الأسرة العراقية والأنفلونزا الوبائية

Iraqi Household and Endemic Influenza

مـقدمة

أصيب العراقيون بالهلع من انتشار الانفلونزا الوبائية كما اصيب سكان العالم اجمع عندما اعلنت منظمة الصحة العالمية وبائية مرض انفلونزا الخنازير الذي ظهرت اصاباته الاولى في امريكا الشمالية (المكسيك والولايات المتحدة الامريكية

وكندا) في شهر آذار ونيسان من هذا العام (2009) وانتشر من هذه القارة الى انحاء العالم اجمع بسرعة فائقة كأنتشار النار في الهشيم مخلفا 5878 حالة وفاة فقط في قارة امريكا نتيجة الاصابه به.

وقد سجل العراق اول اصابه بهذا المرض في نهاية شهر حزيران عند عودة فريق كرة السلة النسائي الذي كان يحضر مباراة في الولايات المتحدة الامريكية . فماهو هذا المرض ؟ وماخطورته؟ وكيف يمكن الوقاية منه؟

أنفلونزا وبائية أم انفلونزا الخنازير

لقد انتشر اسم انفلونزا الخنازير على المرض الذي اودى بحياة الالاف من الناس في مختلف بقاع العالم فما هي هذه الانفلونزا؟؟ حسب منظم ة الصحة العالمية انفلونزا الخنازير هي مرض فايروسي تنفسي يصيب خنازير المزارع لكنه قابل للانتقال الى الانسان وهو قادر على الانتشار سريعا أي ان فايروسات انفلونزا الخنازير تصيب في العادة الخنازير وليس البشر وتقع معظم حالات اصابة الناس نتيجة اتصال بينهم وبين خنازير مصابة

على هذا الاساس فأن الخنازير بريئة مما نسب اليها من تهمة وانه لم يثبت انها انتقلت فعلا من الخنازير الى الانسان الا انها نوع من انواع الانفلونزا الاعتيادية لها خصائص مشابهة وراثيا للانفلونزا التي تصيب الخنازير والتي تعرف بأنفلونزا (H1N1) والتي تختلف وراثيا عن انفلونزا الطيور التي تعرف بأنفلونزا (H5N1)

ولهذا السبب ولأجل الدقة في التسمية فأن منظمة الصحة العالمية أسمتها الانفلونزا الوبائية لأنتشارها كالأوبئة ولاجل ان لا ينصرف الذهن الى انها انتقلت من الخنزير الى الانسان.

أعراض الإصابة بالأنفلونزا الوبائية

الأعراض مماثلة للأنفلونزا الموسمية (التي نصاب عادة بها في موسم البرد) وهي ارتفاع مفاجيء في درجة الحرارة وسعال والم في العضلات واجهاد شديد وتسبب بالاضافة الى هذه الاعراض الاسهال والقيء.

وقد عرفت منظمة الصحة العالمية المرضى المشتبه بأصابتهم بالانفلونزا الوبائية تعريفا قياسيا وهو ان يكون قد ارتفعت حرارته الى ما لايقل عن 38 درجة مئوية ووجود سعال او احتقان او ضيق في التنفس .

* ان يكون ملامس لحالة اصابة مؤكدة خلال مدة اقصاها 7 ايام.

*** ان يكون قادم من بلد موبوء بالمرض خلال مدة اقصاها 7 ايام .**

مع العلم ان هناك اناس اصيبوا بالمرض ولم تظهر عليهم اعراضه كما ان اغلب المرضى المصابين لم تحدث لهم مضاعفات مهمة والتي نوردها بالاتي :

- **حصول فشل الجهاز التنفسي.**
- **حصول التهابات بكتيرية ثانوية.**
- **حصول التهابات رئوية فايروسية شديدة.**

وسائل العدوى بالانفلونزا الوبائية

كما نعلم ان الانفلونزا مرض فايروسي والفايروس يصيب الجهاز التنفسي ينتقل عن طريق رذاذ العطاس بوجه الاخرين ، مواد القيء والاسهال والتلوث بها او انتشار رذاذها.

المرضى المصابين فأن المصاب يستطيع عدوى الاخرين بالطرق المذكرة اعلاه 24 ساعة قبل ظهور اعراض المرض والى 7 ايام من ظهورها.

أكثر الناس عرضة للاصابة بالمرض

من خلال مراقبة الاصابات المرضية وانتشار الوباء لوحظ ان النسبة العليا من المصابين هم من المراهقين والشباب .كما اوردت مجلة علمية ان المدخنين هم اكثر عرضة للاصابة من غيرهم في حالة تعرضهم للفايروس

اما اكثر الناس عرضة لحصول مضاعفات مرضية من جراء اصابتهم بالانفلونزا الوبائية فهم:

- **الاطفال المصابين دون سن الخامسة.**
- **كبار السن فوق سن 65 سنة.**
- **الحوامل والمصابين بأمراض مزمنة خصوصا امراض الجهاز التنفسي المزمنة**

الوقاية من المرض وكيف نحمي انفسنا واطفالنا واسرتنا منه

يمكن القول انه لاداعي للخوف من هذا المرض فهي انفلونزا اعتيادية ولكن لكونها من نوع جديد فأن المؤسسات الصحية تتوقع صعوبة تأقلم الجهاز المناعي له فيكون تأثيرة كبيرا . لذا فأن الاجراءات الوقائية هي اجراءات احترازية مشددة لكي لايؤخذ الانسان على حين غفلة . وللوقاية من المرض هناك جملة من الاجراءات :

- عدم وضع اليدين على الوجه وبالاخص الانف بعد مسك مناطق قد تكون ملوثة بالفايروس الا بعد غسل اليدين بالماء والصابون ويجب دعك اليدين بالصابون مدة لاتقل عن 15 ثانية او استخدام معقم اليدين الكحولي .
- تجنب المناطق المكتضة بالسكان وخاصة ذات التهوية السيئة مع عدم البقاء بها لفترة طويلة مثل (الباصات وسيارات النقل العام والنوادي كالبلياردو والبلي ستيشن ومقاهي الانترنت
- الابتعاد عن الذين تشك بأصابتهم بالمرض.
- اذا عطس شخص بقربك وكانت المسافة 5 امتار فنسبة انتقال المرض ضئيلة جدا وتعد المسافة الامينة واحد مترنسبة العدوى في الاماكن المفتوحة قليلة

اما مايتعلق بالاقنعة فأنها غير مهمة وغير مفيدة في العراق حاليا لان العراق والحمد لله بلد غير موبوء ولاداعي لتخويف الناس ويكفي الالتزام بالا جراءات المذكورة اعلاه.

العراق والإجراءات الحكومية ضد الانفلونزا الوبائية

ذكرت سابقا ان اول الاصابات سجلت للفريق النسوي العراقي الذي عاد من رحلة الى الولايات المتحدة الا مريكية وذلك بتاريخ 24/حزيران وقد تماثلت جميع الحالات للشفاء وقد خرجت احدى المريضات العراقيات من المستشفى بصحة جيدة بعد تجاوزها فترة العدوى لكونها لم تصب بمضاعفات ولذا يمكن القول ان الناس الذين يتمتعون بصحة جيدة اصلا لايصابون بأي مضاعفات تسبب الوفاة.

ان اكثر مايخيف الاسرة العراقية هي الاطفال في المدارس الابتدائية بسبب الاهمال الصحي الذي تعاني منه والاكتظاظ في الصفوف الدراسية واهمال النظافة في

دورات المياه وخصوصا في الاقضية والنواحي وعدم توفر مياه صالحة للشرب .

فما هي الاجراءات الحكومية الوقائية والعلاجية لدرء انتشار المرض دون تخويف الناس وبث الذعر في نفوسهم

في امراض من هذا النوع وفي جميع دول العالم فأن شخص واحد له حق التصريح واعطاء الاوامر وهذا مهم لمنع البلبلة ولذا فأن وزراء الصحة هم المعنيين بنشر عدد المصابين والوفيات واعطاء التعليمات واغلاق المدارس ومن غير المعقول او المقبول ان يصرح ويصدر المحافظ او لجان الصحة في مجالس المحافظات تعليمات مما يثير الريبة ويقلل من ثقة الناس كما حصل في اصابة طلبة المدرسة في واسط.

اعلنت وزارة الصحة عدد من النصائح والارشادات المهمة :

(مراجعة اقرب مركز صحي عند الشعور بالاعراض للتأكد من نوع الانفلونزا وعند ذاك ينصح بعدم الاختلاط بالاخرين والخلود الى الراحة التامة واستعمال المناديل عند العطاس واتلاف المناديل لانها سبب للعدوى وتقليل الدخول للمناطق المزدحمة وغسل اليدين بالماء والصابون جيدا)

ولاريد الحد يث عن الادوية والعلاج لان ذلك من مهمات الطبيب يهمنا في هذا التحقيق نشر الوعي بالمرض والاسترشاد بالنصائح الوقائية منه

قامت وزارة الصحة بالاشتراك مع منظمات مجتمع مدني بأنجاز العديد من ندوات التوعية بالمرض والتثقيف على وسائل الوقاية فضلا عن التوعية الاعلامية ونشر الملصقات وتوزيعها في المدارس . كما ارسلت العديد من الرسائل عبر الهواتف

النقالة الى حامليها للتحذير واعلان وسائل الوقاية من المرض.كما لاننسى فحص العائدين من السفر والقادمين الى العراق من الاجانب في المطار وقبل دخولهم الاراضي العراقية ، فضلاً عن حملة غسل اليدين في المدارس في اليوم العالمي لغسل اليدين.

Global Hand washing Day October 15

وان أم اليتيم تضم صوتها الى كل من يطالب وزارة الصحة بفتح دورات للمعلمين والمدرسين لارشاد الطلبة بصورة علمية عن كيفية الوقاية من الانفلونزا الوبا ئية . كما نعلن عن ان جمعية ام اليتيم وبالتعاون مع وزارة الصحة ستباشر عقد ندوات توعية لشرائح من المجتمع وفي مناطق مختلفة من بغداد حول هذا المرض.

نتمنى لأولادنا وبناتنا الصحة والسلامة ليكونوا النشيء الصحي الجديد الذي يفتخر العراق به