

تحديث COVID-19: عمل ديكساميثازون ، وفهم العلوم

18 حزيران 2020

القصة الرئيسية لهذا الأسبوع هي ، بلا شك ، الدراسة الجديدة من المملكة المتحدة التي تظهر أن ديكساميثازون ، علاج المايلوما الموجود دائمًا ، فعال في المرضى الذين يعانون من مرض COVID-19. ولكن الأمر المهم بنفس القدر هذا الأسبوع هو أننا نواجه بشكل متزايد وابلًا من الإرشادات المتضاربة حول كيفية الحفاظ على سلامتنا أثناء جائحة COVID-19. لمساعدتك في معالجة كل هذه المعلومات ، أقدم لك برايمر 101 العلوم: كيفية فهم المعلومات التي يمكن أن تنقذ حياتك.

ديكساميثازون

كانت العودة في المملكة المتحدة (التقييم العشوائي للعلاج COVID-19 العلاجي) جزءًا من دراسة أجريت على 11500 مريض من أكثر من 175 مستشفى NHS (الخدمة الصحية الوطنية). تلقى ما مجموعه 2,014 مريضًا 6 ملليغرام من ديكساميثازون يوميًا لمدة 10 أيام. (قارن هذا بـ 20 إلى 40 ملليغرام من ديكساميثازون الذي يتم تناوله أسبوعيًا في علاج المايلوما "بجرعة منخفضة").

أدى استخدام الديكساميثازون إلى تحسن كبير عند كل من المرضى على أجهزة التنفس الصناعي وأولئك الذين يحتاجون إلى الأكسجين. لم يستفد المرضى الذين يعانون من مرض سابق ، وكما يعلم مرضى المايلوما ، يجب استخدام الستيرويدات مثل ديكساميثازون مع التحذيرات الواجبة في وجه العدوى.

على الرغم من أن التحليلات النهائية ومراجعة الأقران لم تحدث بعد ، فقد تم إرسال رسالة عاجلة إلى مستشفيات المملكة المتحدة من كبار الضباط الطبيين في إنجلترا واسكتلندا وويلز وأيرلندا الشمالية لتوجيه الأطباء إلى أن استخدام الديكساميثازون يعتبر معيارًا من خيارات الرعاية. وتجدر الإشارة إلى أنه يتم أيضًا توفير عقار مضاد للفيروسات في نظام NHS ، على الرغم من التخلي عن جميع الدراسات مع هيدروكسي كلوروكوين.

الفائدة من ديكساميثازون ليست فقط أخبارًا رائعة لمرضى COVID-19 الذين يعانون من مضاعفات الرئة ، ولكنها أخبار مفيدة ومثيرة للاهتمام لمرضى المايلوما. إن عاصفة السيبتوكين التي تحدث مع مرض الرئة COVID-19 تشبه إلى حد كبير تلك التي تحدث مع العلاج بالخلايا التائية CAR في المرضى الذين يعانون من المايلوما العدوانية أو النشطة للغاية. لذلك لا ينبغي أن يكون من المستغرب أن علاجات الورم النقوي (كما أشرت) لها درجات متفاوتة من الفائدة ضد عدوى COVID-19. وهذا يعني ، بشكل عام ، أن الاستمرار في العلاج بالورم النقوي مهم للغاية للسيطرة على المرض ويجب ألا يثير مخاوف لا مبرر لها بشأن زيادة مخاطر COVID-19 - وفي بعض الحالات ، مثل ديكساميثازون ، قد يكون مفيدًا.

فهم العلم من أجل البقاء: تجنب الرنجة الحمراء

موجة ثانية من COVID-19 في الصين

أغلق مسؤولون في بكين في الصين ، سوقًا للمأكولات البحرية بعد أن أثبتت نتائج اختبار "كوفيد 19" إيجابية عشرات الأشخاص. من بين الأفراد الـ 53 الذين أظهروا نتائج إيجابية ، كان لدى 7 أعراض ، و 6 من أصل 7 إما عملوا في سوق شينفادي أو زاروا السوق. هذا التفشي هو مثال على متى يصبح فهم العلم مهمًا. تم جمع أربعين عينة ببيئية من سوق شينفادي. ظهر إنذار كبير عندما جاءت عينات إيجابية من ألواح التقطيع المستخدمة في معالجة سمك السلمون المستورد. في ما يعتبره الكثير رد فعل مبالغ فيه ، تم حظر جميع واردات سمك السلمون من النرويج على الفور.

ووصف البروفيسور بن كولنج ، رئيس علم الأوبئة والإحصاء الحيوي في جامعة هونج كونج ، الرابط بسمك السلمون بأنه "الرنجة الحمراء". لا يحافظ السلمون على نمو COVID-19 ولا يعد مصدرًا لـ COVID-19. كانت الأسماك في الواقع سلبية ، كما هو متوقع ، حيث يتم نقلها في حالة مجمدة مضمونة لتدمير أي فيروس. لم يكن هناك تفشي COVID-19 في مزارع سمك السلمون المصدر في أوروبا.

وهنا يأتي دور الاختبار المعياري لتقييم العلوم: *reductio ad absurdum* - المثير للضحك . يوجد COVID-19 على لوح تقطيع سمك السلمون ليس لأنه جاء من سمك السلمون ولكن لأن الموظف ، والأعراض والاختبارات إيجابية لـ COVID-19 ، على الأرجح سعل أو عطس على اللوح (وكذلك في الهواء). السلمون والأسماك الأخرى واللحوم والضأن والفواكه والخضروات ليست مصادر COVID-19 ولا لانتقال الفيروس.

كان المصدر الأصلي لعدوى COVID-19 من الأفراد المصابين لأنهم عاشوا وعملوا في مقاطعة يونان جنوب غرب الصين ، بالقرب من الحدود مع ميانمار ولاوس ، حيث يوجد العديد من الخفافيش على شكل حدوة تحمل الفيروس التاجي. إن انتشار الفيروسات التاجية من الخفافيش إلى السكان المحليين قد تم تأسيسه ودراسته جيدًا لسنوات. أدى هذا إلى الإصابة الأصلية في ووهان ، والتي انتشرت في سوق الطعام الحي الصاخب في وسط تلك المدينة. ومع ذلك ، فإن تفشي المرض الجديد في بكين هو من سلالة جديدة (أو كليد) مستورد من أوروبا ، قادم من انتشار مجتمع شخصي. لذا ، من أين أتى COVID-19؟

هذا عندما يصبح بروتوكول الاختبار ، التتبع ، الحجر الصحي كله حاسمًا. ولم يسافر سوى عدد قليل من المصابين خارج بكين مؤخرًا. هذا يعني أن التركيز الجديد على انتشار المجتمع بدأ في سوق Xinfadi. يعمل في السوق 10000 شخص وتزود 90% من المنتجات في المنطقة - ليس فقط للمأكولات البحرية ، ولكن اللحوم والضأن والفواكه والخضروات.

تم تسلسل الفيروس وهو طفرة قادمة من أوروبا ، وليس من ووهان ، المركز الأصلي لـ COVID-19. لذلك ، كان هناك انتشار مجتمعي لسلالة أوروبية من COVID-19. لم يتم تحديد المصدر الفردي لهذا التفشي حتى الآن ، ولكن ربما نتج عن بعض مواجهات السفر غير الموثقة ، والتي كانت فجأة

مصدر حدث فائق الانتشار. أمثلة أخرى على هذه الأحداث فائقة الانتشار حدثت في مصانع تعبئة اللحوم ودور العجزة ، حيث يتجمع الناس في أماكن قريبة.

هذا ما رأيناه مرارا وتكرارا. على الرغم من أن معظم الأفراد المصابين لا يصابون سوى عدد قليل (واحد إلى ثلاثة) آخرين ، إلا أن الناشرين الفائتين الذين لديهم حمولة ثقيلة من الفيروس أو ربما سلالة أكثر ضراوة يمكن أن يصيب العشرات ، أو حتى المئات ، من الأشخاص في حدث جماعي واحد أو موقع واحد. تنبثق هذه الأجهزة المنتشرة الفائقة بمرور الوقت وهي المصادر الرئيسية لاستمرار الوباء. وقد تسببت مثل هذه الأحداث في حدوث إصابات خطيرة ووفيات بطريقة مقلقة.

إنها أولوية قصوى لتحديد كل من الموزعين الفائتين ومنع كل هذه الأحداث. إن الانتشار في سوق Xinfadi هو مثال جديد لافت للنظر على هذه الظاهرة ، والمنطقة الآن في "تأمين ضعيف" من أجل إغلاق هذه الطفرة الجديدة الخطيرة ، مع إمكانية إغلاق جزء كبير من الاقتصاد الصيني.

#### النجاحات الدولية

على المستوى الدولي ، قدم القادة إرشادات ممتازة للسلامة العامة في جميع أنحاء العالم. تم تحقيق نتائج رائعة في نيوزيلندا وتايوان وكوريا وأيسلندا ، على سبيل المثال. لقد قامت القيادات النسائية بعمل عظيم!

في تركيا ، كان النهج العملي للغاية فعالاً أيضاً. تتمثل الاستراتيجية في عودة الشباب الأصحاء (المعرضين لخطر الإصابة بمضاعفات COVID-19) إلى العمل للحفاظ على استمرار الاقتصاد ، بينما يبقى الأفراد الأكبر سناً والمعرضين للخطر في المنزل آمنين. يحظر الاجتماعات والتجمعات الجماهيرية. إن دور التمريض ، موقع تفشي COVID-19 الخبيث في الولايات المتحدة ، نادرة في تركيا ، حيث يقيم المسنون مع أسرهم. مع نهج تركيا ، كانت الإصابات والوفيات أقل من المتوقع والدولة تعمل.

المفتاح هو أن يكون لديك خطة - استراتيجية من نوع ما لإعلام وتوجيه الناس. لا توجد خطة مثالية ، ولكن من الضروري أن يكون لديك نهج أساسي يمكن ضبطه لتحقيق نتائج أفضل.

#### دروس السلامة

في الولايات المتحدة ، حيث ، للأسف ، ليس لدينا خطة أو استراتيجية ، أكدت الدراسات في كل من بوسطن وسان فرانسيسكو مصادر متعددة للأحداث الجارية لنشر المجتمع. جاء الفيروس مباشرة من الصين وأوروبا وأماكن أخرى في الولايات المتحدة.

كيف يمكن للمرء أن يتجنب أن يصبح جزءاً من حدث فائق الانتشار حيث أن العديد من مناطق البلاد تعيد فتح ورؤية طفرات في العدوى المجتمعية؟

- تجنب جميع التجمعات الجماهيرية.
- ارتدِ قناعاً كلما خرجت للتجمهر . تؤكد البيانات الحديثة انخفاضاً بمقدار خمسة أضعاف في خطر انتقال الفئاع. أنت لا تحمي الآخرين فحسب بل تحمي نفسك أيضاً.
- تجنب المساحات المزدحمة ذات التهوية السيئة للحد من فرصة انتشار الهواء بأي شكل من الأشكال.
- المصدر الرئيسي لعدوى 19-COVID هو من خلال الانتقال المباشر في الهواء. من المؤكد أن الحواجز البلاستيكية مفيدة في الأماكن العامة (عدادات السحب ، مناطق الالتقاط ، الصيدليات).
- افترض أن أي شخص لا تعرفه هو مصدر 19-COVID.
- التركيز على الأنشطة الخارجية. النقل المباشر نادر في الأماكن الخارجية.
- الاستمرار في ممارسة المسافة البعيدة والغسيل الدقيق لليدين.
- توخي الحذر حول أفراد الأسرة أو الأصدقاء النشطين في المجتمع.
- تجنب النقل الجماعي بجميع أنواعه في الوقت الحالي.
- الاستمرار في التواصل الاجتماعي مع الأصدقاء والعائلة. في هذه المرحلة ، تم عزل العديد من أولئك الذين تعرفهم وتثق بهم لعدة أسابيع إلى شهور. هذا يعني أنها منخفضة المخاطر بشكل استثنائي كمصدر 19-COVID (على الأرجح ، هل أنت)
- باتباع هذه النصائح ، يمكنك ضبط معظم الضوضاء السياسية التي تشوه المعلومات الحقيقية فقط. لسوء الحظ ، في هذه الأيام يجب أن تكون أفضل مدافع عنك.

أمل أن تساعد معلومات هذا الأسبوع.