



پاییز نقطه تلاقی ۲ ویروس/کاهش ابتلا و استرس با رعایت نکات بهداشتی

ویروس کووید ۱۹ و آنفلوآنزا با علائمی هر چند مشابه با یکدیگر به استقبال فصل پاییز می‌روند و با مشکل بودن تشخیص این دو بیماری روزهای سختی رقم خواهد خورد.

ویروس کووید ۱۹ و آنفلوآنزا با علائمی هر چند مشابه با یکدیگر به استقبال فصل پاییز می‌روند و با مشکل بودن تشخیص این دو بیماری روزهای سختی رقم خواهد خورد.

خبرگزاری مهر، گروه استان‌ها – آناهیتا رحیمی: تاب‌ع روند فصلی نیست و در هر زمان و شرایطی، قربانی گرفته است و اینک شمارش معکوس برای همه‌گیری بیشتر آن در فصل هزار رنگ پاییز آغاز شده است.

آمار بالای مبتلایان و فوتی‌ها، توصیه‌ها و راه‌های پیشگیری و در نهایت هشدار مجدد به عدم حضور مردم در مکان‌های بسته و پرهیز از رفت و آمدهای غیرضروری؛ همه و همه بحث‌هایی است که با آغاز فصل پاییز و همه‌گیری آن در کنار آنفلوآنزای فصلی قوت بیشتری به خود خواهد گرفت.

حال، همه‌گیری این ویروس و افزایش آمار و ارقام آن در فصل پاییز، دل‌نگرانی به جان مردم انداخته است. آن‌گونه که به مشام می‌رسد روزهای سختی با آغاز فصل پاییز در انتظار ماست؛ روزهایی که چیزی به جز افزایش بستری و آمار فوتی‌ها سر خط خبرها نخواهد بود، ولی با رعایت نکات بهداشتی می‌توانیم به راحتی از این برهه عبور کنیم.

فرآیند مهار کرونا با رفتار مردم ارتباط مستقیمی دارد

به گفته معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تبریز، فرآیند مهار کرونا ارتباط مستقیمی با رفتار مردم دارد بدین گونه که تنها راه آن، پیشگیری است که دست خود مردم بوده و به هر اندازه‌ای که رعایت کنند به همان اندازه نیز این بیماری کنترل خواهد شد.

عباسعلی درستی در گفت و گو با خبرنگار مهر گفت: وضعیت کنونی استان قرمز بوده و شهرستان‌های مراغه، سراب، هشترود، میانه و جلفا نیز شهرستان‌هایی هستند که در وضعیت قرمز قرار گرفته‌اند.

وی ادامه داد: تا کنون یک هزار و صد نفر از کادر درمان به ویروس کرونا مبتلا شده‌اند که از موارد ابتلاء استان نیز می‌توان به ۳۰ هزار نفر اشاره کرد.

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تبریز معتقد است که رعایت کردن ۷۰ درصدی مردم برای کنترل بیماری کافی نبوده و باید ۹۰ درصد مردم رعایت کنند؛ تلاش می‌کنیم تا تمام افراد رعایت پروتکل‌های بهداشتی را انجام دهند چرا که با کاهش رعایت کردن مردم، مبتلایان افزایش یافته که این خود، نشان‌دهنده یک رابطه علت و معلولی است.

احتمال افزایش بیماری با شروع فصل پاییز

درستی با اشاره بر وضعیت سفید در شهرستان‌های خداآفرین و ورزقان افزود: امکان انتقال ویروس در مکان‌های سر بسته بیشتر بوده که با شروع فصل پاییز نیز احتمال افزایش بیماری بالا می‌باشد مگر اینکه درصد بسیاری از مردم رعایت کنند.

فرآیند مهار کرونا ارتباط مستقیمی با رفتار مردم دارد بدین گونه که تنها راه آن، پیشگیری است که دست خود مردم بوده و به هر اندازه‌ای که رعایت کنند به همان اندازه نیز این بیماری کنترل خواهد شد

وی در پایان به خبرنگار مهر گفت: امکان ابتلاء افرادی که به این ویروس دچار شده و بهبود یافته‌اند نیز وجود دارد و می‌توان گفت که هیچ ایمنی در این رابطه که افراد مبتلا شده بار دیگر به این بیماری دچار نخواهند شد وجود ندارد و شواهد نیز نشان داده است پس باید پروتکل‌های بهداشتی را افرادی که به این بیماری مبتلا و بهبود یافته‌اند نیز رعایت کنند.

ویروس ها از یک خانواده علائم مشابهی با همدیگر دارند

به گفته مدیر گروه پیشگیری و مبارزه با بیماری های واگیر معاونت دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ویروس های مشترک از یک خانواده علائم مشابهی را از خود نشان می دهند که در اواخر شهریور ماه و به خصوص فصل پاییز، فعال تر می شوند؛ در فصل تابستان به دلیل روبرو بودن با ویروس کرونا، تشخیص راحت تر انجام می گرفت اما در فصل زمستان، فعالیت سایر ویروس ها نیز آغاز خواهد شد.

ویروس های مشترک از یک خانواده علائم مشابهی را از خود نشان می دهند که در اواخر شهریور ماه و به خصوص فصل پاییز، فعال تر می شوند

سیمین خیاط زاده در گفت و گو با خبرنگار مهر گفت: گلو درد، تب، درد بدن و کمر، حالت عطسه و سرفه از علائم مشترک میان این دو بیماری است به گونه ای که در ویروس آنفلوآنزا، بیمار به یک باره بدحال می شود اما در ویروس کرونا، همانند سایر سرماخوردگی ها فرد تا چند روز بی اشتها بوده و به درد بدن مبتلا شده و بی حال است و به یک باره به تنگی نفس دچار می شود گرچه این علائم، کمی متغیر است اما در حالت کلی نمی توان از روی علائم، اظهار نظر کرد که فرد به کرونا و یا آنفلوآنزا مبتلا شده است.

کاهش احتمال درگیری آنفلوآنزا به دنبال تزریق واکسن

وی با اشاره بر وجود آزمایشات جداگانه برای تشخیص ابتلاء به ویروس کرونا و آنفلوآنزا ادامه داد: اگر فردی واکسن آنفلوآنزا را تزریق کرده و علائمی از خود نشان دهد، شک بر این خواهد بود که به ویروس کرونا و یا نوع دیگری از سرماخوردگی مبتلا شده است چرا که احتمال درگیری آنفلوآنزا به دنبال تزریق واکسن، کاهش می یابد.

مدیر گروه پیشگیری و مبارزه با بیماری های واگیر معاونت دانشگاه علوم پزشکی تبریز، معتقد است که ممکن است فردی به یک بیماری مبتلا شده و سیستم ایمنی بدن او ضعیف شود که در صورت مبتلا شدن به یک بیماری دیگر، شرایط سخت تر خواهد بود چرا که بیماری قبلی، بدن او را ضعیف کرده و مقابله برای بیماری دوم را دشوار ساخته است که ابتلاء به ویروس کرونا و آنفلوآنزا نیز چنین است.

تزریق واکسن آنفلوآنزا در گروه های پرخطر

وی بر لزوم تزریق واکسن آنفلوآنزا برای گروه های پر خطر تأکید کرده و به خبرنگار مهر گفت: علت اینکه تزریق واکسن آنفلوآنزا بر گروه های پر خطر توصیه می شود این است که افراد پر خطر با تزریق واکسن آنفلوآنزا، در صورت مواجهه با این ویروس به طور خفیف دچار شده و قابل کنترل است.

خیاط زاده در پاسخ به این سوال که چه افرادی باید واکسن آنفلوآنزا را تزریق کنند پاسخ داد: مادران باردار، کودکان، افرادی که بیماری های زمینه ای مثل دیابت، بیماری قلبی، بیماری مزمن کبدی و کلیوی دارند و هم چنین افرادی که درگیر ضعف سیستم ایمنی بدن، بیماری های عصبی، تشنج و بیماری مزمن مغزی و ریوی هستند باید واکسن آنفلوآنزا را تزریق کنند.

وی توضیح داد: در حال حاضر بسیاری از خانواده ها از حضور دانش آموزان در مدارس نگران هستند اما واقعیت امر این است که اگر از رعایت فاصله گذاری اجتماعی و استفاده از ماسک توسط فرزندان خود و حتی مدارس اطمینان دارند بیش از اندازه مخاطره ای وجود نخواهد داشت؛ همان پدر و مادرانی که نسبت به این قضیه حساس و نگران بوده و معتقد هستند که اگر فرزندم با رفتن به مدرسه به ویروس کرونا مبتلا خواهد شد، بعد از رفتن فرزندان به مدرسه، مقابل درب مدرسه بدون رعایت فاصله گذاری اجتماعی و استفاده از ماسک، جمعی را تشکیل داده و با سایر والدین صحبت می کنند.

لزم رعایت پروتکل های بهداشتی و بهداشت فردی

مدیر گروه پیشگیری و مبارزه با بیماری های واگیر معاونت دانشگاه علوم پزشکی تبریز، فرآیند مهار کرونا را در رعایت پروتکل های بهداشتی دانست، بدین گونه که افراد مبتلا به کووید ۱۹، به دلیل عدم استفاده از ماسک و یا حضور در جمعی که بیمار مبتلا به ویروس کرونا وجود داشته و یا عدم رعایت بهداشت فردی مبتلا شده اند.

خیاط زاده بیان کرد: افراد باید بهداشت فردی را رعایت کرده و عدم تماس دست آلوده با دهان، بینی، چشم و صورت را جدی بگیرند و هم چنین در زمان استفاده از خوراکی از تمیز بودن آن اطمینان حاصل کنند.

وی در پایان افزود: افراد باید در حین حضور در جمع و رفتن به بیرون از منزل از ماسک استفاده کرده و در میهمانی ها شرکت نکنند و حتی در جمع های ساده خانواده نیز رعایت فاصله گذاری اجتماعی و نکات بهداشتی را به دلیل انتشار آلودگی مهم تلقی کنند.

به گفته متخصص بیماری های عفونی، ویروس کرونا واکسن و دارویی ندارد و تنها راه قطع زنجیره انتقال، فاصله گذاری، استفاده از ماسک، عدم حضور در مکان های پر تجمع و عدم مسافرت است؛ بدین گونه که هر چیزی که کاهش دهنده انتقال ویروس از انسان به انسان باشد، قطعاً تنهاترین روش برای کنترل و مهار ویروس کروناست.

افرادی که باید واکسن آنفلوآنزا را تزریق کنند

اسماعیل مقدس پور در گفت و گو با خبرنگار مهر گفت: توصیه برای افراد در معرض خطر، دارای بیماری های زمینه ای، افراد بالای ۶۵ سال، کودکان در معرض خطر، زنان باردار و در نهایت کادر درمان این است که واکسن آنفلوآنزا را تزریق کنند.

وی ادامه داد: علائم ویروس کرونا و آنفلوآنزا به احتمال بسیار مشابه هم بوده و امکان تشخیص را سخت تر خواهد کرد.

ویروس کرونا واکسن و دارویی ندارد و تنها راه قطع زنجیره انتقال، فاصله گذاری، استفاده از ماسک، عدم حضور در مکان های پر تجمع و عدم مسافرت است

مقدس پور در پایان با اشاره بر افزایش گروه های سنی درگیر و کاهش سن مبتلایان به این ویروس اشاره کرده و افزود: علائم این بیماری تغییر می یابد به گونه ای که علائم پوستی، گوارشی و هم چنین علائم درگیری سیستم عضلانی نیز افزایش می یابد.

هر زمان که صحبت از شیوع ویروس کرونا می شود، رعایت فاصله گذاری اجتماعی و استفاده از ماسک، عدم حضور در جمع و هم چنین رعایت بهداشت فردی مهم تلقی می شود؛ کرونا ویروسی است که تنها راه مهار آن مواردی است که از زمان شیوع این ویروس بارها و بارها گوشزد شده است و تا زمانی که زنجیره انتقال این ویروس قطع نشود باید به هوش بود و آن را ساده به شمار نیاورد.