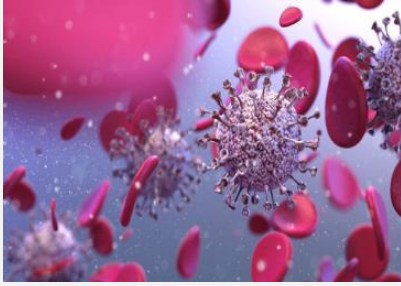


راهکارهای علمی برای مقابله با موج هفتم کرونا

عادی‌انگاری شرایط و کم شدن رعایت پروتکل‌ها، جهان را با موج جدیدی از ابتلا روبه‌رو کرده است.



عادی‌انگاری شرایط و کم شدن رعایت پروتکل‌ها، جهان را با موج جدیدی از ابتلا روبه‌رو کرده است.

به گزارش ایسنا، روزنامه همشهری نوشت: «موج جدید کووید-۱۹ همانطور که قابل پیش‌بینی بود، در حال پیشروی است. با کمتر شدن آمار مبتلایان و مرگ و میرهای کرونایی، رعایت پروتکل‌های بهداشتی نیز کمتر شد. دیگر کمتر کسی با ماسک در اماکن عمومی حتی سربسته ظاهر می‌شد و دوباره مهمانی‌ها، کنسرت‌ها و دورهمی‌ها از سر گرفته شد. اما زیرسویه BA.5 امیکرون با استفاده از همین عادی‌انگاری با قابلیت سرایت بیش از اندازه‌ای که دارد، دوباره ما را به روزهای سخت کرونایی بازگرداند؛ تا جایی که بسیاری از کشورهای دنیا از جمله ایران خبر از موج هفتم بیماری را رسماً اعلام کردند. سازمان بهداشت جهانی هم چندی پیش اعلام کرد، رؤیای تمام شدن بحران کووید فعلاً بیشتر یک سراب است تا واقعیت.

بازگشت الزام استفاده از ماسک

در نیویورک استفاده از ماسک در اماکن عمومی سربسته فارغ از وضعیت واکسیناسیون افراد، الزامی شده است. متخصصان به دلیل شیوع زیرسویه BA.5 که آن را بدترین زیرسویه امیکرون می‌خوانند، مهم‌ترین سلاح مقابله با ابتلا به آن را ماسک‌های باکیفیت می‌دانند. در لس‌آنجلس نیز زدن ماسک، دوباره به حالت اجباری درآمده است. سرعت سرایت سویه جدید به حدی است که گروهی از محققان حتی اعتقاد به الزام ماسک در محیط‌های باز اما شلوغ دارند. مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های ایالات متحده توصیه می‌کند هنگام ورود یک شهر به سطح بالای کووید-۱۹، الزام زدن ماسک به صورت عمومی در محیط داخلی را برای افراد ۲ سال و بالاتر انجام دهند.

در برخی کشورهای اروپایی نیز با توجه به اوج گرفتن سفرهای تابستانی، استفاده از ماسک به حالت اجباری بازگشته است.

واکسیناسیون بهنگام

چند ماه پیش، دوز دوم تقویت‌کننده واکسن کووید-۱۹ فقط برای افراد بالای ۶۰ سال و افراد مبتلا به ضعف سیستم ایمنی و بیماری‌های خاص توصیه می‌شد اما با شیوع و گسترش روزافزون زیرسویه BA.5 در اغلب کشورهای دنیا تزریق دوز دوم واکسن یادآور به همه سنین بدون در نظر گرفتن اولویت‌سنی توصیه شده است. به این ترتیب همه افرادی که شش ماه از زمان تزریق دوز سوم تقویت‌کننده آنها گذشته است می‌توانند دوز چهارم خود را دریافت کنند. تقویت‌کننده‌های واکسن کووید-۱۹ می‌توانند حفاظتی را که ممکن است در طول زمان پس از واکسیناسیون سری اولیه کاهش یافته باشد، بیشتر یا بازیابی کنند. زمانی که افراد با واکسن‌های کووید-۱۹ به روز باشند، بهترین محافظت را در برابر بیماری شدید و بستری و حتی مرگ در اثر کووید-۱۹ دارند.

رعایت پروتکل‌های بهداشتی

اوایل همه‌گیری، پیام بهداشت عمومی این بود که ویروس کرونا عمدتاً از طریق قطرات تنفسی بزرگ که هنگام تنفس، صحبت کردن، سرفه کردن، آوازخواندن و ... منتشر می‌شود، گسترش می‌یابد و این ترشحات می‌تواند قبل از سقوط تا چند متر حرکت کند. اما پس از آن مطالعه‌ای انجام شد که نشان داد، ذرات تنفسی بسیار کوچک به نام آئروسول نیز قابلیت انتشار در هوا، باقی ماندن تا ۹ ساعت در محیط و طی کردن مسافت بیشتر را دارد. به این ترتیب مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها، دستورالعمل خود را سال گذشته به روزرسانی کرد تا سومین روش انتقال را تأیید کند: استنشاق ذرات آئروسول و قطرات بسیار ریز تنفسی.

در حالی که تماس با سطوح هنوز به عنوان روش احتمالی انتقال ذکر می‌شود، کارشناسان می‌گویند که خطر آن بسیار کمتر از خطر ناشی از استنشاق آئروسول یا قطرات منتقل شده از طریق تماس نزدیک است. دکتر پتر چین‌هونگ، متخصص بیماری‌های عفونی گفت: احتمال بیمار شدن در اثر لمس یک سطح حدود یک در ۱۰۰ هزار است و احتمال بیمار شدن از یک ذره معلق در هوا حدود هزار برابر بیشتر است. با این حال، ظهور نوع بسیار مسری امیکرون و زیرشاخه‌های فوق‌واگیر آن نگرانی‌های زیادی را ایجاد کرده است. برخی ادارات در پی گسترش این سویه‌های جدید در حال نصب دکمه‌های خودتمیزشونده

آسانسور هستند و خطوط هوایی صندلی های مسافران را به روش پیشرفته ای تمیز می کنند. بر اساس مطالعه ای که مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری در مارس ۲۰۲۱ منتشر کرد، خطر ابتلا به کووید-۱۹ از یک سطح غیر متخلخل مانند فولاد ضد زنگ یا شیشه در یک فضای داخلی پس از سه روز کم می شود.

دیجیتالشدن در عصر کرونا

بحران کووید-۱۹ شرکت ها و افراد را با چالش های بی سابقه ای در محل کار و همچنین در زندگی خصوصی مواجه کرده است. تقریباً همه شرکت ها در سراسر جهان تحت تأثیر این بحران قرار دارند و برخی حتی در آستانه ورشکستگی هستند. در حالی که برخی از شرکت ها هنوز به دنبال راه حل هستند، برخی دیگر قبلاً آن را یافته اند: دیجیتال کردن.

دیجیتال شدن می تواند در بسیاری از زمینه ها، به ویژه هم اکنون، کمک بزرگی کند. به همان سرعتی که ویروس در سراسر دنیا گسترش می یابد، احتمالاً می توان انتظار داشت که شاهد دیجیتال شدن شرکت ها هم باشیم. به این ترتیب مراجعه حضوری کاهش می یابد و روند انتقال بیماری نیز مختل می شود.»