چۆن بەرەنگاری شەپۆلێکی نوێی کۆڤید١٩ دەبینەوە؟

لەگەڵ پێشبینیکردنی هاتنی شەپۆلی سێیەمی کۆڤید١٩ دا، پسپۆڕانی پەتاکان هەنگاوەکانی بەرەنگاربوونەوەیان دەستنیشان کردووە، بە رای پسپۆڕانی تەندروستی، چوار هۆکار رۆڵیان لە تەشەنەکردنی ڤایرۆسی کۆڤید١٩ هەیە، لەکاتی سەرهەڵدانی شەپۆلی سێیەمدا، کە بریتین لە: کات و ماوەی دەستپێکی بڵاوبوونەوەی ڤایرۆس، پابەندنەبوونی خەڵك بە دووریی کۆمەڵایەتی، جۆری گۆڕاوی ڤایرۆسەکە، لەگەڵ ئاستی بەرگریی لەش لە کۆی دانیشتواندا. هەنگاوەکانی رێگرتن و خۆپاراستن لە ئەگەری سەرهەڵدانی شەپۆڵی سێیەمی کۆڤید١٩ زۆر جیاواز نین لە هەنگاوەکانی خۆپاراستن لە شەپۆڵی یەکەم و دووەمی پەتای کۆڤید و، بریتین لە: بەستنی ماسکی کوالێتی باش بە دروستی، یان دوو ماسك لەسەر یەکتر Double masking، بۆنموونە: بەستنی ماسکی لۆکەیی ئینجا ماسکی نەشتەرگەری، پابەندبوون بە دووریی کۆمەڵایەتی و دوورکەوتنەوە لە کۆبوونەوە و شوێنی قەرەباڵغ لە دەرەوەی ماڵدا، تەنیا لە کاتی زۆر پێویست نەبێت، بەستنی ماسك و پاراستنی دووریی کۆمەڵایەتی تەنانەت لە ناو ماڵیشدا، دابینکردنی هەواگۆڕی باش لە ژوورەکاندا، هاوکات لەگەڵ کردنەوەی پەنجەرەکان بە مەبەستی هێشتنەوەی هەواگۆڕکێی بەردەوام، پاراستنی پاکوخاوێنیی دەستەکان بە زوو شووشتن، بە ئاو و سابوون، یان بەکارهێنانی گیراوەی پاککەرەوەی دەست Hand sani-tizer، هاوکات لەگەڵ دوورکەوتنەوە لە بەرکەوتنی دەستەکان بە دەم و لووت و چاو.

ئایا ڤاکسینەکانی فایزەر و مۆدێـــــــــــ

لێکۆڵینەوەکان ئاماژەیان بەوە کردووە کە ڤاکسینەکانی فایزەر(Pfizer) و مۆدێرنا هانی خانەکانی لیمفۆسایتی T دەدەن، بۆ ناسین و پەلاماردانی جۆرە گۆڕاوەکانی ڤایرۆسی کۆرۆنا. لێکۆڵینەوەکان لەوکاتەدا ئەنجام دران کە گۆڕاوی جۆری دێلتا لە هیندستانەوە سەری هەڵدا، پاشان بە پێی راپۆرتەکانی رێکخراوی تەندروستیی جیهانی، زیاتر لە ٩٦ وڵاتی گرتەوە، جۆری گۆڕاوی

کاریگەرییەکانی کۆڤید١٩ لەسەر تووشبووانی شێرپەنجە

نەخۆشانی شێرپەنجە ئەگەری تووشبوونیان بە کۆڤید١٩ بە سەختی لە کەسانی دیکە بەرزترە، ئەمەش روونە کە وەرگرتنی چارەسەری کیمیایی Chemotherapy ژمارەی خانەکانی خوێن کەم دەکاتەوە، واتە ئاستی بەرگریی لەش دادەبەزێنێت، بەمەشەوە ئەگەری تووشبوون بە ڤایرۆسی کۆرۆنا زیاتر دەبێت، جگە لەوەی کە خودی شێرپەنجە و چارەسەری کیمیایی ئاستی بەرگریی لەش دادەبەزێنن. زۆربەی تووشبووان کەسانی بەساڵاچوون، ئەمەش سەلمێنراوە کە پیری فاکتەرێکی هاندەری دیکەیە بۆ ئەگەری تووشبوون بە کۆڤید١٩، لەبەر ئەوەی کە ڤایرۆسی کۆرۆنا سەرەتا پەلاماری کۆئەندامی هەناسە و سییەکان دەدات، کەسانی تووشبوو بە شێرپەنجەی سییەکان بەردەوام زیاتر لە کەسانی دیکە رووبەرووی تووشبوون بە کۆڤید١٩و سەختبوونی نیشانەکان دەبنەوە، هەر لەبەر ئەم راستییانە پسپۆڕان جەخت دەکەنەوە، کە پێویستە تووشبووانی شێرپەنجە بەر لە کەسانی دیکە هەر دوو ژەمەکەی ڤاکسینی کۆڤید وەربگرن، هاوکات لەگەڵ پابەندبوونیان بە هەنگاوەکانی خۆپاراستن وەکو بەستنی ماسك، پاك راگرتنی دەستەکان، پاراستنی دووریی کۆمەڵایەتی، یان دووریی فیزیکی Physical distancing.

ـــرنا بەرانبەر بە جۆرە گۆڕاوەکانی کۆڤید١٩ کاریگەرن؟

دێلتا بەوە ناسراوە کە لە هەموو جۆرە گۆڕاوەکانی دیکەی ڤایرۆسی کۆڤید١٩ خێراتر بڵاودەبێتەوە. لە لێکۆڵینەوەکانی پەیمانگەی لا جۆلای La Jolla تایبەت بە زانستیی بەرگریی لەش لە کالیفۆرنیادا هاتووە، ڤاکسینەکانی فایزەر بایۆنتێك و مۆدێرنا کە پشت بە تەکنیکی mRNA دەبەستن، کاریگەرییان بەرانبەر بە هەر چوار جۆرە گۆڕاوە ناسراوەکانی ڤایرۆسی کۆرۆنا هەیە، واتە جۆرە گۆڕاوەکانی ئەلفا، بێتا، گاما، لەگەڵ جۆری دێلتا، ئاماژە بەمەش کراوە کە وەرگرتنی ژەمێکی بەهێزکاری Booster dose ڤاکسین، یان ژەمی سێیەم، هاندەر دەبێت بۆ سستمی بەرگریی لەش، کە ماددەی دژەتەن بەرانبەر بە جۆرە گۆڕاوەکانی ڤایرسی کۆرۆنا دروست بکات، لە رێگای خانەکانی لیمفۆسایتی جۆری T.

جۆرە گۆڕاوەکانی ڤایرۆسی کۆرۆنا

ڤایرۆسەکان بەردەوام خۆیان دەگۆڕن و جۆری نوێ دروست دەکەن، بەتایبەتی گۆڕان لە روو و نووکەکانی Spikes ڤایرۆسدا، ئەم گۆڕانانە وا لە ڤایرۆس دەکەن، کە خێراتر و ئاسانتر بڵاوببێتەوە و خۆڕاگرتر بێت بەرانبەر بە چارەسەر و ڤاکسینەکان. بە گوێرەی ڤایرۆسی کۆرۆنا، زانا و پسپۆڕان هەر لە سەرەتای سەرهەڵدانی پەتای کۆڤید١٩ سەرقاڵی توێژینەوەن، بۆ دۆزینەوەی جۆرە گۆڕاوە نوێیەکان، بە مەبەستی زووتر چارەسەرکردن و دۆزینەوەی ڤاکسینی گونجاو، جۆرە گۆڕاوەکانی ڤایرۆسی کۆرۆنا Variants کە لە وڵاتە یەکگرتووەکاندا ناسراون، بریتین لە: جۆری ئەلفا Alpha کە بۆ یەکەم جار لە مانگی کانوونی یەکەمی ساڵی ٢٠٢٠ بەدی کرا، کە پێشتر لە بەریتانیادا بەدی کرابوو، جۆری بێتا Beta کە بۆ یەکەم جار لە کۆتایی مانگی کانوونی دووەمی ٢٠٢١ بەدی کرا، کە پێشتر لە باشووری ئەفریقیا لە کانوونی یەکەمی ٢٠٢٠ بەدی کرابوو، جۆری گاما Gamma کە بۆ یەکەم جار لە مانگی کانوونی دووەمی ٢٠٢١ بەدی کرا، کە پێشتر لە بەڕازیل بەدی کرابوو، جۆری دێلتا Delta کە بۆ یەکەم جار لە مانگی ئاداری ٢٠٢١ بەدی کرا، کە پێشتر لە هیندستان مانگی کانوونی یەکەمی ٢٠٢٠ بەدی کرابوو و، بە گۆڕاوی هیندی Indian variant ناودەبرا.

ئایا یەک ژەم ڤاکسینی کۆڤید بەرگریی تەواو پەیدادەکات؟

هێشتا ڕێژەی تووشبوون بە ڤایرۆسی کۆرۆنا لە گەلێك وڵاتدا بەرزە و، ناوە ناوە لە وڵاتی دیکەشدا ڕێژەی تووشبوون بە جۆری گۆڕاوی نوێی ڤایرۆسەکە بەرزدەبێتەوە، گەلێك سەرچاوەی پزیشکی پێشبینیی ئەوە دەکەن کە شەپۆلێکی ترسناکی جۆری گۆڕاوی دێلتا Delta variant لەوانەیە چەند وڵاتێك بگرێتەوە، جەخت لەمەش کراوەتەوە کە ڤاکسین تاکە ڕێگایە بۆ سنووردارکردنی بڵاوبوونەوە و کۆنترۆڵکردنی نەخۆشییەکە. پسپۆڕانی تەندروستی ئەوەیان روون کردۆتەوە کە ئەگەرچی ڤاکسینەکانی کۆڤید لەکاتی بوونی جۆرە سەرەکییەکەی ڤایرۆسی کۆرۆنا لەساڵی ٢٠١٩ دروستکراون، بەڵام وا پێدەچێت، کە بەرانبەر بە جۆرە گۆڕاوەکانیش کاریگەرییان هەبێت، ئێستا ڤاکسینی کۆڤید بە دوو ژەم بەکاردێت، کە ماوەی نێوانیان درێژکراوەتەوە بۆ ٦-٨ مانگ.

ئایا وەرگرتنی تەنیا یەك ژەمی ڤاکسین بەرگریمان بۆ پەیدادەکات؟ بەڵی، بەڵام بەقەد ئەوە نابێت کە لە پاش وەرگرتنی دوو ژەمی ڤاکسین پەیدا دەبێت، بۆیە پسپۆڕان جەخت دەکەنەوە کە دوو ژەمی ڤاکسین وەربگیرێت، بەتایبەتی لەکاتی سەرهەڵدانی جۆری گۆڕاوی نوێی ڤایرۆسەکە.

بۆچی کۆڤید ١٩ لە هەندێک تووشبوودا بێ نیشانەیە؟

بەگشتی تووشبووانی کۆڤید١٩دەکرێن بە دوو جۆر، یەکەم: ئەو تووشبووانەی کە نیشانەکانی هەوکردن بە ڤایرۆسی کۆرۆنایان هەیە Symptomatic، دووەم: ئەو تووشبووانەی کە هیچ نیشانەیەکیان نییە Asymptomatic. زانا و پسپۆڕانی ڤایرۆسسزانی ماوەیەکی باش خەریکی لێکۆڵینەوە بوون سەبارەت بەم پرسە، تا بەم دواییە تیمێکی توێژەران لە زانکۆی نیوکاسڵی بەریتانی روونی کردەوە، کە جینی HLA-DRB1 بە ڕێژەی سێ هێندەی کەسی ئاسایی لە لەشی ئەو تووشبووانەدا هەیە، کە بێ نیشانەن، بەمانایەکی دیکە، ئەو کەسانەی کە هەڵگری ئەم جۆرە جینەن، تا رادەیەك پارێزراون لە سەختبوونی حاڵەتی هەوکردن لە کاتی تووشبوون بە کۆڤید١٩، ئەمەش روونکراوەتەوە کە ڕێژەی بوونی جینی HLA-DRB1 لە خڕۆکە سپییەکاندا پەیوەندیی بە شوێنی جوگرافیی کەسەکەوە هەیە، بۆنموونە: ئەو کەسانەی کە لە باکوور و ڕۆژئاوای ئەوروپادا دەژین، هەڵگری ڕێژەیەکی باشی ئەم جینەن، واتە ئەو کەسانە لە کاتی تووشبووندا زیاتر بێ نیشانە دەبن و ڤایرۆس بۆ کەسانی دیکە دەگوازنەوە، ئەمەش توێژینەوەیە هاندەر دەبێت بۆ ئەنجامدانی تێستی جینی، یان جینۆتایپ HLA genotypes بە مەبەستی دیارکردنی ئەو کەسانەی پێویست دەکات زووتر لە کەسانی دیکە ڤاکسینی کۆڤید وەربگرن.