إنفلونزا الخنازير فى عقر دارنا

أصبحت إنفلونزا الخنازير فى عقر دارنا، وسببت الهلع ونشرت الخوف بين كثير من فئات المجتمع كما انتقل هذا الارتباك إلى المؤسسات الحكومية والدولية المعنية بصحة الناس، وتغيرت أولوياتهم بعد أن استحوذ مرض إنفلونزا الخنازير على كل جهودهم. كما بدأت شركات الأدوية العالمية فى بذل جهود خارقة لإنتاج عقارات علاجية للمرض ولقاحات وقائية بكميات تكفى عدد المرضى.

وفى خط مواز يجدُّ العلماء فى اكتشاف طعوم جديدة مناسبة ضد كافة الفيروسات المسببة للمرض كى تنتجها الشركات العالمية للدواء بكميات كبيرة تفى بالطلب المتعاظم عليها بعد انتشار الوباء فى كل بلدان العالم. وكثير منها ليس لديه القدرات على إنتاج ما يكفيه من دواء ولقاح للتعامل مع المرضى. وقد تمت كل تلك الأنشطة فى وقت ضيق وفى غياب أى تنسيق دولى أو محلى ، مما سبب وما زال يسبب ربكة كبيرة وحيرة وربما ذعرا وهلعا بين الناس فى كل مكان. ومما زاد الطين بلة ما نشرته وسائل الإعلام عن بعض الشكوك التى تحيط بالطعم الجديد من حيث فاعليته وأعراضه الجانبية على المستوى المنظور والمستوى بعيد المدى، مما دفع كثيرا من الناس إلى التريث فى تطعيم أنفسهم وذويهم، حتى يحسم الأمر حول تلك الشائعات. ومما زاد من

مخاوف الناس من التطعيم بلقاحات إنفلونزا الخنازير ما أعلنته بعض الدول الأوروبية والنامية بأنها لن تطعم مواطنيها بهذا اللقاح الجديد. وسوف ينعكس ذلك ولا ريب على تطور وانتشار المرض بين الناس. وقد انتقل ذلك الارتباك إلى صفوف العلماء، ولم يسبق أن شوهد المجتمع العلمي بهذه الدرجة من القلق في مجابهة مشكلة صحية كما هو الحال الآن بالنسبة لإنفلونزا الخنازير.

وتحت ظلال ذلك الموقف ماذا أنت فاعل إذا ما أصابك أو طال واحدا أو أكثر من ذويك أو جيرانك أو زملائك المرض. وينصحك الأطباء وخبراء المؤسسات الصحية الحكومية والدولية أنه حال ما تشعر أو يشعر أحد من ذويك بوعكة صحية، مع ظهور بوادر مرض الإنفلونزا عليك أن تبدأ بقياس درجة الحرارة ومتابعتها وتسجيلها على فترات قصيرة. وإذا ما استيقنت أن هناك ارتفاعا في درجة الحرارة عليك المبادرة بالاتصال بطبيبك أو بأحد الخطوط الهاتفية المباشرة التي توفرها الدولة لتقديم المشورة، واحرص على إبلاغهم بوصف دقيق قدر الإمكان للأعراض. وبعد ذلك استرح في الفراش واحصل على أكبر قدر ممكن من الراحة، مع تناول كمية وفيرة من السوائل والمشروبات الساخنة مثل الينسون مع الليمون والعسل. ويمكنك تناول ما يوصي به طبيبك المعالج من الأدوية المسكنة مثل الباراسيتامول لتخفيف آلام الرأس والحمى.

وبعد التأكد من الإصابة بالمرض، بناء على نتائج التحاليل المعملية، على المريض أن يلزم منزله للراحة والعلاج ولا يخالط الغير قدر الإمكان

للحد من نشـر المرض. ومن الموصى به مداومة غسـيل الأيدى وأن يكون العطس والسـعال باسـتخدام فوط ورقيـة لتجنب نشـر الفيروس فى هواء الغرفة.

وعندما يصيب المرض من هم يعانون من أمراض أخرى سـيما مرضى القلب يجب متابعة أى شكوى من ألم فى الصدر أو الذراعين أو الساقين. إذ إن ذلـك قد يشـير إلى بدء إصابته بنوبة قلبيـة. ومن العلامات التى تنذر بالخطر بدء خروج دم أو بلغم أصفر أو أخضر مع سـعال المريض، وفى تلك الحالة يتحتم طلب مساعدة طبية عاجلة.

ومـن الأهمية بمكان رعايـة الرضع والأطفال والمسـنين لأنهم أكثر الفئات تعرضا للإصابة بالإنفلونزا، كما أنهم معرضون بشـدة أكثر من غيرهم للإصابة بمضاعفات خطيرة فى مثل التهاب القنوات التنفسـية والجفاف، وهم بطبعهم يعجزون عن شـرب كميات كافية من السوائل تخفف من آلامهم.

وعـادة لا يصـرح الأطباء ولا يرحبون بتنـاول الأطفال طوال عامهم الأول الأدويـة المضادة للفيروسـات مثل التاميفلـو والريلنزا، طالما أن الشـكوك ما زالت تحيط بقـدرة تلك العقارات على إيـذاء مخ الأطفال ولـو على المدى البعيد. ولنفس السـبب يحجم الأطبـاء عن وصف تلك الأدوية للأمهات المرضعات، وإذا ما أصيبت أم مرضعة بعدوى إنفلونزا الخنازيـر يتحتم عليها علاجها بعقـار التاميفلو عليها وقف الرضاعة الطبيعيـة فورا وإحلالها بالرضاعة الصناعيـة. كما يتحتم عليها أيضًا

ارتـداء القناع الواقى من الإنفلونزا عندمـا تكون على مقربة من الطفل حتى لا تنقل المرض إليه.

ومن هنا يتحتم على كل من لديه أطفال يقل عمرهم عن عام استخدام المناديل والفوط الورقية عند السـعال أو العطس، ومداومة غسل الأيدى بالصابون طوال اليوم ، وتعقيمها بالكحول كلما تيسـر ذلك. ومن المفيد شـراء ميزان لحرارة الجسم من نوع إلكترونى، لأن استعماله أسهل مع الأطفال الصغار.

وإذا كنـت ممـن يخالطون الأطفـال فعليك تجنب ملامسـة عينيك أو أنفك أو فمك، حيث إن الفيروسات تنتشر عبرها، وابق أنت وطفلك بعيدًا بأقصى ما تسـتطيع عن الأشخاص الذين يسعلون ويعطسون. وإذا شـاهدت على طفلك الصغير أو الرضيع أعراضًا مثل ارتفاع حرارة أعلى مـن ٣٧ درجة مئويـة أو أعراضا تنفسـية أو أن نشـاطه أصبح أقل من الطبيعى، اتصل فورًا بالطبيب أو على الخط الهاتفى المباشـر للخدمات الصحية الوطنية.

وتأكـد أن لديك كمية جيدة من الأدوية المسـكنة فى خزانة الأدوية فى المنزل.