

أعراض كورونا طويلة الأمد.. متعافون ليسوا بخير

معاناة صحية تحتاج إلى رعاية طبية ونفسية بعد التلقيح



التلقيح لا يكفي



أعراض أخرى بعد التطعيم

الأطباء، فإن هذا لن يكون مجدياً، وقال، "إنهم لا يعرفون ما الذي يحدث لدينا". وينصح كلوس فوجلماير الرئيس التنفيذي لمؤسسة الرئة الألمانية، المرضى الذين يعتقدون أنهم مصابون بمتلازمة عواقب كوفيد بمرقبة أعراضهم عن كثب وإبلاغ الطبيب، وقال "إذا استمر ضيق التنفس بعد ستة إلى ثمانية أسابيع، فيجب فحصه بالتأكيد".

وأعرب مولينفيلد عن دهشته من الإرشادات التي تخطط لها الجمعية الألمانية لأمراض الرئة وطب الجهاز التنفسي، مشيراً إلى أن الجمعية الألمانية للطب العام وطب الأسرة دمجت بالفعل موضوع العواقب طويلة الأجل لكورونا في إرشاداتها التوجيهية لمكافحة الجائحة. وأوضح أنه إذا وضعت اختصاصات أخرى إرشادات لمجموعات أخرى من

الذي خاضته، ولو لم تضع الصديقات الطعام على اعتبار منزلها كل يوم، لصارت أكثر ضعفاً اليوم. وتقول باولا "عليك أن تتعلم نفسك وتعتمد على محيطك الاجتماعي"، معربة عن أمنيتهما أن يتم أخذ مرضى مثلها على محمل الجد، وقالت "هناك حاجة ماسة لتدريب الأطباء على كيفية التعامل مع مرضى كوفيد الذين لم يتلقوا علاجاً سريعاً".

وأضافت أن التواصل مع الأطباء عن طريق الفيديو أو الهاتف للحصول على استشارة سيكون أمراً مناسباً في مثل هذه الحالات. ويعترف هانز-ميشائيل مولينفيلد من الجمعية الألمانية للطب العام وطب الأسرة، أنه يمكن إغفال بعض المرضى الذين يعانون من عواقب كورونا طويلة الأمد، وقال "يحدث هذا مع الأمراض النادرة مثل حالة ما بعد كوفيد"، مضيفاً أنه إذا اعترف طبيب الأسرة بأنه لا يعرف الحل، يُعتبر ذلك أمراً مسؤولاً، موضحاً أن العيادات الخارجية في المستشفيات التابعة للجامعات وجهة جيدة للبحث عن علاج من هذه المشكلات.

كوفيد"، موضحة أن هناك لا يُجرى سوى الاختبارات فقط. ويمكن رصد حوالي 20 عرضاً لدى المصابين، ويتصدهم ضعف القدرة على التحمل والتعب وضيق التنفس، وغالباً ما تحدث التغييرات في الرئتين لدى المرضى الذين تم علاجهم في المستشفى، كما يوضح ريمبرت. وبالإضافة إلى مشاكل الرئة والقلب، فإن اضطرابات الشم والتذوق هي أيضاً أعراض شائعة للغاية. ومن الشائع أيضاً تساقط الشعر واضطرابات النوم والضعف الإدراكي. ونادراً ما يتم التعبير عن أعراض تظهر في صورة طنين في الأذن أو غثيان أو إسهال أو فقدان للشهية.

وفي جميع مجموعات الأعراض الأكثر شيوعاً الثلاثة، تظهر مشكلات نفسية بشكل قوي، حيث يصبح المرضى أكثر عرضة للتوتر، وأكثر قلقاً واكتئاباً. وخلال مرحلة الإصابة الحادة والمرحلة اللاحقة من المرض، وجدت باولا نفسها وحيدة وليس أمامها سوى تجارب مرضى آخرين. وكانت الفيتامينات والمغنيسيوم وطاردات البلغم جزءاً من العلاج الذاتي

إذا كان التلقيح يحمي من خطر الوباء، فإنه لا يمنع من ظهور بعض الأعراض الصحية لما يسمى بكورونا طويلة الأمد، مثل ضيق التنفس وتساقط الشعر وألم الأذن وغيرها. لذلك هم يحتاجون إلى الرعاية الصحية من قبل الأخصائيين خاصة وأن هذه الأعراض لها تأثير نفسي لدخولهم في مرحلة شك بعد تعافيتهم من الفيروس.

منهم يعانون من مجموعة متنوعة من الأعراض. ضيق التنفس وتساقط الشعر وألم الأذن، هناك طيف واسع من الأعراض لعواقب الإصابة بفيروس كورونا. وبالنظر إلى هذا التنوع، يصعب على الأخصائيين أن ينسبوا مشكلات مرضاهم إلى كوفيد - 19، خاصة بعد مرور عدة أسابيع على الإصابة. ويقول ريمبرت كبير الأطباء في مستشفى "شون كلينيك بيرشتسجادنر لاند"، "يجب معالجة ذلك الآن.. نريد أن نقدم للأطباء إرشادات تسهل عليهم التعرف على عواقب العدوى". وتفيد الإرشادات التي كتبها ريمبرت مع خبراء من تخصصات أخرى، والتي ينوي نشرها قريباً، في التوصل إلى تشخيص أكثر إحكاماً وتوفير علاجات ممكنة.

ومن حيث مدة المعاناة، فإن الجمعية الألمانية لأمراض الرئة وطب الجهاز التنفسي تفرق بين فترة طويلة من الإصابة بكوفيد - 19 وعواقب طويلة الأمد للإصابة.

ويشار إلى استمرار أعراض الإصابة بكورونا لمدة تزيد عن أربعة أسابيع على أنها كوفيد طويل الأمد. وإذا كان المصابون لا يزالون يعانون من الأعراض بعد 12 أسبوعاً، فإنهم يعانون مما يطلق عليها "ما بعد كوفيد".

وقد يعاني من هذه التأثيرات الطبية والنفسية طويلة الأمد من أصيبوا بمرض حاد من المرض أو حتى من كانت أعراضهم خفيفة خلال الإصابة. وتحسنت الأعراض الأولية لباولا مثل الحمى والسعال الجاف والصدا، بعد ثلاثة أسابيع ونصف قضتها في الحجر الصحي في المنزل. وما تبقى لديها من أعراض هو ضيق التنفس والوهن. وتشعر باولا بأنها متروكة وحيدة مع شكاها، حيث قالت "خلال مرحلة المرض، أحالني طبيب الأسرة إلى عيادة

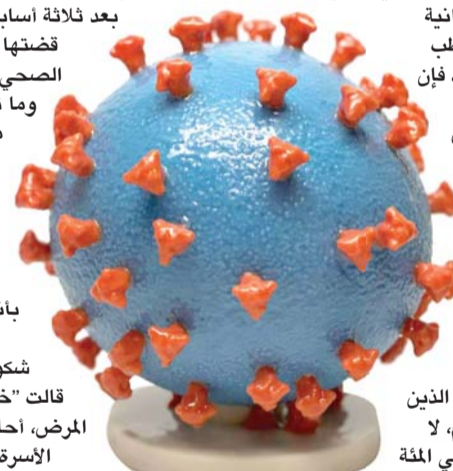
كارلسروه (ألمانيا) - كيف حال الأشخاص الذين تعافوا من الإصابة بكورونا، ولكنهم مازالوا في حالة صحية سيئة؟ يشعر هؤلاء الأشخاص على وجه الخصوص بأنهم متركون وحدهم مع مشكلاتهم الصحية. في ألمانيا يُجرى التخطيط لتوفير دليل إرشادي لتسهيل تعامل الأطباء مع متعافى كوفيد - 19 الذين يعانون من أعراض طويلة الأمد. الركض لمسافة خمسة كيلومترات لم يكن ذلك مشكلة بالنسبة إلى باولا. الآن بعد قطع مسافة 1.5 كيلومتر فقط جرياً، تتراخى باولا في سرعتها. السبب في ذلك بالفعل حدث قبل ثلاثة أشهر، عندما أصيبت بكورونا. وتقول باولا (52 عاماً) المنحدرة من مدينة كارلسروه الألمانية "أمشي الآن بدلاً من الركض لتتنسم الهواء ولأزيد سرعة النبض".

15

في المئة ممن أعلنوا شفاءهم لا يزالوا يعانون من مجموعة من الأعراض

وتعتبر باولا المهندسة الاقتصادية مريضة تمليحة تعافت من كوفيد - 19. إذا كنت مصاباً بأعراض حادة من كورونا، فإن الأعراض عادة ما تستمر لمدة تصل إلى أربعة أسابيع، لكن بالنسبة إلى الكثيرين مثل باولا دابليو، فإن المعاناة لا تنتهي.

وبحسب بيانات أندرياس ريمبرت من الجمعية الألمانية لأمراض الرئة وطب الجهاز التنفسي، فإن عدد الأشخاص الذين يعانون من عواقب طويلة الأمد من كورونا يُقدر عددهم بنحو 550 ألف شخص على مستوى ألمانيا. ويقول ريمبرت "من بين الذين تم إعلان شفائهم، لا يزال حوالي 15 في المئة



سلالة دلتا.. قصة رعب جديدة في مسلسل الجائحة

وهذا ما يفسر بلا شك لماذا لم تصبح المستشفيات مكتظة عندما أصبحت السلالة دلتا مسيطرة هناك، ولماذا لا ترتفع الوفيات.

وتتساءل الكاتبة: من الذي لا يزال عرضة للإصابة؟ وجيب تشيفيك أن الشباب الذين لم يتم تطعيمهم باتون في المقام الأول، فضلاً عن عدد قليل من الأشخاص الذين تم تطعيمهم بما تعتبرهم من أصحاب المهن الأكثر خطورة، وهم سائقو سيارات الأجرة والحافلات إضافة إلى الأشخاص العاملين في صناعة الضيافة. ويأتي الخطر من الاختلاط لفترات طويلة مع عدد كبير من الأشخاص في أماكن مغلقة كل يوم.

وتقول إنه بالكاد يصبح أي من المصابين الذين تم تطعيمهم عرضة للإصابة بأعراض مرضية خطيرة. واعتبر مؤيدو ارتداء الكمامات على مستوى العالم أن ذلك كان استراتيجية جديدة بالامتثال في عام 2020، عندما كانت الحالات في ارتفاع ولم تكن اللقاحات متاحة على نطاق واسع، ولكن كم الإقنعة الذي ساعد في ذلك لا يزال غير محدد بشكل جيد.

وكان اثنان من الأطباء الذين ضغطوا بقوة من أجل ارتداء الكمامات قالا في ذلك الوقت إنه لم تعد هناك حاجة إليها في الولايات المتحدة مع حلول مايو 2021.

على الأمراض والوقاية منها ومنظمة الصحة العالمية تحظى بدعم علمي. ولكن العلم يبين أيضاً أن الأشخاص الذين تم تطعيمهم من غير المرجح أن يصابوا بأعراض خطيرة حتى لو أصيبوا بالسلالة دلتا، ومن غير المرجح للغاية أن يصابوا الآخرين في ممرات البقالة.

علم الأوبئة يمكنه أن يعطي الأشخاص تقديراً لمدى خطورة شيء ما، ولكن لا يمكنه إخبارهم بحجم المخاطر الذي يفوق الحد

وهذا هو السبب في أن "العلم" ليس في حد ذاته وصفاً لسياسة الصحة العامة السليمة. ويمكن لعلم الفايروسات وعلم الأوبئة أن يعطيا الأشخاص تقديراً لمدى خطورة شيء ما، ولكنهما لا يمكنهما إخبارهم بحجم المخاطر الذي يفوق الحد، أو أي تدابير للتخفيف تفرض أعباء كثيرة. والآن هناك بيانات تبين أن خطر الإصابة ينخفض على أي حال بنسبة 60 في المئة إلى 80 في المئة بعد تلقي التطعيم الكامل، حسبما قالت ميوج تشيفيك، طبيبة الأمراض المعدية في جامعة سانت أندروز في المملكة المتحدة.

اتخاذ قراراتهم الخاصة حول السلامة من فيروس كورونا بدلاً من الدعوة إلى معايير موحدة للسلوك. وفي مايو، خففت مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها من توصياتها المتعلقة بارتداء الكمامات، وأعلنت والينسكي أن الأشخاص الذين تم تطعيمهم بالكامل "يمكنهم البدء في فعل الأشياء" التي توقفوا عنها بسبب الجائحة.

وكان الدافع وراء هذا التحول هو توافر لقاحات شديدة الفعالية، يبدو أنها ناجحة ضد جميع أشكال كوفيد - 19، بما في ذلك السلالة دلتا. ولكن التحول إلى التركيز على المسؤولية الشخصية يشكل أيضاً تغييراً سياسياً وأخلاقياً. لذلك ليس من المستغرب، وإن كان غير مرضٍ أيضاً، أن تختلف التوصيات والقواعد. وتتضمن منظمة الصحة العالمية

إلى مقاطعة لوس أنجلوس في القول إن الأشخاص الذين تم تطعيمهم يجب أن يرتدوا كمامة في معظم الأماكن المغلقة، ولكن مراكز السيطرة على الأمراض تؤكد أن قرارات ارتداء الكمامات يجب أن تكون متروكة للمنطق والشركات والأفراد.

وأوضحت والينسكي أن اللقاحات متوفرة في الولايات المتحدة أكثر بكثير مما هي عليه في معظم أنحاء العالم وتستخدم على نطاق أوسع في بعض الولايات الأمريكية من غيرها، لذا يمكن أن يقال إن توصيات مراكز السيطرة

وباتت تساؤلات مثل هل يجب على الأشخاص الذين تم تطعيمهم ارتداء أقنعة واقية، تعتمد على من يتم توجيه السؤال إليه، كما أن السؤال المتعلق بإمكانية أن تعود الحياة الاقتصادية إلى طبيعتها تختلف فيه آراء الخبراء. ويقول البعض إن ذلك يعتمد على الظروف المحلية. ويقول الدكتور أنتوني فاوتشي المستشار الطبي للبيت الأبيض، إنه ينبغي على الجميع ارتداء الكمامات في ولاية ألاباما التي تسجل معدل تطعيم منخفض وارتفاعاً في عدد حالات الإصابة.

وأوست وروثيل والينسكي مديرة المراكز الأمريكية للسيطرة على الأمراض والوقاية منها، بارتداء الكمامات في الأماكن المغلقة لأي مجتمع لديه معدل تطعيم أقل من الثلث، لكن مقاطعة لوس أنجلوس تريد من الأشخاص الذين تم تطعيمهم ارتداء الكمامات على الرغم من ارتفاع معدل التطعيم نسبياً. وسلالة دلتا، التي تم اكتشافها لأول مرة في الهند، هي أكثر قابلية للانتقال بشكل أكبر من السلالة فاتقة الانتشار "الفا" التي تم اكتشافها في المملكة المتحدة، مما دفع إلى دعوات لارتداء كمامات مزدوجة في الربيع الماضي. ونشأت السلالة المتحورة دلتا كتهدية في نفس الوقت تقريباً الذي كانت سلطات الصحة العامة في الولايات المتحدة تشجع فيه الأفراد على

إلى ارتفاع في عدد الوفيات أو تكسب أجنحة المستشفيات بالمرضى، ولكن كبير على مستوى العالم بسبب أنها أكثر قابلية للانتقال من السلالات الأخرى، وتنتشر بسرعة في بلدان متعددة.

وقالت الكاتبة الأمريكية فاي فلام المتخصصة في الشؤون العلمية في تقرير نشرته وكالة بلومبرغ للأنباء، إن سلالة دلتا المتحورة هي قصة الرعب الجديدة في إطار الجائحة، حيث إن انتشارها في الولايات المتحدة لم يؤد



حتى الشباب مهددون بخطر دلتا