روزنامه طلوع

تاریخ ۲ دی ۱۳۹۹ سه‌شنبه

صفحه ۶ | شماره ۲۹۷۱ | سال بیست و ششم

سلامت

ضرب‌المثل‌های جهان

وقتی در شهر رم هستی مانند رومیان سلوک کن

انگلیسی

نگاهی اجمالی به روند توزیع و تزریق واکسن کرونا در جهان

واکسیناسیون یک و نیم میلیون نفر در جهان تا امروز

با گذشت دو هفته از آغاز نخستین واکسیناسیون عمومی اضطراری کووید ۱۹ در جهان، علاوه بر انگلیس کشورهای دیگری همچون روسیه، چین، امریکا، کانادا، عربستان و بحرین هم شروع به تزریق واکسن کرده‌اند و امروز نزدیک به یک و نیم میلیون نفر از شهروندان این کشورها در برابر ویروس کرونا واکسینه شده‌اند. البته باید به این تعداد بیش از دومیلیون‌نفری را هم که در کارآزمایی‌های بالینی واکسن‌های مختلف که در برخی گزارش‌ها تعداد آنها به بیش از ۱۵۰ مورد می‌رسید، اضافه کرد.

به گزارش سلامت نیوز، حال در ادامه گزارش نگاهی به برنامه کشورهای آغازکننده واکسیناسیون می‌اندازیم و از تعداد افراد واکسینه شده و واکسن‌های مورد استفاده در آنها سخن می‌گوییم.

واکسینه شدن ۴۰۰ هزار انگلیسی در گام نخست

۱۸ آذرماه (۸ دسامبر) بود که پس از ۱۰ ماه تحقیق و توسعه در خصوص واکسن کرونا عرضه واکسن به شکل سراسری در بریتانیا آغاز شد و اولین واکسن به مارگارت کینان، مادربزرگ ۹۱ ساله تزریق شد تا نام او به‌عنوان نخستین فرد دریافت‌کننده واکسن کرونا پس از تأیید مقامات بهداشتی ثبت شود.

بریتانیا اولین کشور جهان بود که به واکسن مشترک شرکت آلمانی بیوان‌تک و فایزر آمریکا پروانه پخش داد و در اولین گام تنها ۸۰۰ هزار واحد واکسن دریافت کرد که برای ۴۰۰ هزار نفر کفایت می‌کند زیرا برای مصونیت کامل هر نفر به دو بار تزریق نیاز دارد. البته انتظار می‌رود این تعداد دوز واکسن کرونا تا پایان ماه به چهار میلیون افزایش یابد.

به گفته مقامات بهداشتی این کشور در ابتدای فرآیند ۵۰ کلینیک به‌عنوان مراکز واکسیناسیون در بریتانیا شروع به کار کرده‌اند تا افراد بالای ۸۰ سال به‌ویژه ساکنان و کارکنان آسایشگاه‌ها و برخی پرسنل بیمارستانی و درمانی را واکسینه کنند.

بوریس جانسون، نخست‌وزیر انگلیس هم این رویداد را بزرگ‌ترین کارزار واکسیناسیون در تاریخ بریتانیا نامیده و گفته است که این روند با گام‌هایی کوچک شروع خواهد شد. به گفته جانسون دولت بریتانیا روی‌هم‌رفته ۴۰ میلیون دوز واکسن سفارش داده و انتظار دارد که آنها را در نیمه اول سال آینده میلادی دریافت کند.

البته ظاهراً روند توزیع واکسن در انگلیس با سرعتی که پیش‌بینی می‌شد به‌پیش نرفته است و مشکلات متعددی ازجمله زنجیره سرد مورد نیاز برای واکسن فایزر-بیوان‌تک و برو چندین مورد آلرژی در بین دریافت‌کنندگان واکسن، مشکلاتی را برای سرعت بخشیدن به روند واکسیناسیون پیش آورده است.

برای مثال سخنگوی فایزر به‌تازگی به نشریه وال‌استریت ژورنال گفته است که پخش واکسن به آن آسانی که ابتدا تصور می‌شد، نیست. افزون بر این نتایج مطالعات درمانی بیش‌ازحد انتظار به درازا کشیده است. به گفته این مقام فایزر، شرکت آمریکایی بر آن بود تا پایان سال جاری میلادی حدود ۱۰۰ میلیون دوز واکسن تولید و پخش کند، اما گمان نمی‌رود که بتواند تا پایان سال بیش از ۵۰ میلیون بسته تحویل دهد؛ هرچند فایزر امیدوار است که در سال آینده میلادی بیش از یک میلیارد دوز واکسن تولید و عرضه کند.

ازاین‌رو وضعیتی که در بریتانیا پیش‌آمده در سایر کشورها نیز قابل‌مشاهده است زیرا پخش واکسن در آمریکا و اتحادیه اروپا هم آهسته پیش می‌رود و حتی برخی کشورها که پیش‌بینی می‌شد جزو اولین‌ها در شروع واکسیناسیون باشند هنوز اقدام به تزریق واکسن نکرده‌اند چراکه روند تأیید و تحویل واکسن‌ها به‌کندی پیش می‌رود.

برای نمونه دولت آلمان اعلام کرده است که در هفته‌های نخست سال نو میلادی شروع به واکسیناسیون خواهد کرد و در اولین نوبت هم تنها افراد اندکی واکسینه خواهند شد. ینس اشپان، وزیر بهداشت آلمان با ابراز امیدواری به اینکه در آستانه سال نو میلادی نخستین تزریق‌ها شروع شود، گفت: در آلمان هم کادر درمانی و سالمندان از اولویت برخوردار خواهند بود و دولت تزریق واکسن را توصیه خواهد کرد و اجباری در کار نخواهد بود.

صدور فرمان واکسیناسیون گسترده در روسیه

هرچند انگلیس نخستین کشوری لقب گرفت که یک واکسن کرونای خارجی را تأیید و شروع به واکسیناسیون عمومی آن کرد، اما چین و روسیه هم جزو کشورهایی بودند که محصول تولیدی خود را زودتر از این کشور به شهروندان خود تزریق کردند.

روز ۱۵ آذرماه (۵ دسامبر) بود که روسیه اعلام کرد برنامه واکسیناسیون گسترده کووید ۱۹ را در کلینیک‌های خود در مسکو آغاز کرده است. واکسن «اسپوتنیک وی» محصولی بود که در اولین مرحله به کسانی که بیشتر در معرض خطر ابتلا به این ویروس هستند، تزریق شد. البته روسیه از واکسن «اسپوتنیک وی» که در ماه اوت به ثبت رساند در حالی برای واکسیناسیون شهروندانش استفاده می‌کند که هنوز در مراحل نهایی آزمایش‌های انسانی بود. سازندگان این واکسن کارایی آن را ۹۵ درصد عنوان کرده و گفته‌اند که هیچ عارضه جانبی مهمی ندارد و همچنان آزمایش‌های وسیعی بر روی آن در حال انجام است.

ولادیمیر پوتین، رئیس‌جمهور روسیه که مایل است این کشور در واکسیناسیون گسترده در جهان پیشتاز باشد، فرمان اجرای طرح ملی واکسیناسیون داوطلبانه را صادر کرد. به گفته رئیس‌جمهور، طی روزهای آینده دو میلیون دوز واکسن کرونا در این کشور تولید خواهد شد.

پس از اعلام فرمان عمومی، مقامات این کشور خبر دادند که هزاران نفر برای دریافت دو دوز از واکسن «اسپوتنیک وی» ثبت‌نام کرده‌اند، اما هنوز مشخص نیست که روسیه چقدر می‌تواند واکسن تولید کند. هرچند تولیدکنندگان تنها انتظار دارند که تا پایان سال جاری میلادی دو میلیون دوز واکسن تولید شود.

سرگئی سوبیانین، شهردار مسکو هم که برنامه گسترده واکسیناسیون را اعلام کرده بود، گفت: این واکسن در مرحله اول به افرادی زده می‌شود که در مدارس، بخش درمانی و بخش خدمات اجتماعی به کار مشغول هستند. به گفته او، یک سرویس آنلاین ثبت‌نام به ساکنان ۱۸ تا ۶۰ ساله مسکو که در مشاغل فوق هستند، اجازه می‌دهد تا زمانی را در ۷۰ محل تزریق واکسن در این شهر رزرو کنند. سوبیانین در وب‌سایت شخصی خود هم نوشت: در پنج ساعت نخست توزیع واکسن ۵ هزار نفر ازجمله معلمان، پزشکان و مددکاران اجتماعی برای دریافت آن ثبت‌نام کردند.

بلافاصله پس از فرمان رئیس‌جمهوری روسیه، ستاد مقابله با کرونای مسکو اعلام کرد که توزیع واکسن «اسپوتنیک وی» در ۷۰ کلینیک پایتخت روسیه آغاز شده است. دولت هم در پیامی که به شهروندان واجد شرایط ارسال کرد بر تزریق رایگان واکسن کرونا تأکید نمود. هرچند تولیدکنندگان واکسن روسی می‌گویند که نتایج آزمایش نهایی نشان آنها می‌دهد این واکسن تا ۹۵ درصد بدن انسان را در برابر ویروس کووید ۱۹ ایمن می‌کند و قرار است دو نوبت تزریق این واکسن با هزینه کمتر از ۲۰ دلار در بازارهای بین‌المللی انجام شود، اما دانشمندان و محققان نسبت به روند انجام آزمایش‌های بالینی توسط روسیه و اقدام به واکسیناسیون گسترده پیش از دستیابی به نتایج نهایی در مورد اثربخشی واکسن «اسپوتنیک وی» ابراز نگرانی و تردید کرده‌اند.

تزریق دو واکسن چینی بر روی یک‌میلیون نفر

در ظاهر اما دولت چین از همه جلوتر زده و اعلام کرده است که تابستان امسال مجوز استفاده از واکسن‌های تائید نشده را در مواردی که «اضطراری» ارزیابی شود، صادر کرده است. بنا بر اعلام مقامات این کشور دانشجویان یا کارکنانی که به خارج سفر می‌کنند و نیز افرادی مانند کارکنان بخش بهداشت و درمان واکسینه شده‌اند. مرجع این واکسن‌ها هم محصول تولیدی شرکت داروسازی سینوفارم چین بوده است. البته این شرکت اعلام کرده است که دو واکسن آزمایشی خود برای پیشگیری از ابتلا به بیماری کووید ۱۹ را تاکنون به‌طور «اضطراری» بر روی نزدیک به یک‌میلیون نفر تزریق کرده است. بااین‌حال این شرکت دولتی تاکنون داده‌های آزمایش بالینی از میزان کارایی این دو واکسن را منتشر نکرده است.

لئو جینگ‌ژن، مدیرعامل شرکت سینوفارم در این خصوص گفته است: واکسن‌های ما به نزدیک به یک‌میلیون نفر تزریق شده است و گزارشی مبنی بر اثرات جانبی شدید دریافت نکرده‌ایم و فقط علائمی معتدل در بدن دریافت‌کنندگان مشاهده شد.

مدیرعامل شرکت سینوفارم تأکید کرده است: تاکنون هیچ‌کدام از افرادی که واکسن به آنها تزریق شده، به ویروس کرونا مبتلا نشده‌اند. این در حالی است که طبق اعلام سینوفارم این افراد به بیش از ۱۵۰ کشور سفر کرده‌اند.

شی‌جین پینگ، رئیس‌جمهوری چین هم وعده داده است که واکسن‌های تولید شده در این کشور دارایی عمومی جهان خواهد بود. به گفته رئیس‌جمهوری چین واکسن‌های چینی در اختیار همه کشورهای درحال‌توسعه قرار خواهد گرفت.

ذکر این نکته هم حائز اهمیت است که در شرایط کنونی از میان معدود واکسن‌هایی که مورد توجه سازمان جهانی بهداشت قرار گرفته، سه مورد آن تولید چین است که از این میان دو شرکت به نام‌های «سینوواک» و «سینوفارم» واکسن خود را به‌صورت رسمی در این کشور ثبت کرده‌اند؛ بااین‌حال چین تاکنون برنامه‌ای برای واکسیناسیون عمومی اعلام نکرده و واکسن‌های تزریق شده در این کشور به‌صورت موردی بوده است.

تزریق نخستین واکسن کرونا در آمریکا

نخستین واکسن کرونا در آمریکا هم روز ۲۴ آذرماه (۱۴ دسامبر) تزریق شد. ساندرا لیندزی، پرستاری که در مرکز پزشکی یهودیان لانگ‌آیلند نیویورک مشغول به کار است صبح روز دوشنبه نخستین واکسن کرونا را دریافت کرد. او پس از تزریق در مقابل دوربین‌های پخش زنده تلویزیونی گفت: هیچ احساس متفاوتی نسبت به سایر واکسن‌ها نداشت، اما امیدوار است این آغازی بر پایان یک دوره دردناک در تاریخ باشد. لیندزی افزود: همین‌جا می‌خواهم به همه مردم اطمینان بدهم که این واکسن ایمن است؛ ضمن اینکه ما در میانه یک اپیدمی هستیم و همه باید سهم خودمان را ایفا کنیم.

با تزریق نخستین واکسن کرونا در شهر نیویورک به یک پرستار، واکسیناسیون عمومی کووید ۱۹ در آمریکا شروع شد و این واقعه تاریخی در روزی روی داد که شمار جان‌باختگان این ویروس در آمریکا از مرز ۳۰۰ هزار نفر گذشت.

البته توزیع صدها هزار دوز واکسن کرونا تولیدی شرکت فایزر-بیوان‌تک تنها ساعاتی پس از صدور مجوز اضطراری آن از سوی سازمان غذا و دارو آغاز شده بود و ۱۵۰ بیمارستان در سراسر آمریکا هم از روز دوشنبه نخستین محموله واکسن را دریافت کردند. به گفته مقامات آمریکایی هر کدام از ۵۰ ایالت‌های این کشور دستورالعمل ویژه و اولویت‌بندی مشخصی برای توزیع واکسن کرونا در نظر گرفته‌اند و انتظار می‌رود تا پایان سال جاری میلادی حدود ۶ میلیون نفر از سالمندان و کارمندان سیستم پزشکی نخستین دوز واکسن کرونا را دریافت کنند. مقام‌های ایالتی نیز می‌گویند که انتظار دارند حدود ۱۰۰ میلیون آمریکایی تا بهار سال آینده در مقابل ویروس کرونا واکسینه شده باشند و این بزرگ‌ترین طرح واکسیناسیون عمومی در تاریخ آمریکاست.

بر اساس اعلام شرکت فایزر، این شرکت توافق کرده که تا ماه مارس آینده ۱۰۰ میلیون واکسن به آمریکا تحویل دهد. البته دولت آمریکا سفارش خرید ۲۰۰ میلیون دوز دیگر را هم به شرکت داروسازی مدرنا داده که در تلاشی مشترک با سازمان ملی بهداشت آمریکا واکسنی شبیه واکسن فایزر تهیه کرده است.

کشورهای مختلف رفت و آمد به انگلیس را محدود کردند

شبح ویروس جهش یافته کرونا بر فراز جهان

ویروس جهش یافته کرونا در حال تبدیل شدن به کابوس تازه در دنیا است. پس از آن که گونه تازه‌ای از ویروس کرونا در انگلیس و هلند شناسایی شده است بسیاری از کشورها پروازهای خود را به این کشورها تعلیق کردند.

به گزارش فرارو، ویروس جهش یافته کرونا در حال تبدیل شدن به کابوس تازه در دنیا است. پس از آن که گونه تازه‌ای از ویروس کرونا در انگلیس و هلند شناسایی شده است بسیاری از کشورها پروازهای خود را به این کشورها تعلیق کردند.

نوع جدیدی از ویروس کرونا که تاکنون در مناطق مختلف بریتانیا به جز ایرلند شمالی شناسایی شده به گفته مقام‌های دولت این کشور ۷۰ درصد مُسری‌تر از نوع اولیه و رایج این ویروس است که بیماری کووید-۱۹ را جهان‌گیر کرد.

مت هنکاک، وزیر بهداشت انگلیس در برابر نمایندگان پارلمان این کشور گفت هنوز هیچ دلیلی مبنی بر این که بیماری ناشی از فعالیت این ویروس شدیدتر باشد یا واکسن روی آن تأثیر نگذارد، در دست نیست. هنکاک با اشاره به این که در هفته گذشته در لندن، کنت و منطقه اسکس و هرفوردشایر موارد ابتلا به کرونا افزایش سریع و تصاعدی داشته گفت: ما هزار مبتلا به این گونه جدید کرونا را شناسایی کرده‌ایم که بیشترشان در جنوب بوده‌اند، اما دست کم ۶۰ مرکز بهداشت منطقه‌ای دیگر نیز ابتلا به این گونه جدید را ثبت کرده‌اند.

وزیر بهداشت انگلیس با یادآوری این که هنوز ابعاد دقیق این موضوع روشن نشده است، گفت که دولت متبوعش مراتب را به سازمان جهانی بهداشت گزارش داده و مرکز تخصصی پورتون داون بررسی‌های دقیق‌تر در این زمینه را آغاز کرده است.

خبر مشاهده نوع جدید ویروس کرونا در انگلیس در حالی اعلام می‌شود که تزریق واکسن کووید ۱۹ در این کشور آغاز شده است.

پیش از این نیز مواردی از مشاهده گونه‌های جهش یافته کرونا در انگلیس و برخی کشورهای دیگر از جمله اسپانیا، هلند و دانمارک نیز گزارش شده بود؛ اما ظاهراً تفاوت گونه ثبت شده جدید در بریتانیا با بقیه گونه‌های جهش‌یافته، سرعت بالای انتقال و سرایت آن است.

روز گذشته بوریس جانسون نخست وزیر انگلیس درباره شیوع این ویروس جدید هشدار داد.

همچنین مت هانکوک وزیر بهداشت انگلیس گفت: کرونا ویروس جدید که دولت انگلیس را وادار کرد به قرنطینه سطح ۴ در لندن و جنوب شرقی انگلیس کرده و محدودیت‌ها را برای کل انگلیس تشدید کرده، از کنترل خارج است.

محدود شدن سفر به انگلیس

پس از انتشار این گزارش و جدی شدن موضوع حالا کشورهای مختلف پروازهای خود را به انگلیس به حالت تعلیق در آورده‌اند. در اروپا تاکنون هلند، لوکزامبورگ، بلژیک و ایتالیا پروازها به انگلیس را به حال تعلیق و حرکت قطارها نیز از بلژیک به انگلیس ممنوع شده است. نیکلا استورجن وزیر اول اسکاتلند نیز در نشست مطبوعاتی از محدودیت تردد بین اسکاتلند و انگلیس خبر داد.

ایران هم اعلام کرده که پروازهای خود به انگلیس را به مدت دو هفته متوقف می‌کند.

در همین رابطه یک منبع مسئول در وزارت کشور عربستان از تعلیق تمام پروازهای مسافری بین المللی در این کشور به جز موارد استثنایی در پی ظهور نوع جهش یافته ویروس کرونا در شماری از کشورها از جمله انگلیس خبر داد.

آلمان به عنوان رئیس دوره‌ای اتحادیه اروپا خواستار برگزاری نشستی ویژه برای بررسی نحوه مقابله با شیوع گونه جدید کرونای پیدا شده در انگلیس شده است. فرانسه و اسپانیا از دیگر کشورهای عضو اتحادیه اروپا درخواست مشابهی ارائه داده‌اند. سازمان جهانی بهداشت نیز از تماس با انگلیس در این زمینه خبر داده است.

درباره گونه تازه کرونا چه می دانیم؟

اطلاعات زیادی درباره ویروس جهش یافته کرونا در دست نیست، اما یک سؤال مهم وجود دارد آیا نوع جهش‌یافته ویروس کرونا افزون بر مسری‌تر بودن، موجب بروز نوع شدیدتر بیماری کووید-۱۹ در مبتلایان می‌شود؟ و گذشته از این، آیا جهش رخ داده به معنای ناکارآمدی واکسن‌های کشف شده علیه کووید-۱۹ است؟

به گزارش یورونیوز، سوزان هاپکینز از جمله متخصصان فعال در مرکز بهداشت عمومی انگلیس در مصاحبه با شبکه اسکای‌نیوز گفت که ویروس جدید با نام VUI-۰۱/۲۰۲۰۱۲ دارای یک ترکیب ژنتیکی کاملاً واضح و روشن است که تاکنون افزون بر انگلیس در کشورهای دانمارک و استرالیا نیز شناسایی شده است. به گفته او این ویروس بسیار شبیه انواع جهش یافته ویروس کروناست که وجود آن در آفریقای جنوبی و هلند نیز گزارش شده است.

هاپکینز توضیح داده که این نوع از ویروس کرونا برای نخستین بار در سپتامبر گذشته در بدن بیماری مشاهده شد ولی توالی کامل ژنوم آن در نوامبر شناسایی شد. به گفته او این نوع ویروس کرونا در ابتدا ویژگی خاصی از خود بروز نداد و به همین دلیل محققان آن را در زمره جهش‌های متعددی که یک ویروس به طور عادی انجام می‌دهد و بعدها هم از میان می‌رود، در نظر گرفتند.

متخصص مرکز بهداشت عمومی انگلیس افزود: اما اواخر نوامبر گذشته این مسئله برای محققان به وجود آمد که چرا با وجود افزایش محدودیت‌های عمومی، سرایت ویروس کرونا در برخی مناطق کاهش پیدا نمی‌کند؛ همین امر موجب انجام تحقیقات دقیق بالینی، رفتاری و اپیدمیولوژیک و تعیین توالی ژنوم ویروس کرونا شد و مشخص شد که خوشه‌ای از نوع جدید ویروس کرونا در آن مناطق در حال گسترش است.

به گفته هاپکینز نتایج این تحقیقات که ۱۸ دسامبر در اختیار دولت بریتانیا قرار گرفته، نشان می‌دهد که نوع جدید ویروس کرونا بسیار مسری‌تر شده است.

او اضافه کرد که مدل‌سازی امپریال کالج لندن امکان مقایسه میزان مسری‌تر بودن این نوع را با انواع قبلی فراهم کرد که به نظر می‌رسد، ۷۰ درصد عدم مناسبی برای بیان میزان افزایش سرعت سرایت آن باشد؛ هر چند که این سرعت در جنوب شرقی بریتانیا ۴۳ درصد و در لندن و شرق انگلیس به ترتیب ۶۲ و ۵۹ درصد بوده است.

هاپکینز خاطرنشان کرده که با توجه به عدم افزایش معنی‌دار میزان مرگ و میز ناشی از بیماری کووید-۱۹ طی هفته‌های اخیر، به نظر نمی‌رسد که ویروس جدید خطرناک‌تر و یا مرگبارتر شده باشد. همچنین هنوز شواهد قطعی در مورد دشوارتر شدن درمان و یا مقاومت ویروس در برابر واکسن کرونا به دست نیامده است.

او با وجود تأکید بر این که معمولاً واکسن‌ها موجب تحریک سطحی از سیستم ایمنی بدن می‌شوند که با نوع جهش یافته ویروس‌ها نیز مقابله می‌کند، یادآور شد که نتایج قطعی در مورد آثار واقعی ویروس مسری‌تر کرونا ظرف دو هفته آینده و به دست آمدن نتایج تحقیقات تازه امپریال کالج لندن و چند موسسه همکار این دانشگاه مشخص خواهد شد.

در همین حال، یوان برنی، معاون مدیر آزمایشگاه شناسایی زیست مولکولی اروپا به نشریه گاردین گفت که اگر نوع جدید ویروس کرونا تأثیر زیادی بر شدت بیماری داشت، تاکنون شواهدی در خصوص آن به دست می‌آمد. برنی اضافه کرد که با وجود رشد چشمگیر سرایت ویروس، میزان بیماران بستری شده در بیمارستان‌ها افزایش چشمگیری پیدا نکرده است.

او هم خاطرنشان کرده که واکسن‌ها علیه انواع مختلف یک ویروس آزمایش می‌شوند و فعلاً دلیلی برای ناکارآمد شدن واکسن کووید-۱۹ وجود ندارد. همچنین پروفسور کریس ویتی، مشاور ارشد دولت انگلیس در امور بهداشت و درمان نیز به شبکه اسکای نیوز گفته که در حال حاضر هیچ مدرکی مبنی بر افزایش مرگ و میر ناشی از سرایت ویروس جدید کرونا یا بی‌تأثیری واکسن‌ها و درمان‌های تأیید شده بر آن وجود ندارد.فدریکو جورجی، محقق دانشگاه بولونیا که تحقیقات خود را طی یکسال گذشته بر انواع جهش یافته ویروس کرونا متمرکز کرده به نشریه ساینس دیلی گفته که درمان‌هایی فعلی بیماری کووید-۱۹، از جمله واکسن، احتمالاً در برابر تمام گونه‌های ویروس مؤثر است.

این نخستین باری نیست که ویروس کرونا از زمان آغاز همه‌گیری آن دچار جهش می‌شود. تاکنون حداقل هفت نوع جهش یافته این ویروس در سراسر جهان شناسایی شده‌اند اما آن چه که نوع جدید آن را حائز اهمیت کرده، سرعت بالای سرایت آن است.

اسرار سلامت قلب در سرعت بالا و پایین رفتن از پله‌ها

دانشمندان در مطالعه‌ای جدید دریافته‌اند سرعت بالا و پایین رفتن در پله‌ها شاخصی برای نشان دادن سلامت قلب است.

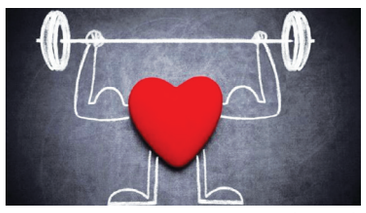
به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، اخیراً دانشمندان در مطالعه‌ای جدید اعلام کرده‌اند که توانایی بالا رفتن از ۶۰ پله بدون توقف در کمتر از یک دقیقه نشان دهنده سلامت قلب است.

به گزارش اسپوتنیک، دکتر خسوس پیترو متخصص قلب و عروق در بیمارستان لاکرونیا اسپانیا و نویسنده این پژوهش می‌گوید: آزمایش از طریق بالا رفتن پله‌ها راهی آسان برای بررسی سلامت قلب شماست.

دکتر پیترو اضافه کرد: اگر بالا رفتن از ۶۰ پله بیش از یک دقیقه و نیم طول بکشد، سلامتی شما حداقل امتیاز لازم را نمی‌گیرد و بهتر است در این صورت با پزشک مشورت کنید.

هدف از این مطالعه یافتن روشی ساده و ارزان برای ارزیابی سلامت قلب بود و نشان داد که بالا رفتن از پله‌ها می‌تواند به پزشکان کمک کند تا بیماران را برای معاینات جامع‌تر بررسی کنند.

نتایج تحقیق نشان داد بیمارانی که در کمتر از ۴۰ تا ۴۵ ثانیه از پله‌ها بالا می‌روند در تمرین "MET" بهداشت عمومی بیش از ۹-۱۰ امتیاز کسب کردند. مطالعات قبلی نشان داده است که به دست آوردن ۱۰ امتیاز در تمرین با میزان مرگ و میر کمتری همراه است (سالانه ۱ درصد یا کمتر یا ۱۰ درصد طی ۱۰ سال). در مقابل، میزان مرگ و میر در بیمارانی که بالا رفتن آن‌ها از پله‌ها ۵/۱ دقیقه یا بیشتر طول کشیده و کمتر از ۸ امتیاز را در تمرین‌ها



کسب کرده‌اند، ۲-۴ درصد در سال یا ۳۰ درصد طی هر ۱۰ سال است.

دانشمندان همچنین دریافتند که حدود ۵۸ درصد از بیمارانی که در بیش از ۵/۱ دقیقه بالا رفتن از پله‌ها را به پایان می‌رسانند، در عملکرد قلب خود دچار اختلال هستند، در حالی که فقط ۳۲ درصد از کسانی که در کمتر از یک دقیقه از پله‌ها بالا رفتند، دچار اختلال در عملکرد قلب خود بودند.