

ظهر فيروس كورونا الجديد منذ حوالي 9 أشهر، ورغم الجهود المتسارعة لاكتشاف الحقائق المتعلقة به، إلا أن ما يجهره العلماء حتى الآن أكثر مما يعلمونه

## أمور يجهرها العلماء عن كورونا

### د. عامر شيخوني

مضادات الأجسام للقضاء على الفيروس ولمنع حدوث عدوى جديدة، ولكن ما هو دور الخلايا المناعية في القضاء على هذا الفيروس؟ هناك بعض المؤشرات إلى أهمية دورها، ولكن معرفة ذلك بالضبط تحتاج لمزيد من الأبحاث.

■ هل حدثت تطورات في الفيروس تثير القلق؟

تتغير الفيروسات باستمرار، ومعدل التغير أكبر في الفيروسات من نوع الحمض النووي RNA مثل فيروسات الإنفلونزا وفيروسات كورونا، وتفيدنا متابعة هذه التغيرات في تتبع انتشار الفيروس عبر العالم، وقد لوحظ بالفعل ظهور تغيرات جديدة في فيروس كورونا الجديد، اكتشفت في أميركا وبريطانيا، جعلته أكثر قدرة على نشر العدوى بحوالي 3 إلى 9 مرات، ولكنه لم يسبب مرضاً أكثر شدة. ولحسن الحظ فإن معظم التغيرات لا تؤثر كثيراً في نشاط الفيروس ولكن معرفتها مهمة لمتابعة تطور الجائحة، وربما تكون لها أهمية في فعالية اللقاح.

■ هل سينجح اللقاح؟

هناك حتى الآن حوالي 200 لقاح ضد فيروس كورونا الجديد تحت الاختبار في أكثر من 90 مركز أبحاث، والنتائج الأولية لبعض هذه اللقاحات تبدو مبشرة بشكل خاص في تخفيف شدة الإصابة الرئتين، كما أدى إعطاء اللقاح لبعض المتطوعين من البشر لظهور مضادات الأجسام ضد الفيروس والتي استطاعت القضاء عليه، ولكن هل ستكون سوية هذه الأجسام المضادة كافية لمنع حدوث العدوى؟ وكما سيستمر وجودها في الجسم؟

■ أين نشأ الفيروس؟

يتفق معظم العلماء على أن فيروس كورونا الجديد قد نشأ أولاً في نوع من الخفافيش في الصين تحمل نوعاً من فيروسات كورونا، التي تشبه وراثياً فيروس كورونا الجديد بنسبة 96%، ويحتاج مثل هذا الانتقال بين هذين النوعين من فيروسات كورونا عادة إلى عقود من التغير والتطور في الطبيعة، وربما حدث ذلك بشكل أسرع في حيوان وسيط آخر كما حدث لفيروس كورونا الأول SARS سنة 2002. وما زال العلماء يبحثون عن نوع حيواني أقرب وراثياً إلى فيروس كورونا الجديد.

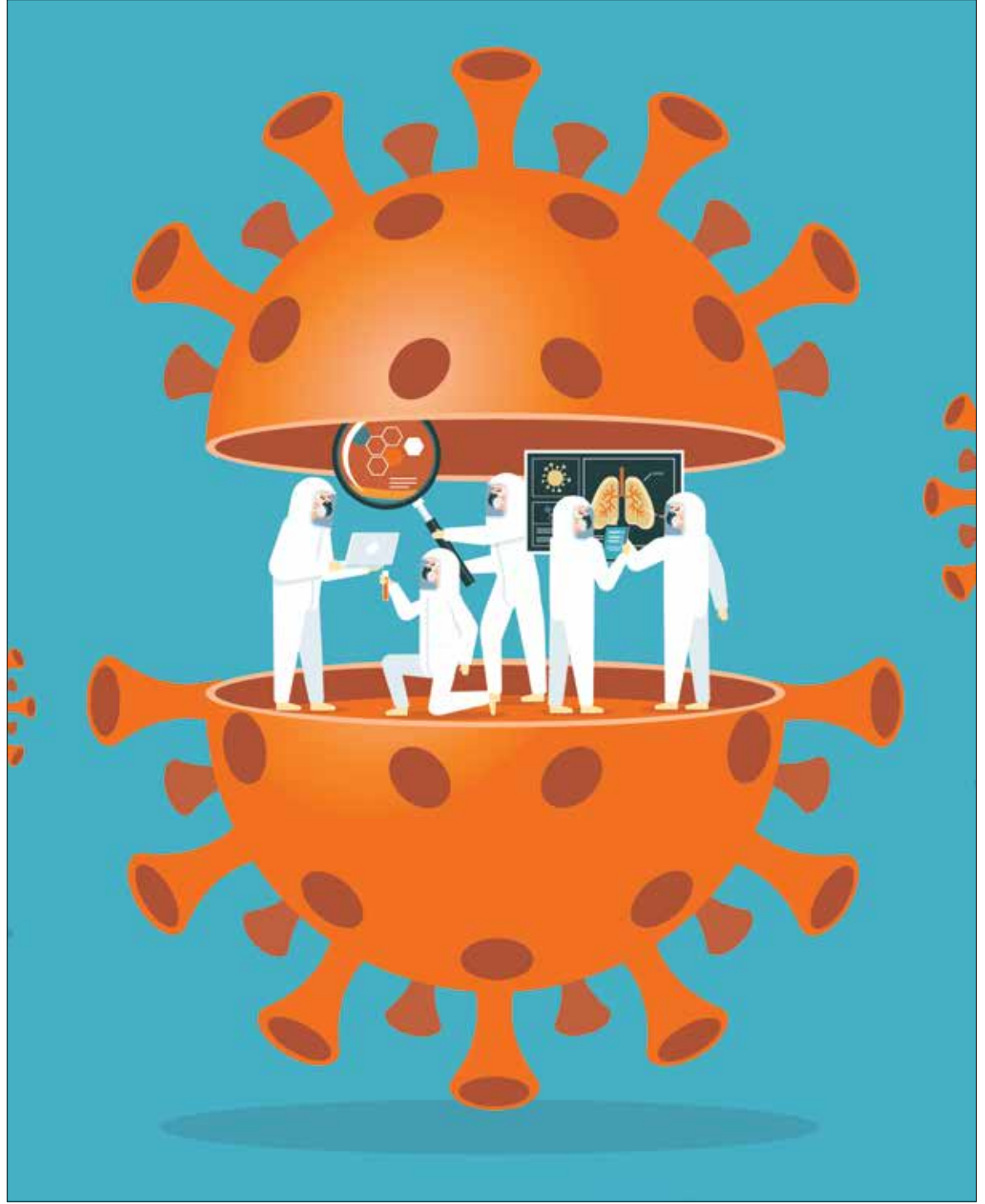
مرت أشهر على انتشار جائحة فيروس كورونا الجديد، الذي أصاب حتى الآن أكثر من 17 مليون إنسان، وتجاوزت الوفيات بسببه 670 ألفاً، وأدى لثورة في البحث العلمي في كثير من جامعات العالم ومراكز الأبحاث وشركات الأدوية، ورغم نجاح العلماء في كشف كثير من المعلومات المفيدة عن هذا المرض الجديد، ما زالت هناك جوانب مهمة ما زالت غامضة، منها:

■ لماذا تختلف شدة الإصابة بين المصابين؟ هناك فروق كبيرة في شدة الإصابة بين الناس، فبعضهم لا تظهر عليهم أية أعراض، خاصة الأطفال والشباب، بينما يصاب آخرون بمرض شديد يؤدي لخضوعهم للعناية المشددة بالمستشفى والحاجة لأجهزة التنفس، وحتى إلى الوفاة بنسبة 6% منهم، خاصة المسنين والمصابين بأمراض سابقة في القلب والرئة. وقد أظهرت دراسة حديثة لحوالي 4000 شخص في إيطاليا وإسبانيا وجود مورثات معينة (جينات) لدى المصابين بأعراض شديدة، أي وجود نوع من الاستعداد الوراثي يؤثر على شدة الإصابة بفيروس كورونا الجديد، وما زالت هذه الأبحاث الوراثية مستمرة.

■ ما هي طبيعة المناعة ضد هذا الفيروس؟ وما هي فترة استمرارها؟

يبحث العلماء بحماس في دراسة المناعة التي يشكلها جسم الإنسان عندما يصاب بفيروس كورونا الجديد لمعرفة نوعها ومدتها وجودها في الجسم، وقد وجد حتى الآن أن الإنسان يصنع أجساماً مضادة ضد هذا الفيروس خلال الأسبوع الأول من الإصابة، وتبلغ ذروتها بعد حوالي شهر من الإصابة، وربما لا تستمر أكثر من أسابيع، ثم تبدأ في التناقص، غير أن المصابين بحالات أكثر شدة يحتفظون بسوية أعلى من الأجسام المضادة في أجسامهم، وتبقى هذه المضادات لفترة أطول، وقد لوحظ مثل هذا النمط في مرض SARS سنة 2002-2003. ولا يعرف العلماء حتى الآن ما هي السوية الكافية من

ما زال العلماء يجهدون  
الكثير عن كورونا الجديد  
(Getty)



### سؤال في الصحة

السلام عليكم ورحمة الله..

لو سمحتم، ابني عنده شهرين ويبيكي بكاء متواصل، مع العلم أنني أعطيه دواء المغص ديتينوكس ومع ذلك يزيد في البكاء أكثر. وذلك يومياً من 8 مساءً حتى منتصف الليل، وكشفت عند أكثر من طبيب، ويقولون لا يوجد به شيء ولا أعرف ما الذي يمكنني عمله.

الأخت الفاضلة،

تحية طيبة وبعد..

المغص مشكلة متكررة وكثيراً ما تكون صعبة الحل عند الرضع. ويعرف بأنه بكاء الطفل مع ثني طرفيه السفليين لأكثر من ثلاث ساعات يومياً، ولأكثر من ثلاثة أيام بالأسبوع، ولأكثر من ثلاثة أسابيع متتالية.

- ويفضل نفي الأسباب العضوية الممكنة للمغص بفحص دقيق وشامل للتأكد من النمو الطبيعي للطفل ومقارنة وزنه الحالي بوزنه عند الولادة.

- كما يفضل إجراء فحص بول وزراعة لنفي الالتهاب البولي كسبب للمغص.

- ومن المهم أيضاً معرفة ما يرضع الطفل، فإن كان معتمداً على حليب أمه فيفضل نصحه الأم بتجنب الأطعمة التي تسبب زيادة المغص، كالمجنبات والبقوليات والملفوف إضافة للبصل والثوم.

- أما إن كان الطفل يرضع حليباً صناعياً فيفضل انتقاء نوع خاص للمغص anti colic. كما ينصح بحمل الطفل بوضعية الكنخارو ومساعدته على التجشؤ للتخلص من الغازات.

- والحمام الدافئ قبل النوم يساعد أيضاً.

- وإعطاء أدوية الغازات، مثل الدنتينوكس والانفاكون، يساعد أيضاً، ويفضل بالفترات الحادة من المغص أن يكون منتظماً.

مع تمنياتي لطفلك بالسلامة.

د. لي وردة  
استشاري طب الأطفال

لاستلكتكم:

health@alaraby.co.uk

## توصيات لقضاء العيد في ظل الجائحة

### سحر طلعت

يمر علينا العيد هذا العام في ظروف مختلفة تفرض علينا تغيير كثير من العادات الجميلة التي كنا نستمتع بها، في ظل جائحة كورونا، وتوصيات التباعد الاجتماعي، وتظل المخاوف حتى بعد تخفيف عدد من الدول من إجراءات الحظر. فما التوصيات الآمنة للتعامل مع العيد هذا العام في ظل جائحة كورونا؟

1- الزيارات العائلية: تشكل التجمعات خطراً على الجميع، خصوصاً على بعض الفئات مثل كبار السن، والذين يعانون من ضعف المناعة. لهذا، يجب تجنب الزيارات إلا للضرورة، وأن تراعى التوصيات الصحية للوقاية من كورونا، مثل تجنب التقبيل والمصافحة، وتكرار غسل الأيدي بالماء والصابون.

2- التزام التغذية الصحية: للحوم قيمة غذائية عالية، لأنها المصدر الرئيسي للبروتين، الذي يحتاجه الجسم في عملية النمو وتجديد الخلايا والأنسجة، وكذلك لاحتوائها على العديد من الأحماض الأمينية، وهي أيضاً من المصادر الغنية بالحديد والزنك والفوسفور والكالسيوم والفيتامينات، إلا أن الإسراف في تناول اللحوم عن الحد المسموح به، يؤدي إلى مشاكل صحية عديدة، لذا فإنه من المفيد عدم الإسراف في تناول اللحوم في العيد.

3- ممارسة الرياضة: الحفاظ على ممارسة الرياضة أمر هام، حتى خلال الأعياد، فهي مفيدة للصحة العامة ولتعزيز مناعة الجسم. وتذكر أنه يمكنك القيام ببرنامج

الرياضي في البيت والمشي حول سور البيت وأنت ملتزم تطبيق توصيات الوقاية من فيروس كورونا الجديد.

4- تجنب ما يعرضك لخطر الحوادث وزيارة المستشفيات: قد تكون المستشفيات مصدراً للعدوى، وقد يكون عدد الكوادر الطبية قليلاً بسبب ظروف العيد، أو قد يكون هناك مرضى آخرون بحاجة ماسة للمساعدة. فلا تعرض نفسك لأي خطر. احفظ المواد الكيميائية والبخاخات بعيداً عن متناول طفلك، وتجنب ألعاب معينة للأطفال، كالمسدسات المزودة بخزن، وتجنب الألعاب القذفية مثل ألعاب رماية الأقواس والأسهم وألعاب إطلاق الصواريخ، وخذ حذرك عند الطهو أو استخدام الأجسام الساخنة.

5- التزام مراسم العيد قدر الإمكان: العيد فرصة للإحسان والتجمعات، وفرحة للأطفال. ويمكنك المحافظة على هذه الفرصة قدر المستطاع. مثلاً، تواصل مع الفقراء وأنت ملتزم توصيات الوقاية والتعقيم، ويمكنك شرح هذا لهم، كي لا تجرح مشاعرهم. ومن الأفكار الجيدة أيضاً، التواصل الجماعي عبر التطبيقات التي تتيح إمكانية الاتصال بالفيديو لتبادل عبارات المحبة والأمنيات، ما يقلل التوتر ويشعر بقرينهم منك.

6- نظم ميزانيتك: حدد بشكل دقيق الموازنة المتاحة للإنفاق في العيد، بحيث لا تخل هذه الموازنة بالمتطلبات الأخرى المهمة، وبحيث لا تؤدي إلى عجز في ميزانية الشهر التالي، خصوصاً أن الكثير في ظل جائحة كورونا قد تضرر دخلهم المادي بشكل أو بآخر.

7- بالنسبة لمرضى كورونا أو المشتبه

### يجب اتباع الإجراءات الصحية حتى لو تم تخفيف إجراءات الحظر في بلدك

فيهم: يجب ألا ننسى ما يميز به مرضى كورونا والمشتبه فيهم أو حتى المرضى الآخرون من ظروف نفسية وجسدية صعبة، وهم يقضون العيد بمعزل عن البشر، ويصارعون الأهم وحزنهم الشديد بمرور العيد. لكن يمكننا التخفيف عنهم من طريق الاتصال بهم والسؤال عنهم إذا كان ذلك ممكناً بالنسبة إليهم، أو الدعاء لهم والاتصال بعائلاتهم للاطمئنان.



يجب مراعاة التوصيات الصحية للوقاية من كورونا خلال زيارات العيد (Getty)

## ثلث اطفال العالم لديهم مستويات رصاص خطيرة في الدم

وجاء في التقرير: «النتيجة التي لا لبس فيها لهذا البحث هي أن الرصاص يسمم الأطفال في أنحاء العالم على نطاق هائل ولم يتم التعرف عليه من قبل». وأشار إلى مجموعة واسعة من العوامل المسؤولة عن المستويات المرتفعة من الرصاص في دماء الأطفال، منها التخلص غير الملائم من بطاريات الرصاص الحمضية والبيوت المطلية بالرصاص ومستودعات النفايات الإلكترونية المطلية بالرصاص والأغذية الملوثة بسبب الأواني الخزفية المطلية بالرصاص. وأضاف التقرير أنه كلما زادت الفترة التي لا يكتشف فيها التسمم في الدم ويبقى دون علاج، يصبح الأمر أكثر خطورة وربما يكون مميتاً.

أفادت دراسة جديدة بأن ما يقرب من ثلث الأطفال في أنحاء العالم لديهم مستويات مرتفعة من الرصاص في الدم، حيث يؤدي التلوث بالرصاص إلى تعرض ملايين الصغار لخطر الإصابة بضرر عقلي أو بدني يتعذر شفاؤه. وأظهرت الدراسة التي أجرتها منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسف)، أن نحو 800 مليون طفل لديهم مستوى خمسة ميكروغرامات من الرصاص في كل عشر لتر أو أعلى في مجرى الدم، وهي مستويات تعد مرتفعة بما يكفي للإضرار بنمو الأدمغة والأجهزة العصبية والأعضاء الحيوية مثل القلب والرئتين، وقالت منظمة الصحة العالمية إن المستويات المرتفعة من الرصاص في دماء الأطفال «سبب للتحرك».

## معلومة تهلك

