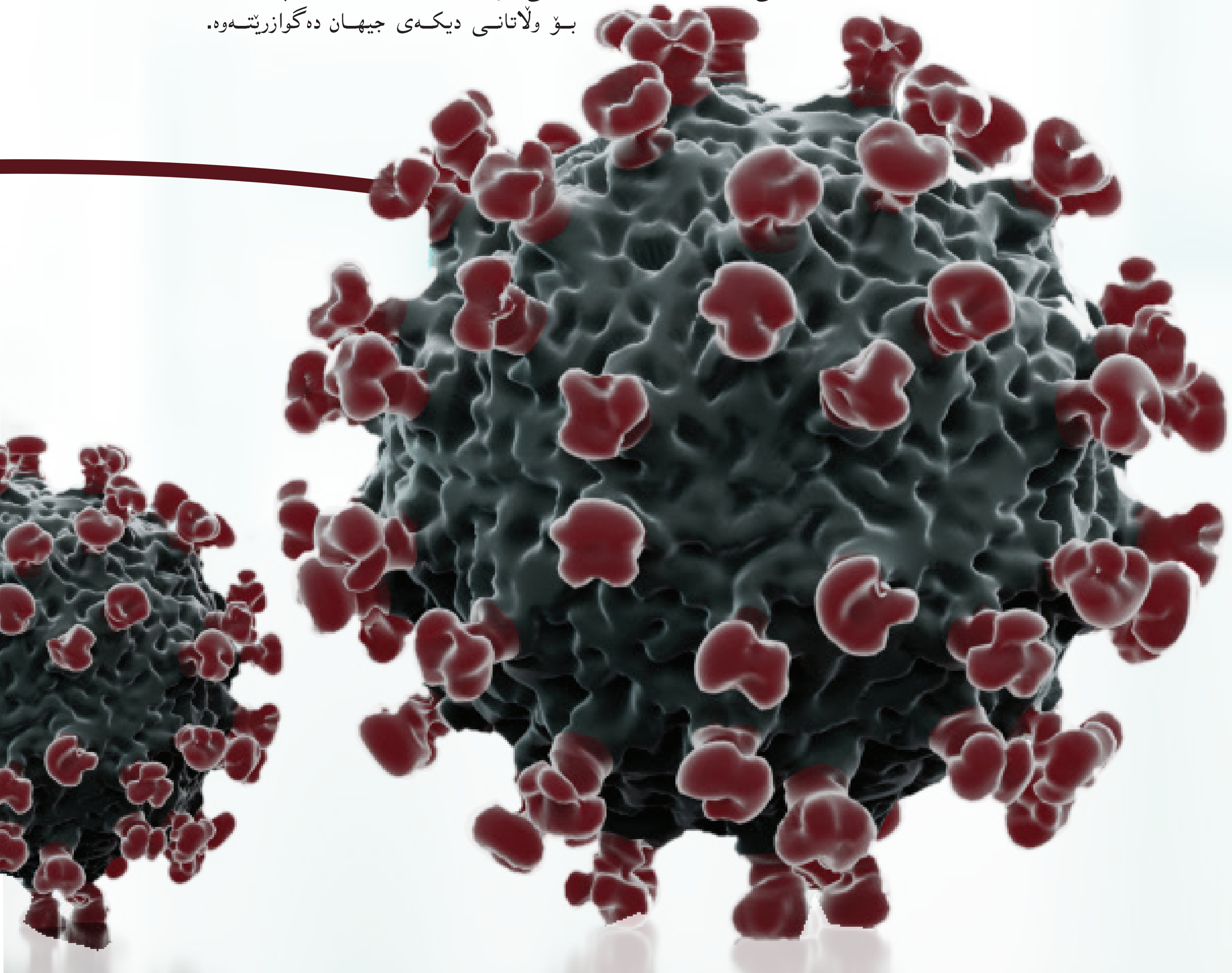
جۆری گۆڕاوی گامای کۆڤید١٩ چییە؟

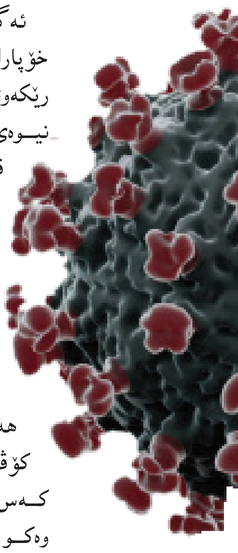
هەموو ڤایرۆسەکان بە تێپەڕبوونی کات خۆیان دەگۆڕن، واتە گۆڕان لە سیستمی جینی ڤایرۆس روودەدات، کە دەبێتە هۆی گۆڕان لە نووکە پرۆتیینەکانی ڤایرۆس. ئەگەرچی هەندێك گۆڕان کاریگەریی کەمیان لەسەر سرووشت و سیفاتە گشتییەکانی ڤایرۆسدا دەبێت، بەڵام هەندێك گۆڕان هاندەر دەبن بۆ دژوارتربوون و خێراتر بڵاوبوونەوەی ڤایرۆس، هەر وەکو جۆرە گۆڕاوەکانی دێلتای ڤایرۆسی کۆرۆنا. گۆڕاوی گاما Gam-ma variant یان (P1) جۆرێکی دیکەیە لە گۆڕاوی ڤایرۆسی کۆرۆنا، کە پەیوەندی بە خێراتر بڵاوبوونەوە و سەختتربوونی حاڵەتەکانی تووشبوون بە کۆڤید١٩ هەیە، جۆری گۆڕاوی گاما مانگی کانوونی یەکەمی ٢٠٢١ بۆ یەکەم جار لە بەرازیل دەرکەوت، بۆیە بە گۆڕاوی بەرازیلی Brazilian variant ناوزەد کرا، ئینجا لە ماوەی چەند هەفتەیەکدا بە شێوەیەکی فراوان بڵاوبوویەوە. توێژەرانی بەشی تەندروستیی کۆمەڵ لە زانکۆی هارڤاردی ئەمریکی جەختیان کردۆتەوە، کە جۆری گۆڕاوی گامای ڤایرۆسی کۆرۆنا پەیوەندیی بە زیادبوونی رێژەی مردن لە تووشبوواندا هەیە، جەختیان لەوەش کردۆتەوە کە پەیدابوونی هەر جۆرێکی گۆڕاوی ڤایرۆسی کۆرۆنا لە هەر وڵاتێکدا، پاش ماوەیەك بۆ وڵاتانی دیکەی جیهان دەگوازرێتەوە.



چەند ڕێنماییەک پێش وەرگرتنی ڤاکسینی کۆرۆنا

بەگشتی وەرگرتنی ڤاکسینی کۆڤید سەلامەتە بۆ کەسانی گەنج و تەندروست، بەڵام کەسانی ٤٥ ساڵ و بەرسەرەوە و ئەوانەی کە نەخۆشیی درێژخایەنیان هەیە، وەکو نەخۆشیی شەکرە، بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن، یان نەخۆشیی گورچیلە، ئەوا پێویستە بە ئاگاداری و بڕیاری دکتۆر ڤاکسین وەربگرن. ئەوانەی کە هەستەوەریی زانراویان بەرانبەر بە زۆربەی دەرمانەکان هەیە، ئەوا پێویستە کە پێش وەرگرتنی ڤاکسین ئاگاداری دکتۆر بکەنەوە. ڕێنماییەکانی دیکەی پێش وەرگرتنی ڤاکسینی کۆڤید بریتین لە: نووستنێکی دروست شەوی پێش وەرگرتنی ڤاکسین، خواردنی ژەمە خۆراکێکی تەندروست و بڕێکی باشی ئاو، دووركەوتنەوە لە وەرگرتنی هەر دەرمانێکی دژەئازار و ستیرۆیدەکان Steroids، کۆنترۆڵکردنی ئاستی شەکری خوێن لە نەخۆشانی شەکرە و، کۆنترۆڵکردنی پەستانی خوێن لە تووشبووانی پەستانی خوێن، ئاشنابوون بە نیشانە لابەلاکان کە لەوانەیە لە ماوەی ٢٤-٤٨ کاتژمێری پاش وەرگرتنی ڤاکسین سەرهەڵبدەن، کە بەگشتی بریتین لە: ئازار و ئاوسان لە شوێنی لێدانی دەرزی، سەرئێشە، هەستکردن بە ماندووبوون و هیلاکیی جەستە، بەرزبوونەوەی پلەی گەرمیی لەش، هەندێك جاریش لەرزوتا Chills.

جۆرە گۆڕاوەکانی ڤایرۆسی کۆرۆنا بۆ هەموو کەسێک مەترسیدارن!



ئەگەرچی لە ڕاپۆرتەکانی سەنتەری ئەمریکیی خۆپاراستن و کۆنترۆڵی نەخۆشییەکان CDC، لە ڕێکەوتی ٧ی تەمووزی ٢٠٢١ هاتووە کە نزیکەی نیوەی ئەمریکییەکان بەلای کەم یەك ژەمی ڤاکسینی تەواوی کۆڤیدیان وەرگرتووە، بەڵام تا ئێستا ئەمە بە تەواوی نەزانراوە کە تا چەند ئەو کەسانە بەرانبەر بە جۆرە گۆڕاوەکانی ڤایرۆسی کۆرۆنا، بەتایبەتی جۆری گۆڕاوی دێلتا پارێزراو دەبن، بە هەرحاڵ جەخت لەوە کراوەتەوە کە جۆرە گۆڕاوە نوێیەکانی New variants ڤایرۆسی کۆرۆنا بە ڕیسکی نوێ هەژمار دەکرێن. بەگشتی جۆرە گۆڕاوەکانی کۆڤید١٩ بۆ هەندێك کەس زیاتر مەترسیدارن، وەکو تووشبووان بە نەخۆشییە درێژخایەنەکان، یان ئەوانەی کە سیستمی بەرگریی لەشیان لاوازە، بۆنموونە ئەوە سەلمێنراوە کە جۆری گۆڕاوی دێلتای ڤایرۆسی کۆرۆنا زۆر بە خێرایی دەگوازرێتەوە، بەراورد بە جۆرە گۆڕاوەکانی دیکەی وەکو جۆری ئەلفا و بێتا و گاما. ئەگەرچی هەموو جۆرە ڤاکسینەکانی کۆرۆنا ئاستێکی بەرزی بەرگری بەرانبەر بە کۆڤید١٩ پەیدا دەکەن، بەڵام هێشتا ئەمە نەسەلمێنراوە کە بەرانبەر بە هەموو جۆرە گۆڕاوەکانی ڤایرۆسی کۆرۆنا، بەتایبەتی جۆری گۆڕاوی دێلتا بە هەمان ئەندازە کاریگەر بن، بۆیە بە مەبەستی خۆپاراستنی زیاتر پاش وەرگرتنی ژەمی تەواوی ڤاکسین، ڕێنمایی بەستنی ماسك دەکرێت، بەتایبەتی لە شوێنە گشتییە داخراوەکان و شوێنە قەرەباڵغەکاندا.

ئایا پاش وەرگرتنی ڤاکسینی کۆرۆنا پێویست بە بەستنی ماسک دەکات؟

سەرەڕای بەردەستبوونی ڤاکسین، پسپۆڕانی تەندروستی جەخت دەکەنەوە، کە بە وەرگرتنی دوو ژەمی تەواو هەرگیز خۆپاراستنی تەواو لە کۆڤید١٩ نایێتە ئەنجام و، ئەگەری تووشبوون بە کۆڤید١٩ بە دوور نازانن، بەتایبەتی پاش پەیدابوونی جۆری گۆڕاوی دیڵتا، کە بۆتە ئەگەری خێراتر و زیاتر بڵاوبوونەوەی ڤایرۆسی کۆرۆنا، هەروەها جەخت لەسەر پابەندبوون بە هەنگاوەکانی خۆپاراستن دەکەنەوە، بەتایبەتی بەستنی ماسك لە شوێنە داخراو و قەرەباڵغەکاندا. لە راپۆرتێکی سەنتەری ئەمریکیی کۆنترۆڵ و خۆپاراستن لە نەخۆشییەکان CDC، لە ڕێکەوتی ٢٠ی تەمووزی ٢٠٢١ رێنمایی ئەوە کراوە کە تەنانەت ئەو کەسانەشی کە ژەمی تەواوی ڤاکسینی کۆرۆنایان وەرگرتووە، هێشتا پێویست دەکات کە لە شوێنە قەرەباڵغ و شوێنە گشتییە داخراوەکاندا ماسك ببەستن، لەبەر دەرکەوتنی جۆری گۆڕاوی دیڵتای کۆڤید١٩، واتە هێشتا مەترسیی تووشبوونیان بە ڤایرۆسی کۆرۆنا لێ دەکرێت، بۆیە پێویستە لەسەر هەمووان کە پابەند بن بە پرۆتۆکۆڵەکانی سەلامەتی لەکاتی پەتاکاندا، جەخت لەمەش کراوەتەوە کە پێویستە مامۆستایانی قوتابخانە و زانکۆکان لەگەڵ قوتابیان و ستافی ئیداری ماسك ببەستن، هەتا ئەگەر ڤاکسینیان وەرگرتبێت. جۆری گۆڕاوی دیڵتا Delta variant توانای خێرا بڵاوبوونەوە و تەشەنەکردنی هەیە، تەنانەت لە نێو ئەو کەسانەی کە ژەمی تەواوی ڤاکسینی کۆرۆنایان وەرگرتووە، کە لە کاتی تووشبوونیاندا ڤایرۆس بە خێرایی بۆ کەسانی دیکە دەگوازنەوە، تەنانەت ئەگەر بێ نیشانەش بن.

ڤایرۆسی کۆرۆنا کاریگەری دەکاتە سەر تۆڕەی چاو

ئەوە روونە کە کۆڤید١٩ کاریگەریی دەکاتە سەر چەند ئەندامێك لەش و هەوکردن پەیدا دەکات، بەتایبەتی ئەو ئەندامانەی کە وەرگری جۆری ACE2 لەخۆدەگرن، بۆنموونە سییەکان، دڵ، بۆڕییەکانی خوێن، ریخۆڵە، گورچیلە. توێژینەوە نوێیەکان باس لەوە دەکەن کە ڤایرۆسی کۆرۆنا جگە لەم ئەندامانە، کاریگەری دەکاتە سەر تۆڕەی چاویش Retina. لە کەسانی تووشبوودا ڤایرۆسی کۆرۆنا لەوانەیە کە بگاتە چەند چینێکی تۆڕەی چاو و هەوکردن لەوێدا دروست بکات و، ببێتە ئەگەری ئەم نیشانانە: ئازاری چاو، ترس و نارەحەتیی چاو بەرانبەر بە رووناکی Photophobia، خورشت و هەستکردن بە سووتانەوەی چاو، زیاد فرمێسککردن، سووربوونەوەی چاو هاوکات لەگەڵ هەستکردن بە بوونی تەنی بیانی لە چاودا. ئەمەش روونکراوەتەوە کە لە ئەنجامی تووشبوون بە ڤایرۆسی کۆرۆنا، گۆڕان لە موولوولە خوێنییە وردەکانی تۆڕەی چاودا روودەدات، بە شێوەی گەورەبوونی خوێنبەر و خوێنهێنەرە وردەکان.

ئایا ڤاکسینی کۆڤید بەرگریی درێژمەودا پەیدادەکات؟

هەر لە سەرەتای مانگەکانی دەستپێکی پەتای کۆڤید١٩ ئەوە بە تەواوی روون نییە، کە ئایا بەرگریی تەواو بۆ ڤایرۆسی کۆرۆنا دروست دەبێت، ئەگەر دروست ببێت تا چەند بەردەوام دەبێت؟ بەهەرحاڵ، لە دوو لێکۆڵینەوەی نوێدا هاتووە کە ئەو بەرگرییەی لەش کە لە ئەنجامی هەوکردن، یان تووشبوون بە کۆڤید١٩ پەیدا دەبێت، لەوانەیە کە تەنیا بۆ ماوەی چەند مانگێك بمێنێتەوە، پسپۆڕانی تەندروستی پێیان وایە کە وەرگرتنی ڤاکسین هاندەر دەبێت، بۆ درێژکردنەوەی ماوەی مانەوەی بەرگریی پاش تووشبوون.

ئەنجامێکی دیکەی هەمان ئەم دوو لێکۆڵینەوەیە بریتییە لەوەی کە گەلێك کەس پاش چاکبوونەوە لە کۆڤید١٩، کە ڤاکسینی کۆڤید وەردەگرن لەو جۆرانەی کە لە دروستکردندا پشت بە نامەی mRNA دەبەستن، وەکو ڤاکسینەکانی پفایزەر و مۆدێرنا، ئەوا بەرگریی لەشیان بۆ ماوەی نزیکەی یەك ساڵ بە چالاکی دەمێنێتەوە، بۆیەپێویستیان بە ژەمی بەهێزکاری ڤاکسین Booster shot نابێت.