(16)

الجو البارد لا يسبب البرد أو الزكام

"بكّل أزرارك وإلا ستصاب بالبرد". نصيحة قديمة سمعناها جميعاً من آبائنا وأجدادنا. والحقيقة هي، أن درجة الحرارة لا تسبب الزكام. فإن المسبب الأساسي للزكام هو الفيروس الذي ينتقل من شخص إلى آخر. وأفضل طريقة للوقاية من أمراض البرد تكون بغسل الأيدي لمنع انتقال الفيروس باللمس.

• • •

إن المرض الذي نسميه البرد (الأنفلونزا) يطلق عليه هذا الاسم في معظم لغات العالم. كما أن فكرة (التعرض للبرد قد يصيبك بالبرد أو الزكام) موجودة ومنتشرة منذ قرون. بالرغم من أن العلم لم يثبت ذلك.

أجريت أول دراسة لهذا الموضوع قبل نصف قرن على مجموعة من المتطوعين، وقامت بتعريض نصفهم لجو دافئ والنصف الآخر لجو بارد. لم يكن هناك اختلاف في إمكانية إصابتهم بالبرد. نعم، نحن نعلم اليوم أن أمراض البرد شائعة في كل مكان في العالم من الصحاري إلى القطب الشمالي.

من أهم الدراسات المشوقة حول هذا الموضوع جاءت من مجتمعات صغيرة، منعزلة مثل القرى الموجودة في الجزر. كانت دراسة ميدانية عام 1931 لمدينة لونغيير، مستعمرة قطبية لمنجم الفحم في جزيرة سبيتسبيرغين، في منتصف المسافة بين الأراضي النرويجية والقطب الشمالي. كان سكان المدينة البالغ عددهم خمس مئة يتجمدون من البرد مدة سبعة شهور، وخلال هذه المدة لم يصابوا على الأغلب بالبرد. إلا أنه، كنا نجد عند وصول أول سفينة إلى الميناء في فصل الصيف بأنها دائماً محملة بوباء الزكام – وبهذا يستنتج الباحثون الرائدون أن الشعور بالبرد ليس له صلة بالإصابة بالبرد أو الزكام.

• • •

وجد الباحثون في جامعة تكساس أن أكثر من نصف عدد الأشخاص الذين تمت معاينتهم يعتقدون أنهم قد يصابون بالبرد عند عدم ارتدائهم المعطف في فصل الشتاء أو عند خروجهم وشعرهم مبلل. وحوالي 60٪ كانوا يعتقدون أن الجو البارد قد يسبب المرض. وأقل من 10٪ كانت استجابتهم صحيحة بأن الإصابة بالبرد تحدث وتنتقل من شخص إلى آخر عن طريق الفيروس.