

الدكتورة غنوة الدقدوقي حول كورونا: مخاطر الفيروس، الوقاية منه وكيفية هزمه

منذ ظهور فيروس كورونا المستجد في الصين ثم وصوله الى لبنان في 21 شباط الماضي، راجت الاشاعات والوصايا والمعلومات غير الدقيقة، وهو ما يشكل خطرا على السلامة العامة في لبنان، خصوصا مع استمرار تسجيل اصابات بين اللبنانيين، ما يحتم الاعتماد على توضيحات الجهات الرسمية والدولية المعتمدة، بالاضافة الى آراء الاختصاصيين

على الرغم من مرور اكثر من شهرين على ظهور الفيروس في لبنان ونحو اربعة اشهر على بداية ظهوره في مدينة ووهان الصينية، الا ان العديد من المعلومات حول ما يجري لا يزال محل تكهنات وتأويلات عند كثيرين.

"الامن العام" التقت الاختصاصية في الامراض الجرثومية والمعدية الدكتورة غنوة الدقدوقي، وحاورتها حول مسائل مرتبطة بفيروس كورونا ومخاطره من الجانب العلمي، وما يمس صحة اللبنانيين واحتمالات القضاء على الفيروس والمراحل التي وصل اليها.

■ كيف تقيمين اداء الحكومة اللبنانية حتى الان في التعامل مع خطر كورونا؟

□ لا شك في ان الحكومة اللبنانية تحاول جاهدة السيطرة على انتشار الوباء بخطوات قد تسارعت في الاونة الاخيرة. علما انني كمرقبة لموضوع انتشار الوباء لدي بعض الملاحظات على بطء الخطوات الاولى التي قد تكون قد ساهمت في الانتشار المتسارع لهذا الفيروس. تجدر الاشارة هنا الى الارادة الشعبية الصلبة في مواجهة الوباء، والتي تجلت في وجود مئات المتطوعين من عامة الناس، اضافة الى الجسم الطبي والتمريضي، شكل رافعة لخطة مواجهة انتشار الوباء.

■ تحدث وزير الصحة عن ان لبنان في المرحلة الثالثة، وان وزارته تتهيأ للمرحلة الرابعة المحتملة التي هي مرحلة استنفار، ما تعليقك؟

□ يمر الوباء عادة باربعة مراحل: تتضمن المرحلة الاولى وجود حالات وافدة ومتفرقة ومعزولة تتم معالجتها عبر ايقاف دخول الفيروس وتحديد الحالات الاولى، تتمثل المرحلة الثانية في انتشار الفيروس في البلاد وتجرى معالجتها عبر وقف مظاهر التجمعات ومنها الندوات والمؤتمرات

والمدارس، المرحلة الثالثة تسجل انتشارا واسعا ومتسارعا للفيروس وعلاجها يتم من خلال السيطرة على الاثار السلبية للتفشي السريع للفيروس والعبور الى الحجر الصحي الاجباري لمناطق واسعة مع اغلاق الحدود، المرحلة الرابعة تتمثل في انحسار هذا التفشي. نحن اليوم نعيش حتما مرحلة الاستنفار بكل تفاصيلها. استنفار الطواقم الطبية والجهات الامنية والمجتمع المدني والبلديات.

■ لكي يفهم اللبنانيون عموما طبيعة فيروس كورونا والخطر المرضي الذي يشكله، هل من الممكن ان تشرحي طيبا طريقة عمله ودخوله الجسم واصابته؟

□ يعتبر فيروس كورونا واحدا من الفيروسات التي تصيب الجهاز التنفسي الذي يبدأ بالانف وينتهي بالرئتين اللتين تعتبران مكانا مناسباً لهذه الفصيلة من الفيروسات من حيث الرطوبة والحرارة، فتغزو خلاياهما بحيث تتكاثر وتتمو مسببة اعراضا سريرية كارتفاع الحرارة الذي يعتبر العارض الاهم للاصابة بفيروس كورونا، والسعال، وآلام العضلات، والصداع، وضيق التنفس، وآلام الصدر. الجدير ذكره، ان هذا الفيروس لديه من عوامل القوة - مثل الغلاف الخارجي وبروتينات موزعة على المساحة الخارجية للفيروس - ما يسهل مهمته في غزو خلايا الجهاز التنفسي.

ينتقل هذا الفيروس عبر الرذاذ عند السعال او عطس احد المصابين بالفيروس، ويدخل الى جسم الانسان عبر المخاطيات، اي الانف او الفم او العين، ويستطيع البقاء حيا على المسطحات من ساعات الى ايام بحسب نوع المسطح. عند وصوله الى الرئتين، يلتصق على خلايا الجهاز التنفسي عبر بروتينات مساحته الخارجية، ما يسمح للمادة الجينية دخول الخلايا والقيام بعملية التكاثر التي تؤدي الى احتقان خطير في خلايا الجهاز التنفسي،

ما يفقده القدرة على القيام بوظائفه الرئيسية اي التخلص من ثاني اوكسيد الكربون وتأمين الاوكسجين للانسجة، وبالتالي الى ظهور التعقيدات السريرية مثل الاحتقان الرئوي والتهابات الرئتين. لا بد من الاشارة الى ان الفيروس الذي دخل جسم الانسان عبر الجهاز التنفسي، قد يصيب ايضا الجهاز الهضمي مسببا السعال وآلاما في البطن وتضخم الكبد. نتيجة بقاء الفيروس في جسم الانسان، يستطيع الوصول عبر الدورة الدموية الى اعضاء اخرى كالقلب والكلى والدماغ.

■ في ظل عدد الاصابات المسجلة في لبنان وفي محيطنا الجغرافي القريب تحديدا، هل يصنف لبنان في مرحلة الخطر او لم ندخلها بعد؟

□ الخطر الداهم اليوم يتمثل في ازدياد عدد الاصابات في بلدنا المنهك اقتصاديا. علميا، مجرد انتشار الوباء العام او ما يسمى الجائحة، يرسم خطا احمر في المجال الصحي والاجتماعي والاقتصادي لاسيما اذا لم يلتزم الناس الحجر المنزلي الاجباري لا الاختياري، وذلك منعا لانتشار اوسع للفيروس وبالتالي تهديد حياة المصابين به.

■ بماذا يختلف كورونا المستجد عن فيروس كورونا الاصلي الذي ظهر لسنوات خلت؟

□ عرفت فصيلة فيروسات كورونا منذ العام 1960 وهي فيروسات حيوانية المصدر. اشتهرت بقدرتها على الانتشار والتسبب بأوبئة مختلفة. في العام 2003 تسببت الكورونا بما يسمى متلازمة الالتهاب الرئوي الخويم او السارس، وكان مصدره القوارض، لكنه ظل محصورا في آسيا والصين وتسبب بنسبة وفيات ناهزت 9.6% في العام 2012 تسببت الكورونا بما عرف بمتلازمة الشرق الاوسط وكان مصدرها الابل، وظلت محصورة في المملكة العربية السعودية والخليج العربي،



الاختصاصية في الامراض الجرثومية والمعدية الدكتورة غنوة الدقدوقي.

وبلغت الوفيات الناتجة من تلك الاصابات 34%. وصولا الى فيروس الكورونا المستجد وسمي كذلك نظرا الى وجود هذه السلالة من فصيلة فيروسات الكورونا للمرة الاولى لدى الانسان، وعرف بانتشاره الواسع في انحاء العالم وتسببه بوفاة ما يقارب 3.4% من المصابين.

■ هل يعني ذلك ان الاجسام الطبيعية في امكانها التعامل معه ومقاومته؟

□ في حال دخول الفيروس الى جسم الانسان تحدث المعركة الاهم بين المناعة الذاتية للجسم والفيروس المقتحم. فاذا كانت المناعة قوية تستطيع احتواء الفيروس والقضاء عليه، وفي حال كانت المناعة ضعيفة تستطيع الفيروس القيام بالعملية الالتهابية اللازمة التي قد تؤدي الى التهابات رئوية خطيرة ومعقدة. بناء عليه، ان تفاعل الجسم مع الفيروس يختلف من شخص لآخر وفقا لقوة الجهاز المناعي.

■ في هذه الحالة من هي الفئات بشكل محدد التي يجب ان تحصل على عنايتنا الاكبر ضمن العائلة الواحدة او داخل مجتمعاتنا المختلفة؟

□ حتى الان اثبتت الدراسات التي اجريت حول حالات الاصابة بالكورونا المستجد، ان الاشخاص الاكثر عرضة للاصابة بتعقيدات الفيروس هم من كبار السن، والمصابين بامراض القلب وارتفاع

ضغط الدم والسكري والسرطان، والمدخنين، والمصابين بنقص المناعة.

■ ما هي الطرق والاجراءات المثلى للحد من مخاطر الفيروس داخل بيوتنا؟

□ في واقعنا الحالي، التزام المنزل هو الخطوة الاهم للحد من انتشار الفيروس بين الناس. لكن لا بد من التذكير بالخطوات الاساسية للحماية:

- غسل اليدين بالصابون بشكل صحيح مع مراعاة استعمال المياه الدافئة والجارية، على ان لا تقل المدة عن 20 ثانية.
- عدم لمس الاغشية المخاطية في الانف والعيون والفم اذا كانت الايدي متسخة.
- البقاء في المنزل في حال الشعور بالمرض.
- استعمال المنديل لتغطية العطس والسعال تجنباً لانتشار الرذاذ، واذا لم يتوافر المنديل علينا استعمال كوع اليد لتغطية العطس والسعال.
- مسح الاسطح او المسطحات وتنظيفها بشكل دائم.
- اتباع عادات صحية تقوي الجهاز المناعي كالنوم الجيد والاكل الصحي والابتعاد من الضغوط النفسية.

■ ما هي الاطعمة او المواد الغذائية التي يمكن ان تحمينا صحيا في ظل هذا الوضع؟

□ الغذاء الصحي والمتوازن الذي يعمل على تقوية

الجهاز المناعي، لاسيما الفيتامين C الموجود في الليمون والحامض والفليفلة الحمراء والبقدونس والملفوف والبروكولي والكيوي.

■ عندما تظهر حالة اصابة في محيطنا القريب ما هو تسلسل الخطوات التي يجب ان نقوم بها من المنزل او مكان العمل او المدرسة، وصولا الى تولى السلطات الصحية المسؤولية عن حالة المصابة؟

□ عندما تظهر حالة اصابة بالفيروس علينا التزام الحجر المنزلي لمدة لا تقل عن 14 يوما، الفترة التي تمثل فترة حضانة الفيروس، مع مراقبة الحرارة وظهور اية اعراض سريرية، وذلك لاستكمال الفحوص الضرورية لتشخيص العدوى. هنا لا بد من التذكير بضرورات الحجر المنزلي المتمثلة بالمكوث في غرفة منفصلة، عدم مشاركة الحمام مع افراد المنزل، عدم مشاركة الصحون والاكواب مع افراد الاسرة.

■ بصفتك اختصاصية في الامراض الجرثومية والمعدية، كم ستطول المدة قبل احتواء الفيروس، لبنانيا وعالميا؟

□ من الصعب الاجابة عن هذا السؤال، علما ان قدرتنا على احتواء الفيروس تتوقف على التزامنا اجراءات الحجر المنزلي. قد يتساءل البعض ما هي اهمية الحجر المنزلي؟ في زمن الوباء ينقسم المجتمع الى مجموعات اربع: الاولى تتمثل بالاشخاص المصابين المعروفين، الثانية بالاشخاص المخالطين من العائلة والاصدقاء والمعروفين ايضا، الثالثة بالاشخاص المخالطين غير المعروفين والذين من الممكن ان يكون المصاب قد التقى بهم في الاماكن العامة كالسوبرماركت مثلا، الرابعة هم الذين يكونون موجودين ومحجورين في منازلهم والذين لم يلتقوا ايا من المجموعات الاربعة المذكورة ان اي احتكاك بين المجموعة الرابعة والمجموعة الثانية او الثالثة يعرض المجموعة الرابعة للاصابة. لذلك، فان الابقاء على الحجر المنزلي يوقف انتشار الفيروس بين الناس.

■ متى يمكننا ان نقول اننا انتهينا من خطر كورونا وكيف؟

□ ينتهي خطر كورونا عندما يتوقف انتقال الفيروس بين الناس، وعندما نتأكد ان هذا الفيروس لم يعمل على تغيير جيني معين يجعله اكثر فتكا مع الوقت.