

# فهم الموجتين الثانية والثالثة من COVID-19 مع اقترابنا من الخريف

1 أكتوبر 2020

كنا نأمل جميعًا في أن يكون COVID-19 وراءنا الآن. ومع ذلك ، فإن العدد المتزايد من الحالات في أجزاء كثيرة من الولايات المتحدة والعديد من البلدان على مستوى العالم أثار مخاوف جدية بشأن ما سيحدث. من الواضح أننا بحاجة إلى أن نبقي يقظين وأن نواصل التأقلم مع قيود عالم COVID-19 الجديد.

## التعلم مرة أخرى من أيسلندا

على الرغم من أنه ربما يكون من غير العدل بعض الشيء مقارنة النتائج والاستراتيجيات في بلد صغير مثل أيسلندا مع العديد من الدول الأكبر ، لا تزال هناك دروس علمية مهمة يجب علينا استخلاصها. في منتصف سبتمبر ، كان هناك ارتفاع مفاجئ في عدد حالات COVID-19 في بلد كان لديه في السابق ما يقرب من الصفر. اذا ماذا حصل؟

### انهيار في الحجر الصحي:

قام سائحان فرنسيان بانتهاك الحجر الصحي لدى وصولهما إلى أيسلندا. فقد كانت نتيجة اختبارهم إيجابية في المطار وتم احتجازهم في الحجر الصحي. ومع ذلك ، يبدو أنهم تسللوا إلى الخارج وزاروا حانيتين في وسط المدينة. بعد ذلك ، تم إرجاع ما لا يقل عن 100 حالة إلى هذه المواجهات فائقة الانتشار! بعض التفاصيل الدقيقة غامضة بعض الشيء ، لكن رد الفعل كان سريعًا ، مع إغلاق فوري للحانات والمراقص لمدة أربعة أيام. وقال كبير علماء الأوبئة ثورولفور جودناسون إنه من المهم اتخاذ تدابير محددة الهدف لمنع "انتشار وباء عام". لقد انخفض عدد الحالات الجديدة بالفعل ، لذا يبدو أنه سيتم احتواء هذه المجموعة بسرعة ، كما حدث في حالة أصغر بكثير في مدينة أكرانيس في يوليو.

**اختبار مزدوج:** حاليًا في أيسلندا ، يوجد شخص واحد فقط في المستشفى مصاب بـ COVID-19 وليس في وحدة العناية المركزة. في ذروة الأزمة في ذلك البلد ، تم نقل 44 مريضًا فقط إلى المستشفى ، ولم يكن هناك سوى 10 حالات وفاة إجمالية.

تتمثل الإستراتيجية الرئيسية التي تسمح لأيسلندا بفتح اقتصادها والحد في الغالب من أي حالات إصابة جديدة بـ COVID-19 في اختبار جميع الوافدين الجدد إلى المطار ، كما حدث مع السياح الفرنسيين. يتم عزل الأفراد الذين ثبتت إصابتهم بالحجر الصحي ، ولكن حتى أولئك الذين ثبتت إصابتهم يتم عزلهم لمدة خمسة أيام أخرى . وبعد خمسة أيام ، يتم اختبارهم مرة أخرى.

الملاحظة الرئيسية هي أن ما يقرب من 20٪ من الأفراد السلبيين في البداية ، ينتهي بهم الأمر بالفحص مع الاختبار الثاني بعد 5 أيام. نحن نعلم بالفعل أن 40٪ على الأقل من الأفراد (العاملين في مجال الرعاية الصحية ، على سبيل المثال) الذين ثبتت إصابتهم بـ COVID-19 لا تظهر عليهم أعراض ، كما هو الحال مع هؤلاء الأفراد. تم توضيح هذا الموقف

مؤخرًا عندما وجد أن مريض المايلوما غير المصحوب بأعراض يعاني من تورط حاد في الرئة مع COVID-19 في فحص روتيني لكامل الجسم FDG / PET لتقييم حالة المايلوما.

هؤلاء الأفراد الذين لا يعانون من أعراض ليسوا في خطر شخصي فحسب ، بل هم أيضًا مصدر محتملة للأحداث فائقة الانتشار.

في أيسلندا ، يتم تحديد هؤلاء الأفراد ووضعهم في الحجر الصحي - وهو بالضبط نوع اليقظة اللازم للبقاء في أمان.

**الكلاب تشم COVID-19 في المطار:** أيسلندا لديها خطة في التطوير تستخدم الكلاب لاكتشاف COVID-19 في المطار. تم تنفيذ هذه الاستراتيجية بالفعل في مطار هلسنكي في فنلندا. في الوقت الحالي ، يتم تدريب أربعة كلاب واستخدامها في نوبتين لفحص الكلاب لأنهم يتعبون بعد الكثير من الاستنشاق. لست متأكدًا مما إذا كان هذا النهج إيجابي ومستمر ، لكنه بالتأكيد بسيط ورخيص وفعال وسهل الاستخدام.

## طفرات جديدة لـ COVID-19 تم تحديدها في الولايات المتحدة

أصدر العلماء في هيوستن للتو نتائج دراسة قاموا من خلالها بالتحقق من وجود طفرات في أكثر من 5000 حالة COVID-19.

تدعم النتيجة الرئيسية الدراسات السابقة التي تشير إلى أن الطفرة السائدة (D614G) ، والتي ظهرت لأول مرة في إيطاليا ، كانت مسؤولة (99.9٪) عن الموجة الثانية من العدوى في هيوستن هذا الصيف. أدت هذه السلالة إلى المزيد من الإصابات لدى الشباب.

وجد الباحثون أن سلالة فيروس COVID-19 المتحول إلى D614G تنتشر بسهولة أكبر وتنتج حمولات أكبر من الفيروسات ، مما قد يؤدي إلى المزيد من الأحداث فائقة الانتشار. حقيقة أن العديد من الطفرات الإضافية قد تم العثور عليها تؤدي أيضًا إلى القلق من ظهور سلالات جديدة بشكل متكرر ومتسلسل ، مما يؤدي إلى التهرب من التحكم المناعي في الجسم ويحبط القدرة على الحصول على لقاح فعال. يمكن أن تكون هناك حاجة ، كما هو الحال مع الأنفلونزا ، لقاحات جديدة كل عام.

## رسائل مختلطة حول اللقاحات

تُعد عملية Warp Speed ، وهي مبادرة لتسريع تطوير لقاح COVID-19 ، منظمة ضخمة ذات هيكلية عالية تمول بمبلغ 10 مليارات دولار وتضم أفرادًا مدنيين وعسكريين. لا يسع المرء إلا أن يتعجب من الإمكانيات ويأمل أن يكون هناك بالفعل نجاح في تطوير وتصنيع وتوزيع لقاح فعال وآمن في جدول زمني متسارع للغاية.

نُشرت مؤخرًا مراجعة شاملة للغاية لجميع لقاحات COVID-19 (SARS-CoV-2) قيد التطوير ، ولكن تم طرح العديد من الأسئلة.

إحدى المشكلات هي أنه لم يتم إدخال عدد كافٍ من الأفراد الأكبر سنًا في تجارب اللقاح. في دراسة حديثة ، كان متوسط عمر المشاركين 40. ومع ذلك ، فإن دراسة صغيرة عن لقاح COVID-19 لدى كبار السن مشجعة ، خاصة عند تناول جرعة أعلى.

بالإضافة إلى ذلك ، أثبتت مخاوف من أن اللقاحات لن تعمل بشكل جيد مع الأفراد الذين يعانون من السمنة المفرطة ، وهي واحدة من الفئات الرئيسية المعرضة للخطر. من الواضح أن هناك قلقًا إضافيًا من أن اللقاحات لن تعمل بشكل جيد مع أولئك الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة ، مثل مرضى المايلوما.

أسئلة كثيرة لا تزال بحاجة إلى إجابة بينما ننتظر التطورات في الأسابيع والأشهر القادمة.

## بشرى سارة للعصافير في سان فرانسيسكو

كما أشرت في المدونات السابقة ، فإن العديد من الحيوانات ، من الماعز إلى الأسود ، تكيفت بسرعة مع البيئة الأكثر هدوءًا خلال جائحة COVID-19. في سان فرانسيسكو ، لاحظ الباحثون أن الضوضاء في المدينة قد انخفضت كثيرًا (بمقدار سبعة ديسيبل) بسبب قلة حركة المرور والنشاط البشري. استجابت ذكور العصافير من خلال خفض حجم أغانيهم بمقدار أربعة ديسيبل (أرق ، ولكن بصوت عالٍ بدرجة كافية بسبب ضجيج أقل في الخلفية) وباستخدام عرض نطاق أوسع ، وهو أمر جذاب لصغار العصافير .

هذه القدرة على الاستجابة السريعة في مواجهة التغيير البيئي الهائل هي حقًا دافئة للقلب لأنها تعكس مرونة حقيقية في العالم الطبيعي.

## بناء المرونة

بينما نواجه خريفًا من عدم اليقين ، من الرائع أن يكون لدينا منشور جديد من Cigna ومركز أبحاث المرونة. ما هو مفيد بشكل خاص في التقرير هو المناقشة التفصيلية حول كيفية بناء المرونة ، والتي ناقشتها في العديد من المدونات وفي محادثة مع سو دونيت.

ينقسم النهج الذي طوره فريق مركز أبحاث المرونة إلى ست خطوات:

- الخطوة 1: الإقرار بالمشكلة [المشاكل]
- الخطوة 2: قم بتقسيم المشكلات حتى لا تكون مربكة
- الخطوة 3: حدد ما يمكنك فعله (مقابل ما هو خارج عن إرادتك)
- الخطوة 4: البحث عن موارد مفيدة
- الخطوة 5: البدء في تنفيذ الخطط (اتخاذ الإجراءات)
- الخطوة 6: فكر ، وكرر حسب الحاجة

توضح هذه الخطوات أن المرونة ليست عملية سلبية ، ولكنها نوعية يمكن تعزيزها بجهد مركز. إذا عملنا في مجتمع المايلوما معًا لتعزيز قدرتنا على الصمود ، فيمكننا اجتياز المرحلة التالية من أزمة COVID-19 بسهولة وثقة أكبر.

ابق آمنًا وكن بخير!