе се разболам?“. Како помош да се снајдеш во овие збунувачки околности, овде имаш научни одговори на сите твои прашања.

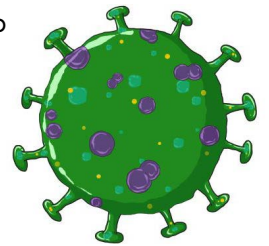
## Што е вирус?

Вирус е малечок, ситен микроорганизам, толку мал што не може да се види. Вирусите нè разболуваат, но не можат ништо да направат сами од себе – мора да живеат внатре во друго суштество (домаќин) за да преживеат. За тоа да се случи треба прво да влезат во нашите клетки.



## Што е коронавирус?

Можеби си забележал/а како возрасните зборуваат за „коронавирус“. Постои нов вид вирус што се шири низ светот. Се вика коронавирус бидејќи „корона“ значи „круна“ на латински, а вирусот изгледа како да има боцкава круна на себе.



Главно, прави луѓето да кашлаат, да се чувствуваат уморно и да имаат висока температура. Но постарите луѓе и луѓето кои имаат одредени здравствени состојби може многу да се разболат. Болеста што ја предизвикува вирусот се вика КОВИД-19.

## Од каде се појави коронавирусот?

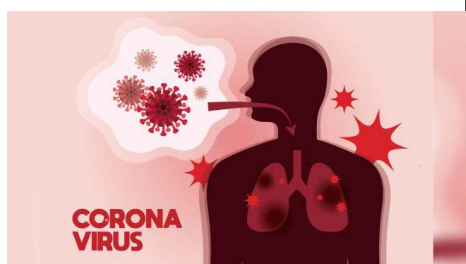
Вирусот првпат бил откриен во градот Вухан во Кина, минатиот декември. Но, се смета дека вирусот всушност потекнува од лилјаците. Од нив, прескокнал на друг вид животно, кое им го пренело на луѓето. Никој не знае со сигурност кое било ова мистериозно животно, но некои луѓе мислат дека можеби бил панголинот, животно прекриено со лушпи што јаде мравки.



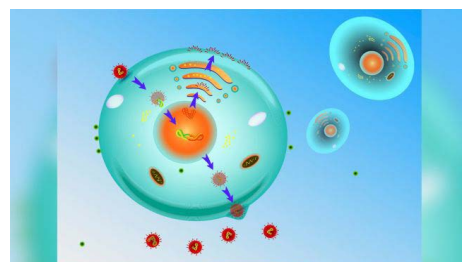
## Како вирусот влегува во клетки во телото?

Вирусот влегува во клетки користејќи посебна „врата“ на надворешниот дел од човековите клетки. На новиот коронавирус ми треба и „клуч“ за да влезе во клетките. Во овој случај, коронавирусот има специјална „боцка“ на површината што ја користи како клуч да ја отвори вратата.

Штом влезе во клетката, вирусот прави многу копии од себе. Тие копии се пробиваат надвор од клетката и ги инфицираат останатите клетки. По некое време се создаваат толку многу вирусни честички што нашите нормални клетки не можат соодветно да функционираат – и се разболуваме.



## Како ги разболува луѓето?



Вирусите ги разболуваат луѓето со тоа што ги убиваат човековите клетки или ги спречуваат правилно да функционираат. Како што рековме, новиот коронавирус користи посебна врата за да влезе во клетките. Тие посебни врати ги има на клетките во носот и белите дробови. Ако вирусот премногу се размножи во белите дробови, може да го отежне дишењето. Тоа се вика пневмонија.

За среќа, твоето тело има војска која се бори против микроорганизмите како коронавирусот. Тоа е имуниот систем. Кога некој вирус влегува во телото имуниот систем го напаѓа тој вирус. Знаеш како некогаш имаш висока температура, главоболка или ти тече носот кога си болен? Тоа е предизвикано од имуниот систем, и тоа е добро! Тие непријатни симптоми се знаци дека твоето тело се бори против вирусот.

Повеќето луѓе кои добиваат КОВИД-19 имаат симптоми само како кашлица, висока температура или им тече носот. Но некои луѓе многу се разболуваат а лекарите не знаат зошто е тоа така. Некогаш, кај некои луѓе имуниот систем не е доволно силен. Друг пат, имуниот систем може да се бори премногу силно и да ги повреди човековите клетки. Во двата случаи луѓето можат уште повеќе да се разболат.

## Како да знам дали го имам вирусот?

Постои специјален тест за да се провери дали некој има КОВИД-19. Ако се чувствува лошо, кажи им на твоите родители. Тие ќе се јават на лекар за им каже дали треба да се тестираш. Тоа е исто како тест за грип: ти ставаат памукче во носот и проверуваат дали во исцедокот е присутен вирусот. Резултатите се готови следниот ден.



## Како можам да помогнам?



Можеш да помогнеш да се запре вирусот со тоа што редовно ќе си ги миеш рацете. Рацете се мијат со сапун и убаво се тријат. Треба да ги чистиш сите прсти, помеѓу прстите и под ноктите. Притоа можеш да си пееш некоја песничка што трае околу 20 секунди за да знаеш колку долго да ги миеш.

Исто така, запомни да ги држиш рацете подалеку од лицето - значи да не ги триеш очите и носот и да не ги ставаш рацете во устата. Така, ако случајно имаш малку од вирусот на рацете нема да му дозволиш да влезе во телото и да те разболи.

Запомни да кашлаш и да киваш покривајќи се со лакот и остани дома ако си болен.

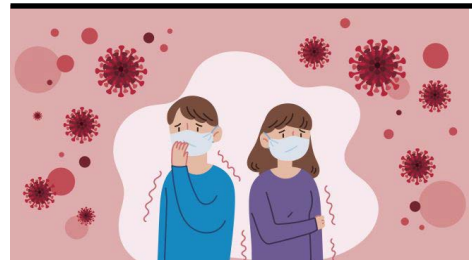
## Што се презема за да бидеме безбедни?

Лекарите и владините службеници напорно работат за да ги заштитат семејствата. Затоа може да побараат луѓето да ги откажат настаните, како на пример спортските натпревари. Може да ги затворат училиштата за да го спречат ширењето на вирусот. Може да ти речат да не стоиш блиску до другите луѓе кога си надвор. Таквите финти му отежнуваат на вирусот да скокне од еден на друг човек. Ако вирусот не може да се рашири, помалку луѓе ќе се разболат.

Лекарите исто така многу се грижат за болните. Научниците се обидуваат да направат вакцина против корона вирусот, слична како вакцините кои редовно ги добиваш на лекар, и лекови за болните.



## Дали треба да се загрижам?



Нема потреба да се грижиш, бидејќи возрасните напорно работат за да ги заштитат децата и останатите возрасни. Дури и ако го добиеш вирусот, децата обично не се разболуваат многу од него. Повеќе е како блага настинка.

Сепак, сè уште имаш важна улога во заштитата на останатите! На постарите луѓе, како бабите и дедовците, им треба твојата помош за да останат здрави. Тоа значи дека треба да си ги миеш рацете и да седиш дома ако си болен. Може и да треба да не одиш на училиште ако учителите и останатите одговорни возрасни одлучат дека така е најдобро. Така ќе се забави ширењето на вирусот ќе се заштитат постарите и болните луѓе.

## Што се презема за да бидеме безбедни?



Лекарите и владините службеници напорно работат за да ги заштитат семејствата. Затоа може да побараат луѓето да ги откажат настаните, како на пример спортските натпревари. Може да ги затворат училиштата за да го спречат ширењето на вирусот. Може да ти речат да не стоиш блиску до другите луѓе кога си надвор. Таквите финти му отежнуваат на вирусот да скокне од еден на друг човек. Ако вирусот не може да се рашири, помалку луѓе ќе се разболат. Лекарите исто така многу се грижат за болните. Научниците се обидуваат да направат вакцина против корона вирусот, слична како вакцините кои редовно ги добиваш на лекар, и лекови за болните.

## До кога ќе бидат затворени училиштата?



Коронавирусот најлесно се шири во групи со голем број луѓе. Такви места се и училиштата, каде секој ден одиш на часови со голем број твои соученици. Поради тоа, за да ги заштитат учениците и вработените во училиштето од вирусот, директорите донесоа одлука за привремено затворање на сите училишта. Не се знае до кога точно ќе трае тоа.

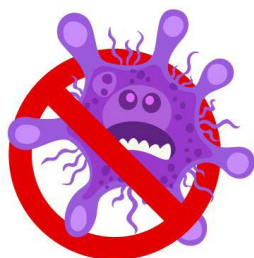
Сепак, треба да запомниш дека иако не одиш на училиште не треба да се однесуваш како да си на распуст. Треба да седиш дома и поретко да се гледаш со пријателите, за да се заштитиш себе и другите од вирусот.

Додека не одиш на училиште, сепак можеш да продолжиш да учиш. Учителите може да ти дадат лекции и домашни задачи. Некои учители може и да одлучат часовите да се одвиваат преку интернет. Исто така, можеш да побараш интересни книги од библиотека, или да следиш голем број образовни емисии на телевизија или на интернет.

## Кога ќе заврши ширењето на корона-вирусот?

За жал, не знаеме точно. Користејќи математика, можеме да направиме претпоставки. Ако е препуштен на себе, вирусот може многу месеци да се шири низ светот. Но тоа не значи дека твојот град толку долго ќе биде погоден од него. И ако научниците пронајдат вакцина, тоа би го запрело вирусот.

Некои научници мислат дека вирусот ќе го снеса кога ќе се стопли времето. Тоа се случува со останатите коронавируси и со грипот. Многу од вирусите сакаат студен, сув воздух. Сепак, не знаеме дали е тоа точно и за овој нов вирус.



## Дали можам да се гледам со пријателите?



Ако треба да седиш дома, може да биде потешко да се среќаваш со пријателите. Сепак, има разни начини да продолжите да комуницирате, преку телефон или преку интернет. Веројатно знаеш како да го направиш тоа, а ако не знаеш можеш да замолиш некој возрасен да ти помогне. А можеш и да бидеш креативен и самиот да смислиш интересни начини. Секогаш може да се најде начин за играње и забавување со пријателите, дури и без лично да се сретнете.

Ако ти е дозволено да се среќаваш со пријатели, тоа веројатно ќе треба да биде во мали групи. Значи, засега без роденденски забави. Широки отворени простори како паркови, каде може да се биде доста оддалечен од останатите, се веројатно најдобриот избор.

Извор: [www.livescience.com](http://www.livescience.com)

Превод: Okno.mk

Илустрации: Shutterstock

Дизајн: Koma design studio