

POMÁHÁME DISCIPLINA, NE A VEJKOVÁNÁ!

Čtvrtek, 24. září 2020

Parazitolog Jaroslav Flegr sepsal na facebooku dělový, proč se žnepromovat. Musíme epidemii zastavit pomocí bolestivých a dražích protiepidemických opatření, alespoň do doby, než bude dostatek vakcín k imunizaci asi 40 % obyvatelstva. Žnejpravděpodobněji mi pád, že to bude trvat tak dva roky, má se to ale protáhnout profesor.

Právě v oněch 40 % nakažených v jak tkvím problém. ŽDostatek vakcín patrně do podzimu páťáho roku má nebudeme. Takže imunitu má e lovít k záskat pouze tím, že se nakazí, což podotká Flegr. Jestliže bychom se chtěli v Česku promít, a záskat tak imunitu, museli bychom se smít s tím, že nám tu země minimálně 30 tisíc spoluobčanů a dalších budou má do konce života věce nebo má v životě zdravotní problémy.

Podvéjte se do dnešního Izraele. A Izraelci si opravdu dlouho spořádat, co se finančně vyplatí udělat. Pochopitelně, tohle jejich řešení na brzdu není na celou dobu, po pár dnech ho bude možná trochu uvolnit. Nás ekví něco podobného. Zrušením v jejich hromadných akcích, omezením počtu lidí, co se budou smít setkávat v místnostech (určitě pod 10), distancování studium od 2. stupně nahoru, to vše bude muset nejspíš platit po celém chladném období roku.

Tady je jeho DESATERO, kterým nám rozhodně má pomoci:

1) Zachovávat sociální distanc
že nepříběžovat se k jiným lidem blíže než na 2 metry a nedotkat se jich.

2) Umývá si ruce dle jakmile se dotknete edmá, kterých se dotkali jiní lidé.

3) Desinfikovat sdílené předměty (klávesnice a podobně).

4) Nosit kvalitní roušku, jejíž se nanovážky a vyžadovat, aby roušky nosili lidé ve vašem okolí.

5) Nevycházet mezi lidi, když není nezbytně potřeba. V rámci možnosti pracovat z domova, a to i za cenu změny zaměstnání. Ži dokonce povolání.

6) Nakupovat vše co lze pouze po internetu.

7) Nežastávat se žádných hromadných akcí. Ž hromadné akce se rozumí cokoli, kde je více než 5 lidí. To

samozřejmě vyžadovat od členů domácnosti.

8) Větrat a udržovat v

místnostech vysokou relativní vlhkost (nad 40%), například kladně, a budete mít v místnostech nastavenou nízkou teplotu a budete tam nosit oblečení. V suchu kapky vysychají a virus se udržuje ve vzduchu dlouho a doputuje na další vzdálenost.

9) Udržovat se v dobré fyzické

kondici – jíst dost zeleniny, ovoce, vitamínů (přidejte D a C – obojí – jen v doporučené denní dávce), pohybovat se na čerstvém vzduchu v místech, kde nejsou lidi.

10) Udržovat se v dobré

psychické kondici – komunikovat telefonicky či elektronicky s přáteli, známými a přátelkami, přátelkami s těmi dříve narozenými, konzumovat na dílku kulturu (hudbu, divadlo, knihy), pomáhat druhým, snažit se si dělat v rámci možnosti radost.

Každopádně profesoru Flegrovi

děkují za úspěšnou popularizaci vědy a dráhem palce, protože je jen disciplína poměrně toto společnosti přet. V době, kdy nám na internetu raději nejlepší (něno v dobré) stomatologové, plastičtí – chirurgové, kardiologové a někdy i zpěvačky... je to stejné, asi jako kdyby se fotbalová Slavia ptala nejlepších tenistů světa (jsou to přece také sportovci), jakou taktiku volit ve své hře!