

## الشباب الأكثر تضررا من موجة الوباء الثانية في تونس

وتقول "التفكير باحتمال الإصابة بفيروس كورونا يبدو أمرا مرعبا رغم انتشار الوباء"، وتتابع "لأن فكرة أن تبقى في مواجهة مجهول مستعجل كالموت لا يطلب الإذن.. فيما تنتهي حلول الطب ويقتن الأمر متروكا للمناعة في مصارعة غير حرة مع هذا الفيروس... في الحقيقة هو أمر مرعب".

وحتى مع بداية ظهور الأعراض من صداع وأوجاع وارتفاع درجات الحرارة، لم تتوقع فانتن أن تكون من ضمن المصابين بكورونا، لكن حين تأكدت من الإصابة أقرت أنه انتابها الصدمة والذهول، وما جعلها تشعر بالصدمة في الوهلة الأولى أنها أصبحت، حسب تعبيرها، من أولئك الذين تحصى وزارة الصحة أعدادهم يوميا.

وتابعت مستدركة "لكنني استوعبت الأمر بعد ذلك خلال العزل وتغيرت أولوياتي، وما يهمني هو أن يكون من يرافقني بخير ولم يتعرض للعدوى". وتخلص بالقول "مازلت أعاني من الأعراض فقط لا أكثر ولا أقل. وأنا على أمل الشفاء واستعادة حياتي الطبيعية رغم أن الحياة بعد كورونا لن تكون نفسها قبله".

أمنة جبران  
صحافية تونسية



تونس - اعتبر كوفيد - 19 في البداية مرضا يصيب كبار السن، خصوصا المسنين ممن يعانون مشاكل صحية وأمراضا مزمنة، حسب منظمة الصحة العالمية، لكن مع انتشاره الواسع تبين أن الشباب ليس بمانين من الوباء وعلى العكس فهم الفئة العمرية التي باتت تلعب دورا كبيرا في نقل العدوى، وهو ما توضح بشكل كبير خلال الموجة الثانية من انتشار الفيروس.

ورصدت منظمة الصحة العالمية طفرات في انتشار العدوى بدول العالم، خاصة حين توجه الشباب إلى ممارسة أنشطتهم المفضلة مثل العلب الليلية أو قاعات الرياضة أو ارتداء الشواطئ خلال الموسم الصيفي الأخير. وأكدت أن انتشار فيروس كورونا يقوده بشكل متزايد أشخاص أعمارهم بين العشرينيات والثلاثينات والأربعينات، فيما لا يدرك كثيرون أنهم أصيبوا بالعدوى.

ومن بين الدول التي شهدت ارتفاعا لافتا في عدد الإصابات في صفوف الشباب الأوتة الأخيرة: تونس التي تعيش وضعا صحيا مقلقا مع بلوغ عدد الإصابات إلى أكثر من 7700 إصابة جديدة بين يومي 13 و16 من شهر أكتوبر الجاري.

ويعد الشباب أكثر فئة عمرية تضررا من الوباء في تونس، وأكد الهاشمي الوزير مدير معهد باستور وعضو لجنة كورونا في حديثه لـ "العرب" صحة ما تداوله سوا عبر تقارير إعلامية أو وسائل التواصل الاجتماعي التي أشارت إلى تفشي الوباء في صفوف الشباب كما نقلت قصص وتجارب البعض منهم في تعاطيهم مع الفيروس.

وبين الهاشمي الوزير أنه "وقع تسجيل في الأوتة الأخيرة حالات عدوى لجميع الأعمار، لكنها منتشرة بصفة أكبر في صفوف الشباب بعد أن انتشر الوباء بشكل مجتمعي". ولفت إلى أن "الوباء استهدف مؤخرا الفئات العمرية التي تتراوح بين 14 وأربعين عاما". وتابع "نسب العدوى لدى الشباب من أعلى النسب مقارنة بالأعمار الأخرى".

وسبق أن كشفت المدير العام للمركز الوطني للأمراض الجديدة والمستجدة والناطقة الرسمية باسم وزارة الصحة نضال بن علي في تصريح صحافي سابق، عن معطيات تتعلق بالشريحة العمرية للمصابين بكورونا والوفيات في بلدنا.

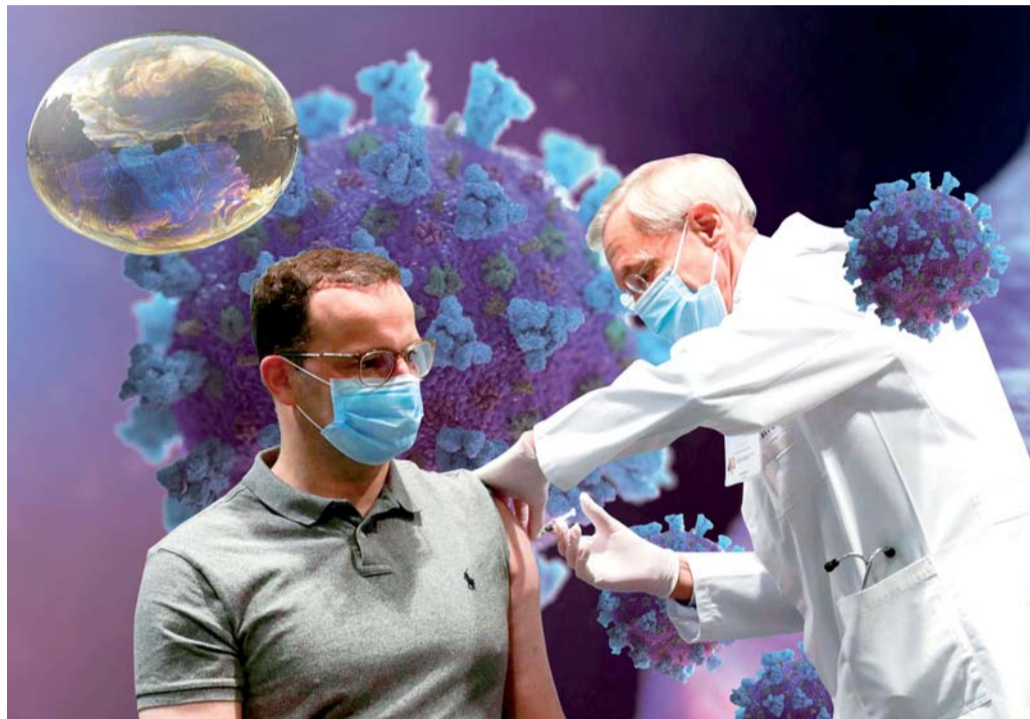
وقالت إن معدل أعمار المصابين يتراوح بين 41 و43 عاما، وأوضحت أن أكثر الإصابات تم تسجيلها بالفئة العمرية التي تتراوح بين 15 عاما و44 عاما بشكل عام، مشيرة إلى أن أصغر المصابين بفيروس كورونا في تونس (رضيع يبلغ من العمر شهرا)، وأكبرهم يبلغ 93 سنة.

وفيما يستقبل جل من أعلن ثبوت إصابته بكورونا بشجاعة كبيرة، إلا أنه في المقابل لم يستطع الكثير من الشباب إخفاء وقع الصدمة والمفاجأة لديهم أو حجم ارتباكهم مما سيلاحقهم من وصم اجتماعي بسبب إصابة بمرض معد وقاتل، حيث تلاحقهم تهم نقل العدوى للآخرين وتعريض حياتهم للخطر.

وشاركت فانتن خليفة وهي صحافية شابة تونسية في حديثها مع "العرب" تجربتها مع الوباء، "فهي تقاوم بثقة كبيرة في الانتصار عليه كما تحطت بمرحلة تقبل المرض، وتتعايش مع الإصابة بالفيروس كواقع".

## التعايش مع «فايروس كوفيد المستمر» يؤرق المتعافين منه

مرضى كورونا يعانون من أعراض منهكة بعد أشهر من الإصابة بالوباء



ضحايا الوباء بحاجة إلى المزيد من الدعم

المستشفى، لكن آخرين أبلغوا عن تجارب غيرت حياتهم بعد معاناتهم من عدوى عولجوا منها في المنزل، وأصبحت الأعراض أكثر حدة مع مرور الوقت". وقالت معدة التقرير الدكتورة إيلين ماكسويل، إنها افترضت أن أولئك الذين عانوا من أعراض حادة من كوفيد - 19 سيثابرون أكثر وأن الأشخاص الذين وضعوا لآثار أقل هم أيضا معرضون لآثار أقل ولكن على المدى الطويل.

التعايش مع كوفيد

لكن الدراسة كشفت عكس ذلك. وقالت الدكتورة ماكسويل "نحن نعلم الآن أن هناك أشخاصا ليس لديهم سجل إصابة بكوفيد يعانون أكثر من شخص تم وضعه على جهاز التنفس الاصطناعي لمدة أسابيع". وهذه الآثار المنهكة على بعض الناس يمكن أن تشكل "عبئا كبيرا على هيئة الخدمات الصحية الوطنية".

ويدعو التقرير إلى تقديم الدعم في المجتمع بالإضافة إلى عيادات المستشفى الشاملة التي تم الإعلان عنها مؤخرا للذين يعانون من أعراض كوفيد طويلة الأمد. ويضيف أنه من المحتمل أن يكون لكوفيد المستمر، تأثير غير متناسب على مجموعات معينة، مثل السود أو الآسيويين وكذلك أولئك الذين يعانون من مشاكل في الصحة العقلية أو صعوبات التعلم.

وأضافت الدكتورة ماكسويل "هدفا هو أن نستخدم خدمات الرعاية الصحية هذه المراجعة لفهم أفضل للتجارب التي يمكن للمرضى أن يتعاملوا معها، وتزويدهم بإمكانية الوصول إلى العلاج والرعاية والدعم الذي يحتاجون إليه".

إلى الكلى والأمعاء والكبد والجلد. وبقي بعض المصابين في المستشفى لفترة طويلة بسبب إصابتهم بمرض كورونا الحاد، لكن آخرين ممن أصيبوا بعدوى خفيفة، لم يتم اختبارهم أو تشخيصهم. ووفقا للدراسة فإن التوصل إلى "تشخيص عملي" لكوفيد - 19 المستمر من شأنه أن يساعد الناس في الوصول إلى الدعم. ويقول التقرير "لقد أصبح من الواضح أن عدوى كوفيد - 19 بالنسبة لبعض الأشخاص مرض طويل الأمد". وأضاف "بالنسبة للبعض، ذلك مرتبط بإعادة تأهيلهم بعد دخول

العدوى الأكثر خطورة في غضون ثلاثة أسابيع. لكن التقرير يقول إن الآلاف قد يتعافون مع "كوفيد المستمر". ومع ارتفاع حالات الإصابة بفيروس كورونا في جميع أنحاء المملكة المتحدة، فمن المرجح أيضا أن يزداد هذا العدد في الأشهر المقبلة. واستنادا إلى مقابلات مع 14 عضواً من مجموعة دعم للذين يعانون من أعراض كوفيد طويل الأمد على فيسبوك وأحدث الأبحاث المنشورة، كتشفت الدراسة الجديدة أعراضاً متكررة تؤثر على كل شيء بدءاً من التنفس والدماغ والقلب ونظام القلب والأوعية الدموية

## الارتياح من اللقاح يُعيق تحقيق مناعة ضد الفايروس

باريس - دعا علماء الحكومات إلى العمل على إنهاء أي ارتياح يشعر به الناس إزاء لقاح يُطرح في المستقبل ضد كوفيد - 19 قد يعيق تحقيق مناعة مثالية باللقاح، وفقاً لدراسة نشرت الثلاثاء. وحذر مؤلفو الدراسة التي أجريت في يونيو ونشرت في دورية نيتشر مديسين من أنه "في معظم الدول التسعة عشرة التي شملتها الدراسة، فإن المستويات الحالية لقبول لقاح ضد كوفيد - 19 غير كافية لتلبية متطلبات مناعة المجتمع". وقال في 72 في المئة من 13400 شخص شملهم الاستطلاع في 19 دولة أنهم سيأخذون اللقاح إذا "أظهر اللقاح المتاح ضد كوفيد - 19 فعاليته وسلامته"، بينما أجاب 14 في المئة أنهم سيرفضون ذلك فيما أبدى 14 في المئة ترددهم.

ويتغير معدل قبول اللقاح بشدة إذ سجلت ثلاث دول أقل من 60 في المئة في فرنسا (58.8 في المئة) وبولندا (56.3 في المئة) وروسيا (54.8 في المئة)، وتجاوزت ثلاث دول 80 في المئة هي الصين والبرازيل وجنوب أفريقيا. وقال جيفري في. لازاروس الباحث في معهد الصحة الدولية في برشلونة وأحد منسقي الدراسة، "لقد وجدنا أن مشكلة التردد في أخذ اللقاح على ارتباط قوي بانعدام الثقة في الحكومة". وقال مؤلفو الدراسة إنه "يتضح بشكل متزايد أن السياسة الشفافة والقائمة على الأدلة والتواصل الواضح والدقيق ستكون مطلوبة من جميع أصحاب المصلحة"، بدءاً من الحكومات، وإجراء حملات وقائية فعالة، يدعو العلماء إلى "الشرح الدقيق لمستوى فعالية اللقاح والوقت اللازم للحماية (بجرعات متعددة، إذا لزم الأمر)

واعتقد القيمين على هذه الدراسة التي نشرت في مجلة "نيتشر فود" الإجراءات التي توصي بها منظمة الصحة العالمية لتحضير حليب الرضيع في النماذج الأكثر مبيعا من هذه القوارير المصنوعة من البوليبروبيلين مع تعقيم القطع ثم تحضير حليب الرضيع بماء مغلية على حرارة 70 درجة مئوية للقضاء على البكتيريا الخطرة.

وتبين لهم أن بعض القوارير تصد كتمية من الميكروبلستيك قد تصل إلى 16 مليون جسيم في اللتر الواحد وأن الحرارة تلعب دوراً أساسياً في هذا الإطار. فإذا ما سُخِّنت المياه على حرارة 95 درجة مئوية، قد تصل هذه الكمية إلى 55 مليوناً في اللتر الواحد وهي قد تنخفض إلى ما دون نصف مليون بقليل في حال استخدمت مياه مغلية على حرارة 25 درجة، ويبتلع مثلاً رضيع في

بعض التوصيات للحد من هذه المشكلة التي لا تُعرف بعد آثارها على الصحة. واعتمد القيمين على هذه الدراسة التي نشرت في مجلة "نيتشر فود" الإجراءات التي توصي بها منظمة الصحة العالمية لتحضير حليب الرضيع في النماذج الأكثر مبيعا من هذه القوارير المصنوعة من البوليبروبيلين مع تعقيم القطع ثم تحضير حليب الرضيع بماء مغلية على حرارة 70 درجة مئوية للقضاء على البكتيريا الخطرة.

وتبين لهم أن بعض القوارير تصد كتمية من الميكروبلستيك قد تصل إلى 16 مليون جسيم في اللتر الواحد وأن الحرارة تلعب دوراً أساسياً في هذا الإطار. فإذا ما سُخِّنت المياه على حرارة 95 درجة مئوية، قد تصل هذه الكمية إلى 55 مليوناً في اللتر الواحد وهي قد تنخفض إلى ما دون نصف مليون بقليل في حال استخدمت مياه مغلية على حرارة 25 درجة، ويبتلع مثلاً رضيع في

## تحذيرات من مخاطر زجاجات الرضاعة البلاستيكية

شهره الثاني عشر كل يوم ما يعادل 1.5 مليون جزء من الميكروبلستيك، بحسب الباحثين الذين استندوا خصوصا في أبحاثهم إلى أرقام مبيعات زجاجات الحليب وكمية الحليب المستهلكة في اليوم في 48 بلدا.

بعض التوصيات للحد من هذه المشكلة التي لا تُعرف بعد آثارها على الصحة. واعتمد القيمين على هذه الدراسة التي نشرت في مجلة "نيتشر فود" الإجراءات التي توصي بها منظمة الصحة العالمية لتحضير حليب الرضيع في النماذج الأكثر مبيعا من هذه القوارير المصنوعة من البوليبروبيلين مع تعقيم القطع ثم تحضير حليب الرضيع بماء مغلية على حرارة 70 درجة مئوية للقضاء على البكتيريا الخطرة.

وتبين لهم أن بعض القوارير تصد كتمية من الميكروبلستيك قد تصل إلى 16 مليون جسيم في اللتر الواحد وأن الحرارة تلعب دوراً أساسياً في هذا الإطار. فإذا ما سُخِّنت المياه على حرارة 95 درجة مئوية، قد تصل هذه الكمية إلى 55 مليوناً في اللتر الواحد وهي قد تنخفض إلى ما دون نصف مليون بقليل في حال استخدمت مياه مغلية على حرارة 25 درجة، ويبتلع مثلاً رضيع في

وقد لاحظوا أن التعرض لهذه الجزيئات هو أكثر شدة في البلدان المتقدمة حيث الرضاعة الطبيعية أقل انتشارا مع 2.3 مليون في أميركا الشمالية و2.6 مليون في أوروبا. وقال جون بولاند الذي شارك في إعداد هذه الدراسة "لا نريد المبالغة في تحذير

بعض التوصيات للحد من هذه المشكلة التي لا تُعرف بعد آثارها على الصحة. واعتمد القيمين على هذه الدراسة التي نشرت في مجلة "نيتشر فود" الإجراءات التي توصي بها منظمة الصحة العالمية لتحضير حليب الرضيع في النماذج الأكثر مبيعا من هذه القوارير المصنوعة من البوليبروبيلين مع تعقيم القطع ثم تحضير حليب الرضيع بماء مغلية على حرارة 70 درجة مئوية للقضاء على البكتيريا الخطرة.

وتبين لهم أن بعض القوارير تصد كتمية من الميكروبلستيك قد تصل إلى 16 مليون جسيم في اللتر الواحد وأن الحرارة تلعب دوراً أساسياً في هذا الإطار. فإذا ما سُخِّنت المياه على حرارة 95 درجة مئوية، قد تصل هذه الكمية إلى 55 مليوناً في اللتر الواحد وهي قد تنخفض إلى ما دون نصف مليون بقليل في حال استخدمت مياه مغلية على حرارة 25 درجة، ويبتلع مثلاً رضيع في

بعض التوصيات للحد من هذه المشكلة التي لا تُعرف بعد آثارها على الصحة. واعتمد القيمين على هذه الدراسة التي نشرت في مجلة "نيتشر فود" الإجراءات التي توصي بها منظمة الصحة العالمية لتحضير حليب الرضيع في النماذج الأكثر مبيعا من هذه القوارير المصنوعة من البوليبروبيلين مع تعقيم القطع ثم تحضير حليب الرضيع بماء مغلية على حرارة 70 درجة مئوية للقضاء على البكتيريا الخطرة.

وتبين لهم أن بعض القوارير تصد كتمية من الميكروبلستيك قد تصل إلى 16 مليون جسيم في اللتر الواحد وأن الحرارة تلعب دوراً أساسياً في هذا الإطار. فإذا ما سُخِّنت المياه على حرارة 95 درجة مئوية، قد تصل هذه الكمية إلى 55 مليوناً في اللتر الواحد وهي قد تنخفض إلى ما دون نصف مليون بقليل في حال استخدمت مياه مغلية على حرارة 25 درجة، ويبتلع مثلاً رضيع في



الإصابة بالفيروس تخلف آثارا نفسية صعبة



الميكروبلستيك مضر لصحة الرضع