تحذيرات طبية عالمية من خطورة الإنفلونزا الموسمية هذا العام: ستكون أكثر فتكاً!

تشير تقديرات المراكز الأميركية لمكافحة الأمراض والوقاية منها CDC إلى أنه حتى الآن، في هذا الموسم، كان هناك ما لا يقل عن 2.8 مليون مريض إنفلونزا، اضطر 23000 منهم دخول المستشفى، فيما حدثت 1300 حالة وفاة بسبب الإنفلونزا ، بحسب ما ورد في تقرير نشره موقع "إيت ذيس نوت ذات" Eat This Not That.

بالإضافة إلى أهمية تلقي لقاح الإنفلونزا، ينصح الخبراء باتخاذ احتياطات السلامة للبقاء بصحة جيدة، حيث تقول آنا فان تويل، مديرة قسم العناية المركزة لطب الطوارئ في مستشفى "جامعة ستاتن آيلاند" إنه "من المهم اتخاذ تدابير وقائية مثل ارتداء الكمامات وغسل اليدين المتكرر والبقاء في المنزل عندما يكون الشخص مريضًا".

أكثر فتكًا هذا العام

ويوضح بروفيسور تشارلز بيلي، مدير طبي لمستشفى في كاليفورنيا، أنه "يصعب القول بأن الإنفلونزا

أكثر انتشارًا هذا العام، مقارنة بالسنوات السابقة الأخيرة عندما كانت الحالات في أدنى مستوياتها التاريخية، ويرجع ذلك جزئيًا إلى قيود كوفيد العالمية. وأنه ربما يكون نتيجة للتعرض للإنفلونزا بدرجة أقل من المعتاد "في السنوات الأخيرة لنفس السبب، [وهو الإجراءات الاحترازية لكوفيد]، فإن هناك انخفاض مناعة الإنفلونزا بشكل عام مقارنة بالسنة المعتادة حيث تعرضت نسبة كبيرة من السكان مؤخرًا للإنفلونزا".

وتقول دكتورة باتريشيا بينتو غارسيا، طبيبة الأطفال الأميركية إنه "مع دخول موسم الشتاء 2022-2023، يرتدي عدد أقل من الأشخاص الكمامات الواقية ويتجمع الناس مرة أخرى بشكل شخصي. ونتيجة لذلك، يمكن أن يشهد العالم ارتفاعًا في ليس فقط الإنفلونزا ولكن أيضًا في حالات كوفيد-19 وRSV. لذلك فإنه من المهم أن يحصل الجميع على لقاح الإنفلونزا وكوفيد-19 للحماية بشكل أفضل من العدوى هذا الشتاء".

خطر الوفاة

وتضيف دكتورة بينتو غارسيا أن "هناك عددا من عوامل الخطر التي يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بمرض شديد أو حتى الوفاة بسبب الإنفلونزا. تختلف أعراض الإنفلونزا من شخص لآخر. فقد يعاني بعض الأشخاص من أعراض خفيفة جدًا بينما يمكن للآخرين أن يمرضوا بشدة، مع تطور الأعراض إلى التهاب رئوي أو تعفن الدم. وتعتمد قابلية التعرض للإنفلونزا الحادة والمضاعفات على عدة عوامل، من بينها العمر، حيث إن أولئك الذين تزيد أعمارهم عن 65 عامًا والذين تقل أعمارهم عن عامين يكونون أكثر عرضة للإصابة بالمضاعفات كما أن الحمل هو عامل خطر آخر، فعندما تكون المرأة حاملاً، يميل جهاز المناعة لديها إلى أن يكون أكثر ضعفًا، وبالتالي تزداد احتمالية إصابتها بالمرض. إن تلقي لقاح الإنفلونزا أثناء الحمل مهم لهذه الطبقة الإضافية من الحماية".

كما أن الأشخاص، الذين يعانون من حالات صحية مزمنة، يكونوا أكثر عرضة لخطر الإصابة بأعراض الإنفلونزا الحادة. فعلى وجه الخصوص، مرضى الربو والذين يعانون من أمراض الرئة الأخرى مثل مرض الانسداد الرئوي المزمن، معرضون للخطر بطريقة أكبر. وتشمل الحالات الأخرى التي يمكن أن تشكل عامل خطر مرض السكري والسمنة ومشاكل القلب".

لقاحات وسلالات الإنفلونزا

ويوضح دكتور بيلي أن "اللقاحات بشكل عام لا تمنع إصابة الشخص المحصَّن بالعدوى، ولكنها تخفف بدرجة

أو بأخرى من شدة أي أعراض من العدوى وعادة ما تمنع التداعيات الخطيرة أو الوفاة".

وتقول دكتورة بينتو غارسيا إن "الإنفلونزا هي في الواقع عدة سلالات من الفيروس نفسه. تختلف السلالات السائدة من سنة إلى أخرى. يجب على العلماء توقع السلالة التي من المحتمل أن تهيمن كل عام ويتم صنع اللقاح بناءً على المسارات من السنوات السابقة. إذا كانت المسارات متوقفة (وهو أمر لا بد أن يحدث لأن الفيروسات تتغير طوال الوقت)، فربما يكون لقاح الإنفلونزا أكثر أو أقل فعالية من سنة إلى أخرى".

أهمية التطعيمات

كما يعني ذلك أن مناعة الشخص ضد الإنفلونزا لا تدوم طويلاً، لأنه لا تتوفر له الحماية من عام إلى آخر. لذا فإن كلا هذين الأمرين يعني أن الفيروس لا يزال ينتشر بين السكان. إضافة إلى حقيقة أن العديد من الأشخاص يختارون عدم الحصول على لقاح الإنفلونزا ومن ثم سيكون هناك دائما حالة لا يزال من الممكن أن يمر الفيروس من خلالها بسهولة عبر المجتمع. لكن من المهم أن يضع الشخص في الاعتبار أنه حتى لو لم يكن لقاح الإنفلونزا فعالاً بنسبة 100% ضد الإنفلونزا، فإنه لا يزال يمنع تدهور الحالات والإصابة بأمراض خطيرة. وبعبارة أخرى، يمكن أن تكون معاناة من تم تطعيمه وأصيب بعدوى الإنفلونزا أقل وعادة ما يتحسن بشكل أسرع من الأشخاص الذين لم يتلقوا اللقاح".

وقت نقل العدوى

وفقًا للدكتور بيلي "من المحتمل أن يكون هناك يوم واحد قبل ظهور الأعراض حتى عدة أيام بعد ظهور الأعراض، ولكن ربما يكون الأشخاص معدين لمدة أسبوع أو أكثر بعد بدء المرض. وبشكل عام، من غير المرجح أن يكون المريض ناقلًا للعدوى بعد أسبوع من ظهور الأعراض أو بعد 24 ساعة من اختفاء الحمى وأعراض الجهاز التنفسي مثل السعال أو ضيق التنفس؛ لكن يمكن أن يكون الأشخاص، الذين يعانون من كبت المناعة، ناقلين للعدوى لفترة أطول".

سبب تزايد حالات الإنفلونزا

وتقول دكتورة بينتو غارسيا: "تكون الإنفلونزا أكثر شيوعًا خلال أشهر الشتاء وتنتشر إما عن طريق الرذاذ أو الهباء الجوي. ويمكن أن يحدث انتقال الفيروس بين شخصين عندما يسعل شخص ما أو يعطس أو

يتحدث. خلال الأشهر القليلة الماضية، كان هناك احتياطات تحد من التجمعات في الأماكن المغلقة وارتداء الكمامات الواقية بشكل عام للحماية من كوفيد-19. ومع بدء التخلي عن هذه القيود وعودة الأشخاص إلى النشاط الطبيعي، سينتشر الفيروس بسهولة أكبر بين المجموعات. لذلك من المرجح أن تكون هناك زيادة في عدد حالات الإنفلونزا خلال 2022-2023".

الأعراض الشائعة والعلاج

ويقول دكتور بيلي إن "الحمى والسعال وآلام العضلات أو الجسم والتهاب الحلق وسيلان أو انسداد الأنف والصداع والإرهاق. وتكون أعراض الجهاز الهضمي مثل القيء والإسهال أقل شيوعًا إلا عند الأطفال. وينصح بطلب العناية الطبية إذا كان الشخص يعاني من ضيق التنفس أو حالة نفسية متغيرة أو الحمى لفترات طويلة أو مفرطة".

وتضيف دكتورة بينتو غارسيا أن "أعراض الإنفلونزا الشائعة تشمل حمى تستمر من 3 إلى 4 أيام وآلام شديدة في الجسم وقشعريرة وإرهاق واحتقان في الصدر وصداع. وتميل الأعراض إلى الظهور بسرعة ويشعر الشخص بأنها أكثر حدة من نزلة البرد. كما يمكن أن يعاني الأطفال، على وجه الخصوص، من الغثيان والقيء أو الإسهال".

بشكل عام، يمكن علاج الإنفلونزا من خلال البقاء في المنزل والراحة وشرب الكثير من السوائل. ولكن ربما تكون هناك حاجة إلى عناية طبية إذا ظهرت على المريض أي علامات شديدة مثل صعوبة التنفس أو الحمى أو السعال.