كيف ينتشر مرض كوفيد-19؟

لقد قلب الفيروس التاجي الجديد جميع حساباتنا المعتادة حول الأنشطة التي تبدو عادية. هل تجاوز شخص ما في الشارع آمن؟ ماذا عن التسوق في محل بقالة بمسافة 6 أقدام (2 متر)؟ وماذا عن الحزم والوجبات الخارجية؟ وأي من هذه الأنشطة يشكل الخطر الأكبر؟

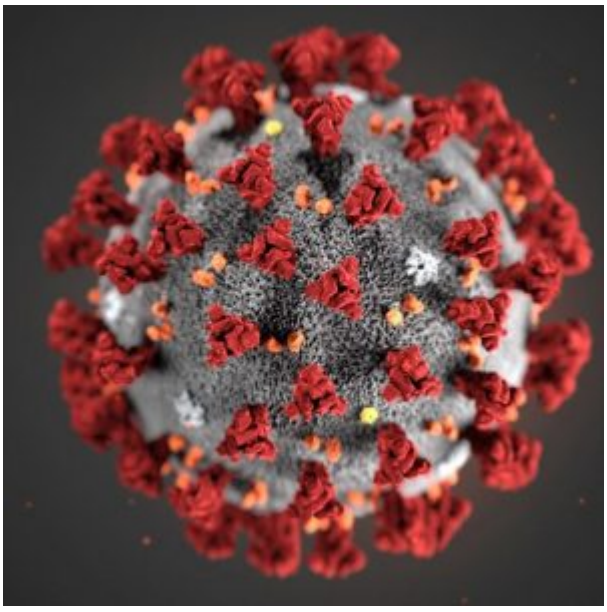
لسوء الحظ ، لا زلنا لا نعرف الكثير عن طريقة انتشار الفيروس الذي يسبب COVID-19 ، ولكن مع مرور الوقت ، نتعلم المزيد. إليك ما نعرفه عن كيفية انتشار الفيروس التاجي الجديد ، SARS-CoV-2.

انتقال الجهاز التنفسي

في حين أن الخطوط الأساسية لانتقال المرض لم يتم قلبها بواسطة COVID-19 ، هناك بعض الفروق الدقيقة التي يمكن أن تلعب دورًا مهمًا في انتشار المرض. منذ البداية ، قالت مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) أن السارس – CoV-2 هو فيروس تنفسي ، وعلى هذا النحو ، فإنه ينتقل بشكل أساسي بين الأشخاص من خلال "قطرات الجهاز التنفسي" عندما يعطس الأشخاص المصابون بأعراض أو يسعلون. هذه الفكرة ، التي تشير إلى أن القطرات الكبيرة من المخاط المحمل بالفيروسات هي الوسيلة الأساسية لانتقال العدوى ، توجه نصائح مركز السيطرة على الأمراض للحفاظ على مسافة 6 أقدام على الأقل بينك وبين الأشخاص الآخرين. التفكير هو أن الجاذبية تتسبب في سقوط تلك القطرات الكبيرة (التي تكون أكبر من حوالي .0002 بوصة ، أو 5 ميكرون في الحجم) على الأرض على مسافة 6 أقدام من الشخص المصاب.

انتقال الهباء الجوي

لكي ينتشر الفيروس دون السعال أو العطس في قطرات كبيرة من المخاط ، يجب أن يكون قادرًا بطريقة ما على التعليق في الهواء لفترة كافية لإصابة المارة. وهذا عامل معقد آخر في اكتشاف الانتقال: يطلق الأشخاص جزيئات الفيروس في مجموعة من الأحجام ، وبعضها صغير بما يكفي لاعتباره رذاذًا ، أو جزيئات دقيقة يمكن أن تظل معلقة في الهواء لساعات ويمكنها السفر مع تيارات الهواء عبر عشرات من القدمين. وجدت دراسة نشرت في 17 مارس في مجلة New England Journal of Medicine أن جزيئات الفيروس التي تم رشها يمكن أن تظل صالحة لمدة تصل إلى 3 ساعات.



نقل عبر الاتصال

هناك طريق آخر يعتقد أنه يلعب دورًا في انتشار COVID-19: انتقال الاتصال. في هذه الحالة ، تنبعث الجسيمات الفيروسية من الجهاز التنفسي لأرض فردية مصابة على سطح. ثم يلمس شخص آخر ذلك الشيء ، ثم يلمس أنفه أو فمه أو عينيه. ثم يتسلل الفيروس إلى الجسم عن طريق الأغشية المخاطية ، مما يصيب الشخص الثاني.

لا أحد يعرف حتى الآن مدى شيوع هذا النمط من الإرسال ، ولكن يبدو أنه ممكن. وجدت إحدى الدراسات أن SARS-CoV-2 يمكن أن تظل قابلة للحياة على الأسطح مثل الكرتون لمدة تصل إلى 24 ساعة ، وعلى البلاستيك والفولاذ لمدة 2 إلى 3 أيام.

هل الطعام آمن؟

حتى الآن ، لا يوجد دليل على أن الفيروس ينتقل عن طريق الطعام. لن يعيش الفيروس لفترة طويلة في الغذاء المناسب ، وبينما من الممكن أن تحتوي عبوات الطعام من البقالة أو الإخراج على تركيزات صغيرة من جزيئات الفيروس ، فمن السهل تخفيف هذا الخطر عن طريق غسل يديك بعد التعامل مع البقالة أو الطعام.

الوجبات الجاهزة؟

حقيقة أن العديد من الأنشطة التي تبدو غير ضارة يمكن أن تنقل الفيروس يمكن أن تكون مخيفة. ويمكن أن يكون الأمر أكثر ترويعًا لعدم معرفة المخاطر الفعلية المرتبطة بكل مسار انتقال – بدون هذه المعلومات ، كيف يمكننا اتخاذ الخطوات الصحيحة لحماية أنفسنا؟

ولكن في النهاية ، هناك بعض الطمأنينة في البيانات أيضًا.

ما هو صحيح هو أن الأشخاص الذين لديهم أحد أفراد أسرتهم مصابون بالفيروس لديهم احتمالية أعلى للإصابة بفيروس COVID من الأشخاص الذين ليس لديهم فرد في أسرتهم مصابون. هذا يخبرنا كثيرًا. هذا يخبرنا أن ان الاتصال الوثيق هو العامل الاهم.