

مقاطع من النشرة - أسبوع 13 ديسمبر 2020

المصابون بمرض طويل الأمد (Long Haulers): أعراض مرض فيروس كورونا 2019 (COVID) المستمرة لفترة لدى البعض

ربما سمعت عن هؤلاء المصابين بمرض طويل الأمد (Long Haulers)، أي من سبقت إصابتهم بمرض فيروس كورونا 2019 (COVID-19) واستمرت إصابتهم بالأعراض بعد تعافيم المبدئي. يمكن للآثار طويلة الأمد لمرض فيروس كورونا 2019 (COVID-19) أن تدوم لشهور أحياناً. يتعافى أغلب المصابين بفيروس كورونا تماماً خلال بضعة أسابيع. ولكن البعض منهم حتى أولئك الذين أصيبوا بحالات بسيطة من المرض يظلون مصابين بأعراض. ويكون المسنون والمصابون بحالات طبية خطيرة هم الأكثر عُرضة لخطر الأعراض المتبقية لمرض فيروس كورونا 2019 (COVID-19)، ولكن حتى الشباب، والأشخاص الأصحاء الذي لا يعانون سوى من ذلك، يمكن أن يشعروا بالتوعك لأسابيع أو لشهور بعد العدوى. تتضمن العلامات والأعراض المتبقية لفترة ما يلي:

- الإرهاق
- ضيق التنفس
- السعال
- ألم المفاصل
- ألم الصدر

أعراض أخرى متبقية وردت تقارير بخصوصها:

- ألم العضلات أو الصداع
- نبض القلب السريع أو الخفقان
- فقدان حاسة الشم أو التذوق
- مشكلات الذاكرة أو التركيز أو النوم
- الطفح الجلدي أو تساقط الشعر

بعد شهور من الإصابة بمرض فيروس كورونا 2019 (COVID-19)، توصل الباحثون إلى الكثير من المعلومات عن المرض، ولكن لا يزال الكثير مجهولاً بشأن مدى تأثير مرض فيروس كورونا 2019 (COVID-19) على المصابين به بمرور الوقت. سُميت الحالة متلازمة ما بعد مرض فيروس كورونا 2019 (COVID-19) أو «مرض فيروس كورونا 2019 (COVID-19) طويل الأمد». أجرت دراسة حديثة بكلية الطب في جامعة إنديانا (Indiana University School of Medicine) استنباطاً بشأن أعراض مرض فيروس كورونا 2019 (COVID-19) التي يعانون منها. وقد سُجل لدى من أجروا الاستبيان 98 عرضاً طويل الأمد. قالت د. ناتالي لامبرت (Natalie Lambert)، الأستاذة البحثية المساعدة المشرفة على الدراسة إن «الأعراض الجديدة التي كشفتها دراستنا تتضمن ألم الأعصاب الشديد، وصعوبة التركيز، وصعوبة النوم، وتشوش البصر، بل وحتى تساقط الشعر». يجب أن تركز الأبحاث المستقبلية على الأعراض واسعة النطاق لتطوير المعالجات الطبية والعلاجات اللازمة.

يجب تذكّر إن أغلب المصابين بمرض فيروس كورونا 2019 (19-COVID) يتعافون سريعًا دون أن يصيروا من المصابين بمرض طويل الأمد (Long Haulers). ولكن المشكلات المحتملة طويلة الأمد الناجمة عن مرض فيروس كورونا 2019 (19-COVID) تضاعف من أهمية الحد من انتشار المرض عن طريق اتباع الاحتياطات مثل ارتداء الكمامات وتجنب الزحام والحفاظ على نظافة اليدين.

أشارت التقارير إلى أن 26.5% من الأعراض التي يصاب بها المصابين بمرض طويل الأمد (Long Haulers) تكون عادةً مؤلمة.

وتظهر على قرابة 30% من المصابين بمرض فيروس كورونا 2019 (19-COVID) بقايا قصور إدراكي.

موارد للمصابين بمرض طويل الأمد (Long Haulers)

فيالق الناجين (Survivor Corps)

حركة Nationwide grassroots للمصابين بمرض فيروس كورونا 2019 (19 COVID)

<https://www.survivorcorps.com>

برنامج نقاهة إعادة التأهيل العصبي بعد مرض فيروس كورونا 2019 (COVID) التابع لشبكة الأمل

(Hope Network Neuro Rehabilitation Post COVID Recovery Program)

7575-407-885

<https://hopenetwork.org/neuro-rehab/post-covid-rehab>

لقاحات مرض فيروس كورونا 2019 (19-COVID) في الطريق

يجري التخطيط المحلي على قدم وساق للإعداد لتوصيل لقاحات مرض فيروس كورونا 2019 (19-COVID). يجري اتباع التوجيهات الصادرة عن مراكز مكافحة الأمراض (Centers for Disease Control) ووزارة الصحة (Michigan Department of Health and Human Services) في ميشيغان (Kent County) مقاطعة كنت (Kent County).

وحتى عند بدء إعطاء لقاحات مرض فيروس كورونا 2019 (19-COVID)، سيستغرق الأمر بعض الوقت لإبطاء انتشار الفيروس أو إيقافه. يُقدّر أنه للسيطرة على مرض فيروس كورونا 2019 (19-COVID)، فينبغي أن يحوز 7 أو 8 أشخاص من كل 10 المناعة ضده. وفي الولايات المتحدة، فهذا يعني الحاجة إلى أن يحوز 250 مليون شخص المناعة ضده، سواء كان ذلك عن طريق الإصابة بالمرض أو عن طريق التطعيم.

يتطلب إيقاف الجائحة استخدام كل الأدوات المتاحة. تعمل اللقاحات جنبًا إلى جنب مع جهازك المناعي حتى يكون جسمك مستعدًا لمكافحة الفيروس إن تعرض له. وتساعد الخطوات الأخرى، مثل الكمامات والتباعد الاجتماعي، من احتمالية تعرضك للفيروس أو نقله إلى غيرك. وسيوفر ذلك كله الحماية المثلى من مرض فيروس كورونا 2019 (19-COVID).