

سوف يستغرق الانتقال إلى الوضع الطبيعي الجديد بعض الوقت

April 16, 2020

يتوق الجميع للعودة إلى قليل من الحياة الطبيعية بعد أسابيع من البقاء في المنزل. ومع ذلك ، نحتاج إلى تتبع ما يحدث عن كثب في الجزء الخاص بنا من الدولة والتعرف على الأعداد والإجراءات التي سيعتمد عليها الخبراء لتوجيه عودة الحياة الطبيعية.

إن العودة إلى هذا الوضع الطبيعي الجديد ستتضمن التركيز على ثلاثة أشياء:

1. الاختبار ، لكل من COVID-19 ، وأيضاً و بشكل خاصة اختبارات الأجسام المضادة لتقييم المناعة.
2. تتبع من تم التواصل معهم لمن قبل المصابين ب COVID-19 ، و من ثم الحجر الصحي لهذه الإتصالات ، و
3. التداوي(العلاجات) من COVID-19 بينما ننتظر تطوير اللقاح. تشمل هذه العلاجات الأدوية وعلاجات البلازما من المرضى الذين شفوا من المرض. و كذلك ، من المحتمل أنه سيتم في الأماكن العامة ، اختبار درجة الحرارة (عند الدخول إلى مطعم ، أو أنشطة أخرى) ، و كذلك ارتداء الأقنعة ، ويتم تنفيذ قدر من التباعد الجسدي(المسافة الإجتماعية). في الغالب سنستمر في غسل أيدينا كثيراً وأن نكون على دراية بالحفاظ على الأسطح مطهرة في محيطنا الشخصي.

الأرقام التي يمكن أن توجه القرارات

- عدد الحالات :
 - الرقم الأكثر أهمية هو عدد الأشخاص الذين أصيبوا ب COVID-19 وتعافوا أو استمروا في الإصابة. بالنسبة للولايات المتحدة ، فإن هذا الرقم على الأرجح بين 2 ٪ و 5 ٪ من السكان. نحن بحاجة ماسة إلى المزيد من الاختبارات القائمة على السكان لمعرفة الأرقام الحقيقية في الولايات المتحدة.
 - تم الإبلاغ عن أرقام منخفضة تصل إلى 0.9 ٪ من الاختبارات القائمة على السكان في أيسلندا. تشير كوريا الجنوبية إلى إصابة حوالي 5٪ من سكان البلاد.
 - بالنسبة للفئات السكانية الخاصة ، يمكن أن تكون الأرقام أعلى بكثير ، بما في ذلك حوالي 14 ٪ من النساء الحوامل في مدينة نيويورك اللواتي يدخلن المخاض والولادة و كذلك ما يصل من 40 ٪ إلى 50 ٪ في بعض دور التمريض أو دور رعاية العجزة.
 - خلاصة القول
- +الغالبية العظمى من الناس لم يتعرضوا بعد ل COVID-19 وهم معرضون لأن يصابوا بالعدوى .
 - +مطلوب إجراء اختبار على نطاق واسع و بشكل عاجل لتقييم المعدل الحقيقي عند السكان للإصابات ب COVID-19 و التعافي منه . من المهم بشكل خاص تحديد الأفراد الذين تعافوا بشكل آمن والذين لم يتعافوا.
- عدد الأشخاص الذين يمكن أن يصابوا في حالة ظهور حالة جديدة
 - هنا يأتي دور التتبع. عندما تظهر أي حالة جديدة ، من الضروري تتبع جهات الاتصال للحد من الانتشار. من الواضح أنه يجب حجر جهات الاتصال أو حجرها ذاتياً. سيتطلب هذا قوة عاملة أمريكية كبيرة ، تقدر بـ 100,000 شخص.
 - يمكن استخدام التتبع الإلكتروني المتطور ، مثل ذلك الذي اقترحه Google و Apple ، ولكن هذا أثار مخاوف حقيقية بشأن الخصوصية.
- الناقلون الخارقون و التجمعات العامة عالية الخطورة
 - تعد المسافات بين الأشخاص أمراً أساسياً لتقليل انتشار COVID-19.
 - إذا كان الابتعاد الجسدي مطبقاً، يصبح تتبع الاتصال حاسماً. إن التعرف على ما يسمى بالناقلين الفائتين (الخارقون) أمر مهم جداً. وقد لوحظت هذه الأنواع من الناقلات ، التي تنتشر المرض لعدد كبير بشكل غير طبيعي بين الناس ، في الأوبئة السابقة. ماري مالون ، التي أصبحت تعرف باسم التيفويد ماري ، نشرت التيفويد بين أكثر من 50 شخصاً بينما شعرت أنها على ما يرام. وينطبق الشيء نفسه على COVID-19: يمكن للأفراد الذين ليس لديهم أعراض التخلص من مستويات عالية من الفيروس دون علم ونشر المرض.
 - هؤلاء الأفراد المصابون ، حتى بدون ظهور أعراض ، و الذين يشاركون في الاجتماعات والحفلات أصابوا العديد من الأفراد ، مما أدى إلى إنشاء مجموعات كبيرة من 50 أو أكثر. في حالة حزب كونينتيكت ، أنتجت هذه المجموعات 65 ٪

من الحالات في المنطقة بأكملها.

تدعم البيانات الحديثة فكرة الانتشار الإقليمي عن طريق المجموعات في منطقة كونيتيكت.

- في غياب التباعد الجسدي ، يعد التحديد السريع لمثل هذه الفروقات الفائقة أمرًا بالغ التعقيد . على العكس من ذلك ، ينتج معظم الأفراد المصابين انتشارًا محدودًا بشكل كبير ، فقد ينتقل لأفراد العائلة أو الأصدقاء المقربين فقط . من المهم أيضًا تحديد هؤلاء الناقلين المنخفضين ، حتى يتمكن من تعيين الموارد حيث تشتد الحاجة إليها.
- تتطلب العديد من إجراءات العمل اهتمامًا خاصًا للغاية. كما نعلم جميعًا ، فإن العاملين في مجال الرعاية الصحية ليسوا معرضين لمخاطر عالية للإصابة فحسب ، ولكنهم أيضًا يتواجدون في بيئة من الناقلين الفائقين . وبالمثل ، فإن العديد من الوظائف مع جهات الاتصال العامة معرضة لخطر أعلى ، مثل الطوارئ ، موظفي المواصلات ، موظفي البقالة ، والعاملين في أعمال أساسية أخرى بشكل كبير (ذات تواصل كبير).
- كان تأثير التأخير في إدخال المسافة بين الأفراد في نيويورك مصدر جدل كبير. و على الرغم من أنه لا يمكننا إعادة الماضي ، إلا أنه يمكننا الانتباه بعناية للمستقبل. يجب أن تؤخذ الإشارات المبكرة للحالات الجديدة على محمل الجد.

خلاصة القول: التتبع

- يعد التتبع السريع ضروريًا للحد من الانتشار عن طريق اعتماد المسافة بين الأفراد.
- سيكون الاختبار الأساسي والمنتظم لجميع الذين يخدمون في الخطوط الأمامية أمرًا ضروريًا.
- يجب أن تكون معدات الحماية الشخصية الأساسية متاحة على نطاق واسع. يمكن لموظفي الخط الأمامي الذين تم توثيق حصولهم على مناعة الأجسام المضادة أن يكونوا أمنين مساهمين في الوقت ذاته في الحد من الانتشار.
- ضرورة عمل اختبارات كميات كبيرة لكل من الأجسام المضادة و فيروس COVID-19.
- يعد الاختبار السريع لجهات الاتصال المرتبطة بجميع الحالات الجديدة أمرًا ضروريًا لتقليل الانتشار ، خاصة في حالة وجود ناقل فائق / أو تجمعات عالية المخاطر.
- طول مدة الحجر الصحي أو العزلة المطلوبة لا تزال مثيرة للجدل. تشير البيانات الحديثة القادمة من إيطاليا إلى أن هناك حاجة إلى فترة زمنية أطول حيث يمكن أن يستغرق الأمر عدة أسابيع حتى تزول عدوى COVID-19 ، ولا تزال نتائج المرضى تظهر إيجابية حتى بعد فترة طويلة من زوال الأعراض. لاحظ العديد من المرضى في الولايات المتحدة بالفعل الطريق الطويل للتعافي.

إرشادات مطلوبة

- الإرشادات المطلوبة لإعادة تكوين المسافة بين الأشخاص في حالة ظهور عدد أو نمط معين من الحالات الجديدة:
- اجتماعات مجموعات الكنيسة ، على سبيل المثال ، كانت مصدر قلق ويمكن أن تكون محدودة. إن التجمعات الضخمة لن تكون متاحة على المدى القصير.
- ستكون الإرشادات للسفر ضرورية للحد من الانتشار المحلي والإقليمي والدولي . سوف يتأثر السفر العالمي بالتأكيد بالصعوبات والمآسي العديدة التي تظهر في العديد من البلدان.
- الموارد هي فقط ليست متاحة للتعامل مع أزمة COVID-19 ، كما تشير افتتاحية صحيفة نيويورك تايمز.
- بما أن التجارة العالمية جزء من الوضع الطبيعي القديم ، فإن الوضع الطبيعي الجديد سيكون مختلفًا تمامًا. سيكون تقديم المساعدة إلى الأقل حظاً هو مفتاح الحل

العلاج

- علاج الماييلوما
- أثناء الأزمة الحالية ، يتم اتخاذ القرارات بسبب الحاجة إلى تجنب التعرض لـ COVID-19. الهدف هو القيام بزيارات أقل إلى العيادات الطبية عالية المخاطر و تجمعات المستشفى. التطبيب عن بعد هو خيار جيد. يمكن مناقشة التأخير في العلاجات المكثفة ، مثل ASCT ، بالإضافة إلى التخفيضات (إذا كانت آمنة) من العلاجات IV أو SQ والنظر فيها.
- يمكن أن يكون الوضع الطبيعي الجديد هنا مثل الوضع الطبيعي القديم. ومع ذلك ، سيكون هناك المزيد من التطبيب عن بعد للقضايا اليومية. كنا نأمل بشدة أن يتم إعادة تشكيل مجموعة كاملة من العلاجات في الأشهر القادمة ، مع توفر الموارد ووجود الحماية الكاملة في الأماكن الطبية.
- من المهم إجراء مناقشة مفتوحة ومستمرة مع طبيبك مع تحسن الظروف في مدينتك.
- العلاجات واللقاحات COVID-19
- اللقاحات: يوجد إجماع على أن اللقاح أساسي لإنهاء جائحة COVID-19. الأخبار الممتازة هي أن العديد والعديد من الجهود جارية لتطوير لقاح فعال. الأخبار غير الجيدة هي أن الأمر سيستغرق بعض الوقت. يقول المتفائلون جداً من 6 إلى 9 أشهر. تنتبأ معظم الآراء الواقعية بأن اللقاح سيكون متاحًا في غضون 12 إلى 18 شهرًا.

- العلاجات: تتضمن طرق العلاج المشجعة إدارة متلازمة الصدمة أو التصادم عند المرضى المصابين بأمراض شديدة. كان من دواعي سروري قراءة قصة طبيب غرفة الطوارئ (نجم كرة القدم السابق الذي كان يتمتع بصحة جيدة سابقاً) ، والذي تعافى من وضع خطير باستخدام علاج عاصفة السيتوكين من Actemra (tocilizumab).

بينما نتعجب من بطولة العاملين في مجال الرعاية الصحية فمن الرائع أن نعرف أنها ليست الاستراتيجية الوحيدة بل انه يتم استخدام البلازما من المرضى الذين تعافوا من COVID-19 لتسريع الشفاء. لا يزال هناك عدم يقين بشأن قيمة هيدروكسي كلوروكوين (Plaquenil). تم إيقاف تجربة حديثة بسبب مشاكل قلبية خطيرة عند استخدام جرعات أعلى من الدواء. من المثير للاهتمام أن علاج الورم النقوي (الميلوما) ، Selinexor ، يمكن أن يكون له قيمة كعامل مضاد للفيروسات.

كيفية تخطي الوضع الطبيعي الجديد ليس هنالك شك في أن الأشهر المقبلة ستكون صعبة. سنحتاج إلى أكبر قدر ممكن من المرونة علينا أن نستمر في إدراك العالم من حولنا. وكما قال الفنان ديفيد هوكني: "تذكر أنه لا يمكنهم إيقاف زحف الربيع." تُذكرنا الأزهار العديدة التي تفتح كل يوم أن الحياة تستمر وسنخرج و نتأقلم معًا. بينما نتطلع إلى جميع علمائنا للتوصل إلى العلاجات واللقاحات ، من المثير للاهتمام أن أشير إلى أن الفيروس التاجي الأصلي تم اكتشافه بواسطة June Almeida ، عالمة اسكتلندية بإمكانيات متواضعة لم يتم الاعتراف بشكل جيد بإنجازها. لذا ، في الختام ، دعونا نكرم جميع الأفراد مثل جون الميدا ، الذين يخدمون في الخطوط الأمامية لأزمات الرعاية الصحية ، في الماضي والحاضر. نحن بحاجة إلى التعاون والتعاطف كما لم يحدث من قبل للتغلب على هذا الأمر معًا.