

Gözləməyə ki, hamı virusa yoluxsun, hər kəsdə immunitet yaransın



“Hər bir xəstəlik müxtəlif insanlar arasında fərqli formada keçir. Respiратор xəstəliklərin hamısı eyni yoluxma yolu ilə ötürülür və onların klinikası fərdi xüsusiyyətlər istisna olunmaqla müəyyən səviyyədə oxşardır. Lakin onlar eyni formada müalicə edilmir. Burada antibiotiklərdən düzgün və səmərəli istifadə olunması vacibdir. Antibiotiklərin istifadəsi təkcə insanlarda deyil, bitkilərdə, heyvanlarda, ətraf mühit amillərində xüsusi rola malikdir. Antibiotiklərsiz bir çox xəstəliklərin qarşısını ala bilməzdik, ağırlaşma və ölüm halları artardı”.

Antibiotiklərin harada və necə istifadəsinə diqqət yetirməyin vacibliyindən söz açan N.Mürselova bildirib ki, antibiotiklərin məqsədli şəkildə istifadə olunması sağalmaya kömək edir. Əksinə olaraq, antibiotiklər təyinatı üzrə istifadə olunmazsa, o zaman xoşagəlməz hallar qeydə alına bilər. Yoluxma şübhəsi olan vətəndaş evdə özbaşına xəstəliyin simptomlarını azaltmaq üçün lüzumsuz olaraq güclü, genişspektrli antibiotiklərdən istifadə etdikdə bu, xəstəliyin ağırlaşmasına gətirib çıxarır. Əgər həmin xəstə ağırlaşmış vəziyyətdə xəstəxanaya düşürsə, həkim onun ağırlaşmış vəziyyətini və yanaşı bakterial infeksiyasını müalicə etmək məqsədilə antibiotik seçimi qarşısında qalır: “Həkim hansı antibiotikin istifadə edilməsinə qərar verməyə çətinlik çəkir, çünki orqanizmdə həmin antibiotiklərə qarşı rezistentlik yaranmış olur. Antibiotiklər virus infeksiyalarına yox, yalnız bakteriyalara təsir edir. Antibiotiklər yalnız həkim tərəfindən təyin olunmalı, özbaşına istifadə olunmamalıdır”.

COVID-19-un yüksək risk qrupuna daxil olan yaşlıların qidalanması və immunitetin gücləndirilməsi ilə əlaqədar məlumat verərkən ATU-nun Tədris Cərrahiyyə Klinikasının şöbə müdiri, tibb üzrə fəlsəfə doktoru Nurlana Əliyeva deyib ki, payız – qış mövsümündə respirator xəstəliklərin artacağı əvvəlcədən proqnozlaşdırıldığı kimi, yeni növ koronavirusa yoluxanların sayında da artım olacağı gözlənilən idi. Lakin bunu hər kəs bilməlidir ki, COVID-19-dan müalicə olunmaq ondan qorunmaqdan daha çətindir. Ona görə də, ilk növbədə, xəstəliyə yoluxmaqdan özünü gözləmək lazımdır. Qorunmaq üçün lazım olan üç qızıl qaydanı isə hər kəs bilir. Məsələ burasındadır ki, bizim hər birimiz özümüz bilmədən daşıyıcı rol oynaya bilərik və maska taxılması həm də ona görə vacibdir ki, daşıyıcı olanlar maska taxarkən daha çox ətrafdakıları qorumuş olur. Bunun özü də sosial məsuliyyətdir. Maska taxılması nəticəsində xəstəliyin bir daşıyıcı olaraq yaşlılara, xroniki xəstəliyi olanlara ötürülməsi mümkündür və həmin qrupa mənsub olanlar bu xəstəliyi daha ağır keçirirlər. O deyib: “Təcrübədən çıxış edərək onu da deyə bilərəm ki, qorxu hissinin olması da xəstəliyə yoluxmaqda çox mənfi rol oynayır, çünki stres immuniteti zəiflədən ən vacib səbəblərdən biridir. Ən çox şəkərli diabet, onkoloji xəstəlikləri olanlar, eləcə də xroniki xəstələr risk qrupundadırlar. COVID-19 yayıldığı dövrlərdən onu da müşahidə etmişəm ki, artıq çəki problemi olanlar bu xəstəliyi daha ağır keçirirlər. Hətta heç bir xroniki və digər xəstəliyi olmayan artıq çəkili insanlar yoluxarkən çox ciddi çətinliklə üzləşirlər.

Hazırda bütün dünyada pandemiyanın kulminasiya dövrü yaşanır. Bir çox ölkələrdə yenidən qapanmalar tətbiq olunur. Havaların soyuması da yoluxmanın artmasına təsir edir. Havalar soyuyarkən təkcə koronavirus deyil, bütün respirator infeksiyalar üçün münbit şərait yaranır. Buna səbəb insanların daha çox qapalı məkanlara üz tutmasıdır. Bu zaman təmaslar artır, məsafə minimuma enir. Təbii ki, nəticədə, xəstə insanlardan virusun yoluxması daha da asanlaşır. Təkcə Azərbaycanda deyil, bütün dünyada koronavirusa yoluxmada qeydə alınan artımı bununla izah etmək olar. Səhiyyə Nazirliyinin İctimai Səhiyyə və Sanitariya – Epidemioloji Nəzarət şöbəsinin müdiri Nəzifə Mürselova Ümumdünya antimikrob preparatlardan düzgün istifadəyə dair maarifləndirmə həftəsinə həsr olunmuş virtual mətbuat konfransında deyib ki, hazırda hər birimizin koronavirusa yoluxmama ehtimalı çox aşağıdır. Son həftələrin göstəriciləri xəstəliyin dinamikasında xoşagəlməz artım olduğuna işarə edir. Bunun da müxtəlif səbəbləri var. Onun sözlərinə görə, xəstəliyin, ağırlaşmış halların, ölüm saylarının artımına səbəb xəstə tərəfindən infeksiyanın düzgün idarə olunmamasıdır:

Şəkərli diabet xəstələrinin risk qrupunda olması həm də xəstəliyin şəkərlə qidalanmasıdır. Ona görə də karbohidratlı qidalar maksimum dərəcədə menyudan çıxarılmalıdır. Bura təkcə şəkər deyil, ağ çörək, duz, un məmulatları, makaron, karbohidrat yükü çox olan qidalar daxildir. Həkimlərin ən çox arzuladığı orqanizmdə qlükozanın normada saxlanmasıdır. Daha çox təbii zülalla zəngin olanət və süd məhsulları, xüsusilə, tərəvəzlərlə qidalanmaq məsləhətdir. Meyvədən də çox tərəvəzə üstünlük verilməlidir, çünki meyvənin də tərkibində şəkər çox olur. Qəbul edilən mayelər içərisində ən çox sudan istifadə edilməsi düzgündür. Suyu dadlandıрмаq da olar, onun içərisinə limon, darçın çubuğu, portağal qabığı və s. atmaq da olar”.

TƏBİB-in infeksiyon xəstəliklər üzrə işçi qrupunun rəhbəri, həkim – infeksiyozist Vasif Əliyev deyib ki, sevindirici haldır ki, müharibəni qələbə ilə başa vurduq. Buna görə də vətəndaşlar həm qələbə sevincini paylaşmaq məqsədilə, həm də şəhidlərimizin dəfinədə kütləvi toplaşsınlar. Bu zaman maskadan istifadə olunmaması və ya düzgün taxılmaması müşahidə olunur. Həmçinin ara məsafə də gözlənilir.

Bu da virusun yayılma riskini artırır. Bizə müraciət edən xəstələr arasında da ən çox yoluxma halı yas mərasimlərində iştirakdan sonra qeydə alınıb. Ona görə də məsafə saxlanması, xüsusilə, qapalı məkanlarda və sıx toplanma yerlərində maska istifadəsi vacibdir. Kimin virus daşıyıcısı olduğunu yoxlanmadan kimsə bilməz. İnsan virus daşıyıcısı olub, xəstəliyi erkən dövrdə simptomuz da keçirə bilər və ya xəstəlik heç bir simptomla özünü göstərmədən də ola bilər. Ona görə də hər bir insana potensial virus daşıyıcısı kimi yanaşmalı və özümüzü ondan qorumalıyıq.

Həkimin sözlərinə həqiqət var. Bu gün ünsiyyətdə olduğun birinin 3 gün sonra virusa yoluxduğunu eşidirsən. Koronavirusun inkubasiya dövründə yoluxdurma xüsusiyyətinin daha çox olduğu səbəbindən sən də daşıyıcı ola bilərsən. Ola bilsin ki, səndə heç bir simptom olmasın və xəstələnməyəsən. Daşıyıcı kimi isə başqasını yoluxdurub onun hətta xəstəliyi ağır keçirməsinə səbəb olarsan. Ona görə də mütəxəssislər dəfələrlə bildirirlər ki, virus aramızdadır, kimi harada, necə yaxalayacağını kimsə bilmir. Ehtiyatlı olmaq yoluxmamağın əsas səbəblərindən biridir.



TƏBİB-in İdarə Heyəti yanında tibbi - elmi komitənin sədri, professor Akif Qurbanov deyib ki, Vətən müharibəsi başlayanda biz vətəndaşlara müraciət etdik ki, virusa az yoluxma halları və az xəstələnmə halları qeydə alınması üçün hər kəs əlindən gələni etsin. Çünki bizim səhiyyə sistemimiz həmin dövrdə orduya xidmət etməlidir: “Bu məsələ aktuallığını saxlayır. Çünki hələ də yaralı əsgərlərimizin müalicəsi davam edir. Hər birimiz səhiyyə sisteminin yüklənməsinə səbəb olmamağa çalışmalıyıq. Yoluxma sayı çox olduqca, xəstələnmə hallarının sayı, nəticədə isə ağır xəstələrin sayı artır. Onların da müalicəsi xəstəxanalarda aparılır. Həmin xəstələrə tibb işçiləri xidmət edirlər. Yaralı əsgərlərə də tibbi xidmətin göstərilməsinin vacibliyini unutmamalıyıq”.

Virusa yoluxmamaq üçün qorunma tədbirlərinə əməl etməyin vacibliyindən söz açan professor bildirib ki, hamımız qorunma tədbirlərinə, qaydalara ciddi əməl etsək, o zaman yoluxma saylarını azalda bilərik. Vətəndaşların bir qisminin məsuliyyət nümayiş etməsi ilə buna nail ola bilərik. Qorunma tədbirlərinə, hamının bildiyi qaydalara düzgün riayət

edilməlidir. O, həmçinin virusa yaxalanmaq üçün taxılan maskalardan danışaraq deyib: “Maska tənəffüs yollarını örtmürsə, bu, onu nəyinse xatirinə gəzdirməkdən başqa bir şey deyil. Qapalı məkanlarda, sıx təmasların olduğu yerlərdə maska istifadəsinə xüsusi diqqət yetirilməlidir. Bilməliyik ki, maskanı hələ uzun müddət istifadə etməliyik. Çünki pandemiya qalıb gəlməmişik. Digər tərəfdən, məsafə saxlanması vacibdir. Əgər bu, mümkün deyilsə, maskanın düzgün istifadəsi bizi yoluxmadan qoruyur. Maska taxılması, məsafə saxlanması, əl gigiyenasına əməl edilməsi nəinki koronavirusdan, mövsüm üçün xarakterik olan digər respirator infeksiyalardan da qorunmağımıza kömək edir. Həmin qaydalara əməl olunsay, yoluxma saylarında əhəmiyyətli azalmaya şahid ola bilərik. Daha biz gözləməməliyik ki, hamı yoluxsun, xəstələnsin, hər kəsdə immunitet yaransın, sonra yoluxma sayları azalmağa başlasın. Bu, çox uzun müddət vaxt aparar və koronavirus səbəbindən vəfat edənlərin sayı çox ola bilər”.

Zərifə BƏŞİRQIZI, “Xalq qəzeti”