

Czy wiesz, że...uspokojenie sytuacji epidemiologicznej nie powinno usnąć czujności

Polacy zaczynają mieć nadzieję, że doświadczamy trwałego wygaszenia pandemii COVID-19. Jednak powinniśmy być przygotowani na znacznie trudniejszy scenariusz. Obecna sytuacja w Polsce – otwarcie gospodarki i przywrócenie życia społecznego, wciąż niedostateczny poziom zaszczepienia oraz pojawienie się nowego bardziej zaraźliwego wariantu wirusa – może przyczynić się do gwałtownego rozwoju epidemii i niebezpiecznej czwartej fali zakażeń – ostrzegają członkowie interdyscyplinarnego zespołu doradczego ds. COVID-19 przy prezesie PAN. Autorzy dokumentu zwracają szczególną uwagę na nowy wariant wirusa, czyli wariant Delta. Z badań wynika, że jest on bardziej zaraźliwy od wariantu Alfa (zwanego brytyjskim) i może zdominować krążące poprzednio Beta, Gamma. "W Wielkiej Brytanii wariant Delta jest obecnie odpowiedzialny za 90% nowych zakażeń i sprawił, że liczba wykrytych przypadków w tym kraju wzrosła pięciokrotnie w ciągu niecałych czterech tygodni" - czytamy.

Główną różnicą pomiędzy pierwotną odmianą koronawirusem, a mutacją Delta jest fakt, że zdiagnozowani pacjenci bardzo rzadko skarżą się na utratę węchu lub smaku. Większość osób miała gorączkę, uporczywy suchy kaszel, katar, ból głowy i gardła. Dodatkowo obserwowano dolegliwości, takie jak: wysypka, problemy żołądkowe, suchość w jamie ustnej, nudności i wymioty, biegunka, zaczerwienienie oczu, brak apetytu, zaburzenia słuchu, zapalenie migdałków, zakrzepy krwi. Coraz częściej wśród pacjentów obserwuje się niespotykane dotąd powikłanie. Chorzy mają gorączkę, duszności, ból głowy, ucisk w klatce piersiowej i w obrębie kości policzkowych dookoła oczu, **krwawienie z nosa** oraz zaburzenia widzenia. U niektórych chorych w okolicach nosa pojawiają się **czarne plamy**, które informują o rzadkiej chorobie, noszącej nazwę **mukormykoza**. Wywołują ją zarodniki grzybów mucormycetes, obecne w glebie, rozkładających się owocach, warzywach i liściach. Zazwyczaj nie stanowią one zagrożenia, wyjątkiem jest jednak **osłabiony układ odpornościowy**, który występuje u osób chorych na COVID-19 i ozdowieńców. "**Czarny grzyb**" może obejmować zatoki, kości twarzy, a także mózg. Nieleczony może doprowadzić do konieczności operacyjnego usunięcia zmian, a nawet śmierci. Dane wskazują, że wariant Delta **atakuje głównie osoby niezaszczepione**. Pełne zaszczepienie zmniejsza ryzyko zachorowania, a w przypadku choroby bardzo znacząco redukuje ryzyko hospitalizacji. Nawet jeśli osoba zaszczepiona zachoruje, to stanowi ona znacznie mniejsze ryzyko zakażenia dla osób, z którymi mieszka i styka się na co dzień, niż chora osoba niezaszczepiona.

To, czy uda się ograniczyć transmisję wirusa i tym samym uniknąć wysokiej czwartej fali zachorowań



Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekłe Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl



Fundusze Europejskie dla Małopolski



Rzeczpospolita Polska

Dofinansowane przez Unię Europejską



MAŁOPOLSKA

zależy w dużej mierze od naszych zachowań w czasie najbliższych tygodni. Dlatego członkowie zespołu apelują o stosowanie kilku podstawowych zasad:

- na spotkania w dużych grupach umawiamy się na zewnątrz; unikajmy zamkniętych pomieszczeń i tłoku;
- wstrzymajmy się z uczestnictwem i organizacją spotkań do momentu aż wszyscy ich uczestnicy przejdą pełny cykl szczepienia; dostępność dawek jest obecnie w Polsce wysoka – każdy chętny może się zapisać na szczepienie w ciągu kilku dni;
- pamiętajmy o regularnym wietrzeniu pomieszczeń; nośmy maseczki w obecności osób niezaszczepionych lub jeśli nie mamy pewności, że wszyscy wkoło są zaszczepieni np. w sklepie, w pracy czy w czasie nabożeństwa;
- zadbajmy tego lata o pełne zaszczepienie siebie i swoich najbliższych; nabyta odporność pozwoli uniknąć wysokiej czwartej fali wirusa i ponownego zamykania szkół, sklepów, restauracji, hoteli, teatrów, muzeów, kin i kościołów. Obecnie szczepienia dostępne są dla wszystkich powyżej 12. roku życia; aby powstrzymać transmisję wariantu Delta i uniknąć ponownego lockdownu; szczepienia dzieci i młodzieży powinny się odbyć przed powrotem uczniów do szkół;
- odpocznijmy i zadbajmy o swoje zdrowie psychiczne; dobra kondycja i odporność psychiczna pozwolą skuteczniej poradzić sobie z czwartą falą pandemii;
- z rozważą wybierajmy kierunki wakacyjnych podróży, omijając miejsca, w których zaczęła rosnąć liczba zakażonych (aby uniknąć kłopotów z powrotem do domu), a przede wszystkim miejsca występowania wariantów wirusa o podwyższonej zakaźności; na duże odległości wirus podróżuje wewnątrz naszych organizmów – nie ułatwiamy mu przyjazdu do Polski;
- w razie wystąpienia nawet niewielkich objawów, jak najszybciej zgłaszajmy się na badania; obecną dobrą sytuację epidemiologiczną można utrzymać poprzez testowanie, izolację chorych i kwarantannę niezaszczepionych osób z kontaktu; diagnostyka to niezbędny pierwszy krok do efektywnego monitorowania stanu epidemii, w tym także wykrycia i zwalczania pierwszych ognisk nowych wariantów wirusa; choroba może pokrzyżować plany wakacyjne, ale brak kontroli epidemii spowoduje konieczność ponownych ogólnokrajowych restrykcji, na których ucierpi każdy z nas.

Źródło zdjęcia: <https://www.canva.com/photos/>



Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekłe Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl



Fundusze Europejskie
dla Małopolski



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



MAŁOPOLSKA

Projekt pn. „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niepełnosprawnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie” dofinansowany przez Unię Europejską z Programu Fundusze Europejskie dla Małopolski na lata 2021-2027, w ramach Priorytetu 6. Fundusze Europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działania 6.33 Wsparcie usług społecznych w regionie - ZIT