

## التهوية السيئة تزيد خطر الإصابة بكورونا

موسكو - تشير أحدث الدراسات إلى أهمية حركة الهواء في المكان في الإصابة بفيروس كورونا. وأعلن عالم الفيروسات وأخصائي المناعة الدكتور بافل فولتشكوف، أن الأماكن ذات التهوية السيئة، تزيد كثيرا من خطر الإصابة بكوفيد - 19، وأكد أن الغرض من المكان غير مهم، بقدر أهمية نظام التهوية فيه. وقال "إذا كانت حركة الهواء في أي مكان مغلق ضعيفة وسيئة، فإنه يزيد من خطر الإصابة".

كما أشار فولتشكوف إلى دور وسائط النقل في المساهمة في انتشار العدوى، ذلك أن وسائط النقل العام وخاصة في ساعات الذروة، والطوابير وأماكن التجمعات حيث يكون الناس على اتصال وثيق لفترة طويلة، تأتي في المرتبة الثانية من ناحية خطر انتقال عدوى كوفيد - 19. وتأتي البارات والمطاعم والنوادي في المرتبة الثالثة.

وأكد الخبراء على ضرورة أخذ الحذر عند التواجد في الملاعب الرياضية والمعابد والمقاهي، وحتى عند زيارة عيادات طب الأسنان.

وأشاروا إلى أن الكثيرين لم يعودوا يستخدمون الكمامات والقفازات، ولا يهتمون حتى بالمسافة الفاصلة بينهم وبين الآخرين، ما تسبب في تفاقم الوضع.

وكتفت دراسة أجريت حول نقشي وباء كورونا أن ستة من كل 10 بالغين لا يرتدون قناع الوجه عندما يكونون في حانة أو مطعم والتي أعيد افتتاحها بعد إجراءات تخفيف قيود الإغلاق، وأن أقل من 16 في المئة من الأشخاص فقط يفكرون في ارتداء قناع خلال الخروج من المنزل.

كما أظهرت الدراسات في الواقع، أن أقنعة الوجه إلى جانب عمليات الإغلاق يمكن أن تحد من الموجة الثانية من نقشي فيروس كورونا، إلا أن الكثيرين يجمعون عن ارتدائها ما دفع الباحثين إلى التحقيق في الأسباب الكامنة وراء ذلك. وحذرت دراسة أجرتها كلية لندن للصحة والطب الاستوائي من إقامة حفلات الزفاف وأعياد الميلاد والجنائز بالأماكن ذات التهوية السيئة مما يؤدي لزيادة خطر الإصابة بفيروس كورونا بمعدل 3 أضعاف، مؤكدة أن هذه الحفلات هي أكثر التجمعات التي تساهم في نقل العدوى بفيروس كورونا.

وأشارت الدراسة إلى أنه عندما تلتقي مجموعات كبيرة في بيئات سيئة التهوية، يرتفع معدل الإصابة وينتشر الفيروس ثلاث مرات أسرع، ما يعني كيفية الاحتفال إلى أماكن إقامة الشرايع الدينية والاحتفال بأعياد الميلاد يمكن أن يعرض الآلاف من الأشخاص للخطر بسبب ارتفاع معدل العدوى.

# موجة محتملة من الإصابات بتلف دماغي مرتبط بكوفيد - 19

## الفايروس قادر على الاختباء داخل الأعصاب وإعادة تنشيط نفسه



تبعات عصبية طويلة الأمد تهدد مرضى كوفيد - 19

عاما. ونشرت هيلمز وملاؤها دراسة في دورية "نيو إنغلاند" الطبية توثق الأعراض العصبية لمرضى كورونا المستجد، التي تراوحت بين اضطرابات معرفية وتشوش وارتباك، وكلها أعراض للاعتلال الدماغي، أو تلف الدماغ. ولاحظ أيضا باحثون في وهان نفس الأعراض لدى مرضى فيروس كورونا المستجد.

ونشرت الآن أكثر من 300 دراسة حول العالم، تشير إلى شيعوع أعراض الاضطرابات العصبية بين مرضى فيروس كورونا المستجد، بما فيها الأعراض الطفيفة مثل الصداع وفقدان حاسة الشم والوخز الخفيف، والأعراض الحادة مثل احتباس الكلام أو فقدان القدرة على النطق، والسكتة الدماغية والنوبات التشنجية. وتبقى عمليات التشريح التي تجرى على ضحايا كوفيد - 19 قادرة بشكل أساسي على إيضاح العديد من التساؤلات بشأن قدرة الفايروس على اللوجج إلى الدماغ وبشأن ما يفعله به.

قد وصفت مرضى كورونا الذين استقبلهم قسم العناية المركزة بانهم كانوا في حالة هياج شديد، وكان الكثير منهم يعانون من أعراض اضطرابات عصبية، مثل التشوش والارتباك والذهيان.

### العلماء يتوقعون موجة من تلف الدماغ قد تكون مماثلة لجائحة التهاب الدماغ السباتي في عشرينات القرن الماضي

وقالت هيلمز "اعتدنا أن نرى بعض المرضى في غرفة العناية المركزة تعترتهم نوبات انفعالية شديدة ويحتاجون لمهدئات، لكن هؤلاء المرضى كانوا في حالة هياج مرعب، لم نر لها مثيلا من قبل. وأشارت إلى أن أكثرهم كانوا شبابا في الثلاثينات أو الأربعينات من العمر مؤكدة أن أدهمهم كان عمره 18

يمكن أن تصاحبها أضرار دائمة على الأشخاص الذين يتعافون من كوفيد - 19، فالنوبات العصبية والسكتات الدماغية يمكن أن تسبب ضررا دماغيا تكون له تبعات طويلة الأمد، على سبيل المثال، والكثير من أولئك الذين يخضعون لهذا النوع من العواقب سوف يحتاجون إلى رعاية لاحقة وإعادة تأهيل.

كما أشار ناث إلى أن الفايروس يمكن أن يعود بمشكلات ثانوية أطول أمدا، بعضها يمكن أن يأتي في شكل متلازمات إرهابا ما بعد الفايروس، وبعضها في شكل من متلازمة غيلان بارييه، التي تُشخص بضعف وظائف الأعصاب المحيطية. وقال ناث "كما لو أنه شلل تصاعدي فهو يبدأ من القدمين ويستمر صعودا، وبعض الحالات مؤقتة، في حين يختبر البعض الآخر إعاقاة دائمة قد تنتهي بالوفاة.

من جهتها كانت الطبيبة بقسم العناية المركزة جولي هيلمز، بمستشفى جامعة ستراسبورغ شمال شرقي فرنسا

اكتشف العلماء أن فايروس كورونا يمكن أن يؤدي إلى مضاعفات شديدة بالجهاز العصبي من بينها الالتهاب والذهيان، ما جعلهم يحذرون من موجة محتملة من الإصابات بتلف دماغي، ويتوقعون حدوث جائحة قد تكون مماثلة لجائحة التهاب الدماغ السباتي في عشرينات وثلاثينات القرن الماضي بعد جائحة الإنفلونزا عام 1918.

ولندن - حذر علماء من موجة محتملة من الإصابات بتلف دماغي ناتج عن الإصابة بفايروس كورونا حيث أشارت أدلة جديدة إلى أن كوفيد - 19 يمكن أن يؤدي إلى مضاعفات شديدة بالجهاز العصبي من بينها الالتهاب والذهيان.

ووصفت دراسة أجراها باحثون في جامعة لندن 43 حالة لمرضى كوفيد - 19 عانوا من اختلال وظيفي مؤقت في الدماغ، أو جلطات دماغية، أو تلف في الأعصاب أو آثار خطيرة أخرى في الدماغ.

ويعزز البحث دراسات حديثة خلصت أيضا إلى أن المرض يمكن أن يصيب الدماغ بتلف. وقال مايكل زاندي من معهد علم الأعصاب في جامعة لندن الذي شارك في الإشراف على الدراسة "سنرى ما إذا كنا سنشهد جائحة على نطاق كبير من تلف الدماغ المرتبط بالجائحة قد تكون مماثلة لجائحة التهاب الدماغ السباتي في عشرينات وثلاثينات القرن الماضي بعد جائحة الإنفلونزا في عام 1918".

وحذر الباحثون من أن الأطباء بحاجة إلى أن يكونوا على دراية بخطر الآثار العصبية، للمساعدة في التشخيص المبكر وتحسين نتائج المرضى. وقال زاندي "حددنا عددا أكبر من المتوقع من الأشخاص الذين يعانون من أمراض عصبية مثل التهاب الدماغ".

وأضاف أن ظهور هذه الحالات "لم يكن مرتبطا دائما بشدة أعراض الجهاز التنفسي، ويجب أن نكون متيقظين وأن نبحث عن هذه المضاعفات لدى الأشخاص الذين لديهم كوفيد - 19".

ووصفت دراسة أجراها باحثون في جامعة لندن 43 حالة لمرضى كوفيد - 19 عانوا من اختلال وظيفي مؤقت في الدماغ، أو جلطات دماغية، أو تلف في الأعصاب أو آثار خطيرة أخرى في الدماغ.

ويعزز البحث دراسات حديثة خلصت أيضا إلى أن المرض يمكن أن يصيب الدماغ بتلف. وقال مايكل زاندي من معهد علم الأعصاب في جامعة لندن الذي شارك في الإشراف على الدراسة "سنرى ما إذا كنا سنشهد جائحة على نطاق كبير من تلف الدماغ المرتبط بالجائحة قد تكون مماثلة لجائحة التهاب الدماغ السباتي في عشرينات وثلاثينات القرن الماضي بعد جائحة الإنفلونزا في عام 1918".

وحذر الباحثون من أن الأطباء بحاجة إلى أن يكونوا على دراية بخطر الآثار العصبية، للمساعدة في التشخيص المبكر وتحسين نتائج المرضى. وقال زاندي "حددنا عددا أكبر من المتوقع من الأشخاص الذين يعانون من أمراض عصبية مثل التهاب الدماغ".

وأضاف أن ظهور هذه الحالات "لم يكن مرتبطا دائما بشدة أعراض الجهاز التنفسي، ويجب أن نكون متيقظين وأن نبحث عن هذه المضاعفات لدى الأشخاص الذين لديهم كوفيد - 19".

وأضاف أن ظهور هذه الحالات "لم يكن مرتبطا دائما بشدة أعراض الجهاز التنفسي، ويجب أن نكون متيقظين وأن نبحث عن هذه المضاعفات لدى الأشخاص الذين لديهم كوفيد - 19".

## خلل في الاتصال بين المخ والمثانة يؤدي إلى السلس البولي

يتعلم المريض كيفية استعمال العضلة العاصرة وقاع الحوض بصورة صحيحة، وبالتالي يتم دعم المثانة بشكل أفضل في حالة الإصابة بالسلس البولي الإلحاحي.

بالإضافة إلى وجود تحميلة يمكن إدخالها في المهبل مثل السداة القطنية أو التامبون مع حالات السلس البولي الإلحاحي، وتعمل هذه التحميلة على دعم قاع الحوض والعضلة العاصرة، أثناء ممارسة الرياضة. وأضافت لامليل قائلة "على الرغم من أن هذه التحميلة متاحة في الصيدليات دون وصفة طبية، إلا أنه لا يجوز استعمالها إلا تحت إشراف طبيب؛ نظرا لوجود الكثير من الأحجام والأشكال والمواد المختلفة". ويجب أن تتناسب التحميلة مع حالة المريضة واحتياجاتها، ويمكن علاج بعض حالات السلس البولي بواسطة الأدوية والهرمونات.

وأشارت بيشرز إلى أنه يمكن اللجوء إلى التدخل الجراحي في الخطوة الأخيرة، كما يمكن استعمال شريط لدعم قاع الحوض، علاوة على وجود إمكانية لحقن البوتوكس في المثانة لعلاج سلس البول، ويعمل ذلك على منع المثانة من استقبال الإشارة العصبية الخاصة بتفريغها.

وترتبط طريقة العلاج المناسبة بالظروف الفردية لكل مريض، كما أن التوقيت المناسب يعتبر من العوامل المهمة أيضا في العلاج، ولذلك يتعين على الأشخاص استشارة الطبيب فور حدوث السلس البولي.

كبيرة، وعادة ما يتم البدء بعلاج معتدل مثل العلاج الطبيعي أو العلاج السلوكي؛ حيث يتعلم المرضى، الذين يعانون من السلس البولي الإلحاحي، على الأقل الحد من شدته بدرجة كبيرة بعد الولادة. وأوضحت بيشرز أن علاج السلس البولي يرتبط بنوعه وأسبابه بدرجة

وبدورها أشارت أخصائية العلاج الطبيعي الألمانية الموت كووينج، إلى أنه يمكن العمل بشكل وقائي لمنع حدوث السلس البولي بعد الولادة تماما أو على الأقل الحد من شدته بدرجة كبيرة بعد الولادة. وأوضحت بيشرز أن علاج السلس البولي يرتبط بنوعه وأسبابه بدرجة

السلس البولي يرتبط أيضا بحالة قاع الحوض نفسه. وأضافت لامليل قائلة "تعاني بعض السيدات من ضعف النسيج الضام بشكل وراثي، علاوة على أن زيادة الوزن والتدخين يعتبران من عوامل الخطورة الأخرى". ولذلك يتعين على السيدات تقوية قاع الحوض قبل الولادة.

الإلحاحي من خلال حاجة الأشخاص إلى الذهاب إلى المراض فجأة، وغالبا لا يتمكنون من التحكم في البول حتى الوصول إلى الحمام، وعلى الجانب الأخرى يظهر السلس البولي الإلحاحي بشكل مباشر في المواقف، التي يتم فيها الضغط على قاع الحوض، على سبيل المثال عند العطس أو السعال أو القفز.

وأضافت بيشرز قائلة "بالطبع هناك أشكال مختلطة من سلس البول". علاوة على ذلك يمكن أن يظهر السلس البولي ارتباطا بأمراض أخرى، مثل تصلب المتعد أو مرض باركنسون أو الخرف أو داء السكري أو السكتة الدماغية أو عند تناول بعض الأدوية والعقاقير.

ويعتبر الرجال أكثر عرضة للإصابة بالسلس البولي الإلحاحي، وغالبا ما يحدث ذلك بعد إجراء جراحة البروستاتا، أما السيدات فيتعرضن للإصابة بالسلس البولي الإلحاحي في أغلب الأحيان؛ نظرا لأن التغيرات الهرمونية أثناء فترة انقطاع الطمث تحفز حدوث ذلك.

ومن جانبها، أشارت البروفيسورة دانيلا شولتز لامليل، العضو بالجمعية الألمانية للتحكم في البول، قائلة "غالبا ما يتعرض قاع الحوض للإجهاد الزائد بعد الولادة أو قد يتعرض للإصابة، وهو ما يؤدي إلى حدوث السلس البولي". وفي مثل هذه الحالة لا تعد شدة الإجهاد هي العامل الحاسم فقط، الذي يؤثر على قاع الحوض، ولكن

برلين - تعتبر مشكلة السلس البولي أو فقدان التحكم في المثانة مشكلة شائعة لدى جميع الفئات العمرية وتسبب حرجا شديدا في مواقف الحياة اليومية.

وتتعدد أسباب السلس البولي وتتراوح درجة شدته بين تسرب البول من حين إلى آخر عند السعال أو الحاجة الملحة للتبول بشكل مفاجئ وقوي إلى درجة أن المرء لا يصل إلى المراض في الوقت المناسب. كما تتنوع طرق العلاج بين الأدوية والعلاج الطبيعي والعلاج السلوكي حتى التدخل الجراحي.

### طرق علاج السلس البولي تتنوع بين الأدوية والعلاج الطبيعي والعلاج السلوكي حتى التدخل الجراحي

وأوضحت البروفيسورة أورسولا بيشرز أنه يمكن التمييز بين نوعين من السلس البولي، وهما: السلس البولي الإلحاحي والسلس البولي الإلحاحي. وأضافت أخصائية أمراض النساء والولادة الألمانية قائلة "في حالة السلس البولي الإلحاحي تكون المثانة نفسها هي المشكلة أو وجود خلل في الاتصال بين المخ والمثانة، أما في حالة السلس البولي الإلحاحي فإن سببه يرجع إلى وجود خلل في العضلة العاصرة وقاع الحوض". ويظهر السلس البولي



السلس البولي على علاقة بالخرف والسكتة الدماغية