

Ποιός είναι χειρότερος; Ο coronavirus ή η γρίπη;

Γράφει η Τυλλιανάκη Δήμητρα Ολιστικός-Ομοιπαθητικός ιατρός

Η [Lisa Lockerd Maragakis, M.D., M.P.H.](#) ανώτερος διευθυντής πρόληψης των λοιμώξεων στο Johns Hopkins, εξηγεί τις διαφορές και τις ομοιότητες της γρίπης και του COVID-19

Ομοιότητες COVID-19 and the Flu

Η γρίπη και ο COVID-19, είναι αμφότερες μολυσματικές αναπνευστικές ασθένειες. Παρόλο που τα συμπτώματα του COVID-19 και της γρίπης μπορούν να φανούν παρόμοια, οι δύο ασθένειες προκαλούνται από διαφορετικούς ιούς.

Από τις 26 Φεβρουαρίου του 2020, η γρίπη έχει πολύ μεγαλύτερη επίδραση στους Αμερικανούς από ό, τι ο COVID-19. Μπορείτε να βρείτε ενημερωμένες πληροφορίες σχετικά με τον COVID-19 στα Κέντρα Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων (CDC). [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\)](#).

Συμπτώματα

- Και οι δύο προκαλούν πυρετό, βήχα, πόνους στο σώμα, κόπωση, μερικές φορές έμετο και διάρροια.
- Μπορεί να είναι ήπιες ή και θανατηφόρες σε σπάνιες περιπτώσεις.
- Μπορεί να προκαλέσουν πνευμονία.

Μετάδοση

- Και οι δύο μπορούν να εξαπλωθούν από άτομο σε άτομο μέσω σταγονιδίων στον αέρα από ένα μολυσμένο άτομο που βήχει, ή μιλάει.
- Μία πιθανή διαφορά: ο COVID-19 είναι ότι μπορεί να διαδοθεί

μέσω της εναέριας διαδρομής.

Θεραπευτική αγωγή

Οι ιοί δεν μπορούν να αντιμετωπιστούν με αντιβιοτικά, γίνεται αντιμετώπιση μόνο των συμπτωμάτων, πχ.μείωση του πυρετού. Οι σοβαρές περιπτώσεις μπορεί να απαιτούν νοσηλεία και υποστήριξη.

Πρόληψη

Και οι δύο μπορεί να αποφευχθούν με συχνό σχολαστικό πλύσιμο των χεριών, διαμονή στο σπίτι όταν είναι κάποιος άρρωστος και περιορίζοντας την επαφή με τους ανθρώπους που έχουν μολυνθεί.

Διαφορές: COVID-19 και γρίπη

Αιτία

COVID-19: Προκαλείται τον κορωναϊό 2019

Γρίπη: Προκαλείται από διάφορους τύπους και στελέχη των ιών της γρίπης.

Μετάδοση

Ενώ η γρίπη και ο COVID-19 μπορούν να μεταδοθούν με παρόμοιους τρόπους, υπάρχει επίσης μια πιθανή διαφορά: ο COVID-19 μπορεί να εξαπλωθεί μέσω της εναέριας διαδρομής, πράγμα που σημαίνει ότι τα μικροσκοπικά σταγονίδια που παραμένουν στον αέρα θα μπορούσαν να προκαλέσουν νόσο σε άλλους ακόμα και μετά, όταν ο άρρωστος δεν είναι πλέον κοντά.

Αντιϊικά φάρμακα

COVID-19: Τα αντιϊικά φάρμακα εξετάζονται επί του παρόντος για να δουν αν μπορούν να αντιμετωπίσουν τα συμπτώματα.

Γρίπη: Τα αντιϊικά φάρμακα μπορούν να αντιμετωπίσουν τα

συμπτώματα και μερικές φορές να μειώσουν τη διάρκεια της ασθένειας.

Εμβόλιο

COVID-19: Δεν υπάρχει διαθέσιμο εμβόλιο αυτή τη στιγμή, αν και βρίσκεται σε εξέλιξη.

Γρίπη: Ένα εμβόλιο είναι διαθέσιμο και αποτελεσματικό για την πρόληψη ορισμένων από τους πιο επικίνδυνους τύπους ή για τη μείωση της σοβαρότητας της γρίπης.

Λοιμώξεις

COVID-19: Περίπου 81.322 περιπτώσεις παγκοσμίως. 59 περιπτώσεις στις ΗΠΑ μέχρι τις 26 Φεβρουαρίου 2020.

Γρίπη: Εκτιμάται 1 δισεκατομμύριο περιπτώσεις παγκοσμίως. 9,3 εκατομμύρια έως 45 εκατομμύρια περιπτώσεις στις Η.Π.Α. ετησίως.

Θάνατοι

COVID-19: Περίπου 2.770 θάνατοι αναφέρθηκαν παγκοσμίως. 0 θανάτους στις ΗΠΑ μέχρι τις 26 Φεβρουαρίου 2020.

Γρίπη: Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (WHO) εκτιμά ότι η γρίπη σκοτώνει 290.000 έως 650.000 άτομα ετησίως. Σύμφωνα με το CDC, 61.000 από αυτούς τους θανάτους σημειώνονται στις ΗΠΑ ετησίως από το 2010. Μέχρι τις 26 /2/2020, η γρίπη έχει πολύ μεγαλύτερη επίδραση στους Αμερικανούς από ό, τι ο COVID-19. Μπορείτε να βρείτε ενημερωμένες πληροφορίες σχετικά με τον COVID-19 στο [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\)](https://www.cdc.gov).

«Στη δημόσια υγεία μετράμε κάτι που ονομάζεται R0 (προφέρεται» R-naught «) που είναι ο μέσος όρος των ατόμων που έχουν μολυνθεί από ένα άτομο με τον ιό», λέει ο Δρ Brown. Συνεχίζει να εξηγεί ότι το R0 για τη γρίπη είναι περίπου 1,3, δηλαδή περίπου 1,3 άνθρωποι παίρνουν τον ιό από κάθε δέκα που έχουν τη λοίμωξη. Η ιλαρά, από την άλλη πλευρά, είναι

εξαιρετικά μεταδοτική, με R0 12-18. «Δεν είμαστε ακόμα βέβαιοι για το τι είναι το R0 για τον κορωναϊό, αλλά φαίνεται να είναι περίπου 2.0, το οποίο είναι περίπου το ίδιο με το SARS», συνεχίζει ο Δρ Μπράουν. «Αυτές είναι οι πρώτες εκτιμήσεις και είναι πιθανό να αλλάξουν καθώς θα έχουμε καλύτερα δεδομένα»..

Είναι επίσης σημαντικό να σημειωθεί ότι η πρόσφατη έρευνα του Κινέζικου Κέντρου Ελέγχου και Προστασίας των Ασθενειών, που δημοσιεύθηκε στο JAMA, ανέλυσε τα στοιχεία από 31 Δεκεμβρίου 09 έως 11 Φεβρουαρίου 2020. Από 44.672 επιβεβαιωμένες περιπτώσεις στην Κίνα, το 80% θεωρήθηκαν ήπιες και μόνο το 4,7% ήταν κρίσιμες. Συνολικά, σύμφωνα με το CDC, το ποσοστό θνησιμότητας των ατόμων που έχουν μολυνθεί από τη γρίπη αυτή την εποχή, είναι 0,05%. Σύμφωνα με την έρευνα που διεξήγαγε το κινεζικό CDC, το ποσοστό θνησιμότητας του νέου κορωναϊού στην Κίνα είναι 2,3%.

Τελικά ποιος είναι χειρότερος; Ο coronavirus ή η γρίπη;

Αυτό δεν είναι πραγματικά εύκολο να απαντήσω, λέει ο Δρ Brown. «Εξαρτάται από το τι εννοείτε χειρότερα», λέει. «Ευκολότερο να εξαπλωθεί; Τότε φαίνεται να είναι κορωναϊός. Προκαλεί περισσότερες περιπτώσεις σοβαρής ασθένειας; Τότε είναι γρίπη». Ένα άλλο πράγμα που κάνει τον coronavirus λίγο πιο επικίνδυνο είναι ότι υπάρχουν άγνωστα που συνδέονται με αυτόν – σε αντίθεση με τη γρίπη που έχει μελετηθεί εδώ και δεκαετίες. «Παρά τη νοσηρότητα και τη θνησιμότητα με τη γρίπη, υπάρχει μια βεβαιότητα ... της εποχικής γρίπης. Μπορώ να σας πω όλα, εγγυημένα, ότι καθώς μπαίνουμε τον Μάρτιο και τον Απρίλιο, τα περιστατικά γρίπης πρόκειται να μειωθούν.

Το δικό μου συμπέρασμα

Τηρείτε τα μέτρα υγιεινής, χωρίς πανικούς και υστερίες.

Φροντίστε να έχετε ένα δυνατό ανοσοποιητικό σύστημα όπως γράφω

στα βιβλία μου και τότε οι δυνάμεις αυτοθεραπείας που σας χάρισε ο δημιουργός, θα σας προφυλάξουν.

ΠΗΓΕΣ

<https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/coronavirus/coronavirus-disease-2019-vs-the-flu>

<https://www.worldometers.info/coronavirus/>

https://www.youtube.com/watch?time_continue=69&v=m0V1aBVYKGA&feature=emb_logo