ڤاکسینی کۆڤید١٩ گەیشتۆتە کوێ؟

ڤاکسین بۆچی؟

ڤاکسین Vaccine بەکاردێت بۆ خۆپاراستن لە نەخۆشیی ڤایرۆسی، یان بەکتریایی. پاش بەکارهێنانی ڤاکسین، توانای ڤایرۆس بۆ بڵاوبوونەوە کەم دەبێتەوە، بەمەش دەوترێت بەرگریی ناڕاستەوخۆ، یان بەرگریی کۆمەڵ Herd immu-nity. ئەگەر بەرگری لە زۆربەی خەڵکدا هەبوو، ئەوا ئەو کەسانەش کە ناتوانرێت ڤاکسین وەربگرن وەکو منداڵی ساوا و کەسانی خاوەن بەرگریی نزم لەبەر نەخۆشیی یان بەکارهێنانی دەرمانی تایبەت، ناڕاستەوخۆ پارێزراو دەبن.

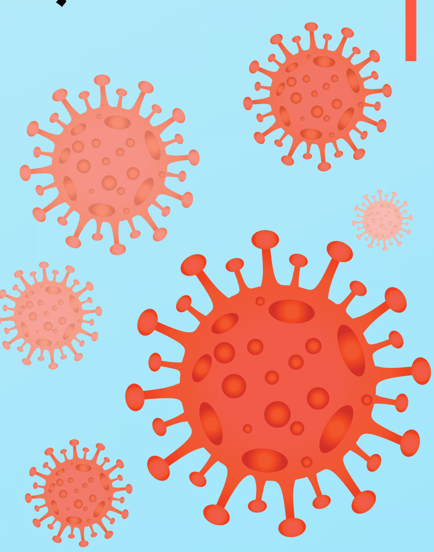
ڤاکسین چۆن کاردەکات؟

ڤاکسین بە راهێنانی سیستمی بەرگریی لەش بۆ ناسینەوە و بەرەنگاربوونەوەی ڤایرۆس، یان بەکتریا کاردەکات، واتە پەیداکردنی کاردانەوەی سستمی بەرگریی لەش.

ڤاکسین بە شێوەی دەرزی، یان لە رێگای دەمەوە بەکار دێت، لە هەندێك حاڵەتدا تەنیا یەك ژەم پێویست دەکات، بۆ هەندێك نەخۆشیی دیکەش پێویست بە زیاتر لە یەك ژەمی ڤاکسین دەکات.

تا ئێستا لە سەرتاسەریی جیهاندا ١٠ جۆر ڤاکسینی کۆڤید١٩ کاندیدن کە لە قۆناغی سێیەم دان، واتە دوا قۆناغ پێش بەرهەمهێنان و بڵاوکردنەوە، کە بریتین لە: سینۆڤاك Sinovac لە بەرازیل، سینۆفارم Sinopharm لە ئیماراتی عەرەبی، سینۆفارم Sinopharm لە چین، زانکۆی ئۆکسفۆرد و ئەسترا زینیکا AstraZeneca لە وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا، کانسینۆ Can-

پەتای کۆڤید١٩ چی بەسەردێت لەم وەرزەی زستاندا؟



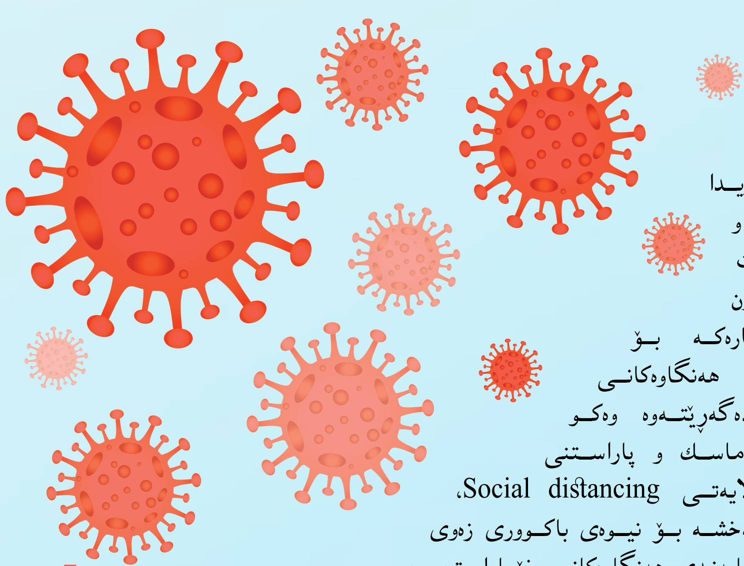
لە وەرزی زستاندا، ڤایرۆسی ئەنفلوەنزای وەرزی Seasonal Flu و ڤایرۆسەکانی تری کۆئەندامی هەناسە بە ڤایرۆسی کۆرۆناشەوە زیاتر چالاك دەبن. دابەزینی پلەی گەرمی و رێژەی شێداری کاریگەری دەکەنە سەر گواستنەوەی ڤایرۆس. بەگشتی ئەم هۆکارانە و زیاد مانەوە لە ماڵەوە لە ژوورەکاندا هاندەرن بۆ گواستنەوەی ڤایرۆس، بۆنموونە توێژەرانی ژاپۆن جەختیان کردۆتەوە کە ئەگەری گواستنەوەی ڤایرۆسەکان لە کەسانی تووشبوو بۆ کەسانی تر لە ژوورەوە (ناوماڵ Indoors) ١٩ هێندەی دەرەوەی ماڵ Outdoors زیاترە، لەوکاتەی کە هەتا کەش ساردتر بێت، خەڵك زیاتر لە ماڵەوەدا دەمێننەوە. بەگشتی زانایان بە دووری دەزانن بۆ ڤایرۆسێکی نوێی کۆئەندامی هەناسە وەکو کۆڤید١٩ کە ئەم زستانە ببێتە ئەگەری شەپۆلێکی تری پەتای جیهانی. هەر ١٠ پەتاکەی کۆئەندامی هەناسە لە

Sino لە پاکستان، گەمالیا Gamaleya لە رووسیا، جانسن Janseen لە ئەمەریکا و مەکسیك و پیرۆ و فیلیپین، نۆڤاڤاکس Novavax لە بەریتانیا، مۆدێرنا/ نیایید Moderna/NI-AID لە ئەمەریکا، بایۆنتێكBioNTech / فۆسەن فارما Fosun Pharma، پفیزەر Pfizer لە ئەمەریکا و ئەژەنتین و بەرازیل.

پسپۆڕ و توێژەران هیواخوارن کە لە چەند مانگی داهاتوودا هەواڵی خۆش ببیستین سەبارەت بە ڤاکسینی کۆڤید١٩، بەڵام ئایا کەی بە تەواوی ڤاکسینێکی کاریگەر و سەلامەت بۆ هەموان بەردەست دەبێت؟، لەوانەیە کە سەرەتا ڤاکسین تەنیا بۆ کەسانی بەساڵاچوو و ئەوانەی کە مەترسیی تووشبوونیان لێ دەکرێت، بەکاربێت، بەتایبەتی کەسانی تووشبوو بە نەخۆشییە درێژخایەنەکان. لەم رۆژانەدا چوارەم تاقیکردنەوە و هەڵسەنگاندنی گەورەی ڤاکسینی کۆڤید١٩ی کۆمپانیای جانسن Janseen لە ئەمریکا لەسەر کەسانی خۆبەخش دەستی پێ کردووە. ڤاکسینی جانسن بە شێوەی یەك ژەم دەرزی ڤاکسین Janssen COVID-19 (JNJ ٧٨٤٣٦٧٢٥-vaccine) بۆ نزیکەی ٦٠،٠٠٠ کەسی خۆبەخش بەکار دێت. بەڕای پسپۆڕان، ئەم ڤاکسینەی کۆمپانیای جانسن هیوابەخشە بۆ کۆنترۆڵکردنی پەتای جیهانیی کۆڤید١٩. کۆمپانیاکە بەوپەڕی توانایەوە خەریکی خۆئامادەکردنە بۆ خستەبەردەستی رێژەیەکی زۆری ڤاکسین کە بەپێی توانا پێویستیی جیهانی پڕ بکاتەوە.

ئایا کۆڤید ١٩ چەند لەسەر پێستدا دەمێنێتەوە؟

بە پێی نوێترین لێکۆڵینەوە، ڤایرۆسی کۆڤید١٩ بە زیندوویی لەسەر پێستی مرۆڤدا بۆ ماوەی نۆ کاتژمێر توانای مانەوەی هەیە، لێرەدا رۆڵی شووشتنی دەستەکان بە ئاو و سابوون، یان بەکارهێنانی پاککەرەوەی دەست دێتە پێشەوە. لە هەمان لێکۆڵینەوەدا هاتووە کە ڤایرۆسی کۆرۆنا بۆ ماوەیەکی زیاتر لە ڤایرۆسی ئەنفلوەنزا لەسەر پێست دەمێنێتەوە و توانای تووشکردنی کەسێکی دیکە هەیە، بۆنموونە ڤایرۆسی ئەنفلوەنزا جۆری Influenza A virus توانای مانەوەی تەنیا بۆ ماوەی دوو کاتژمێر بە زیندوویی لەسەر پێستی مرۆڤدا هەیە. ئەمە روونکراوەتەوە کە بەکارهێنانی ئاوێتە پاککەرەوەکان Sanitis-ers بۆ کەمکردنەوەی چالاکیی ڤایرۆسەکانی کۆڤید١٩و ڤایرۆسی ئەنفلوەنزا لەسەر پێست کاریگەریی خێرایان هەیە، هەروەها شووشتنی پێست بە ئاو و سابوون زۆربەی هەرە زۆری ڤایرۆس و میکرۆبەکانی دیکە لەسەر پێست بە شێوەیەکی میکانیکی لادەبات. پێشتر لە لێکۆڵینەوەیەکدا ئاماژە بەمە کرابوو کە ڤایرۆسی کۆڤید١٩ بۆ ماوەی سێ کاتژمێر توانای مانەوەی بە زیندووی لە هەوادا و چوار کاتژمێر لەسەر رووی کۆپەر و ٢٤ کاتژمێر لەسەر رووی تەختە و ٧٢ کاتژمێر لەسەر رووی ستیلدا هەیە.



ماوەی ٢٥٠ ساڵی رابردوودا پاش چەند مانگێك لە پەتای یەکەم شەپۆڵی دووەمی پەتایان هەبووە، بەڵام تەنیا لە ٣جۆریاندا شەپۆڵی پەتای دووەم لە وەرزی زستاندا بەدی کراوە، پەتاکەی ئەنفلوەنزای ساڵی ١٩١٨ یەکێك بووە لەم ٣ جۆرە. بە گوێرەی ڤایرۆسی کۆرۆنا، تا ئێستا زانیاری تەواو لەبەر دەستدا نییە کە لەگەڵ گۆڕانی کەش و وەرزەکاندا لە نیوەی باکوور و نیوەی باشووری زەویدا چۆن رەفتار دەکات. بە رای پسپۆران، مەترسییە گەروەکە لەمەدایە کە ژمارەی حاڵەتەکانی کۆڤید١٩ و ئەنفلوەنزای وەزری بەیەکەوە زیاد بکەن، چونکە کاریگەریی نەرێنی دەکەنە سەر توانا پزیشکییەکان و توانای نەخۆشخانەکان. لە هەمان کاتیشدا، هەواڵە خۆشەکە ئەمەیە کە وەرزی ئەنفلوەنزا لە نیوەی باشووری زەویدا سووك بوو و گەلێك وڵات دوچاری نەبوون کە هۆکارەکە بۆ گرتنەبەری هەنگاوەکانی خۆپاراستن دەگەڕێتەوە وەکو بەکارهێنانی ماسك و پاراستنی دووری کۆمەڵایەتی Social distancing، ئەمەش هیوابەخشە بۆ نیوەی باکووری زەوی ئەگەر خەڵك باپەندی هەنگاوەکانی خۆپاراستن بن هاوکات لەگەڵ بوونی هەواگۆڕیی باش لە ماڵ و شوێنە داخراوەکاندا.

بەکارهێنانی ماسک تا چەند

یەکەم و کاریگەرترین هەنگاوی ڕێگرتن لە بڵاوبوونەوە و خۆپاراستن لە تووشبوون بە ڤایرۆسی کۆرۆنا بەکارهێنانی ماسکی دروستە بە شێوەیەکی دروست، ئینجا شووشتنی دەستەکان و پاراستنی دووریی کۆمەڵایەتی Social distancing. جۆرەکانی ماسك بریتین لە ماسکی پزیشکی، یان ماسکی نەشتەرگەری Surgical masks، ماسکی N95، لەگەڵ ماسکی قوماش Cloth masks. ماسکی پزیشکی کە تەنیا بۆ یەك جار بەکار دێت، زۆر توند نییە و زیاتر بۆ خۆپاراستن لە گەیشتنی دڵۆپ و میکرۆب بە دەم و لووت بەکار دەهێندرێت، چونکە دڵۆپە گەورەکان رادەگرێت و ڕێگا لە پرۆشکەکانی لیک دەگرێت کە لەگەڵ قسەکردندا لە دەمەوە بێنە دەرەوە. بەکارهێنانی ماسکی پزیشکی وەکو ماسکی N95 خۆپاراستنی ١٠٠٪ لە کۆڤید١٩ناپێکێت.

ماسکی N95 کە تەنیا بۆ یەك جار بەکاردێت، بۆ خۆپاراستن لە کۆڤید١٩زیاتر لە ماسکی پزیشکی ڕێنمایی دەکرێت، چونکە ڕێگا لە گەیشتنی دڵۆپی گەورە و ورد دەگرێت، بۆیە بە N95 ناونراوە واتە تا ڕێژەی ٩٥٪ ڕێگا لە دەربازبوونی دڵۆپی زۆر بچووك دەگرێت، هەندێك ماسکی جۆری N95 زمانە لەخۆ دەگرن بە مەبەستی ئاسانکردنی هەناسەدانەوە.

ماسکی قوماش کە لە سێ چین قوماش پێکهاتووە، لەکاتی قسەکردن و کۆکە و پژمیندا ڕێگا لە هاتووچۆی هەموو جۆرێکی دڵۆپەکان

کاریگەری ڤایرۆسی کۆرۆنا لەسەر منداڵ

ئەگەرچی بەپێی ئاماره پزیشکییەکان منداڵان کەمتر لە گەورەکان بە سەختی تووشی کۆڤید١٩ دەبن، بەڵام لەوانەیە کە هاوشێوەی گەورەکان دوچاری ڤایرۆسی کۆرۆنا بن و لەوانەشە کە بە سەختی نەخۆش بکەون و ڤایرۆسەکە بۆ کەسانی ییکە بگوازنەوە.

گەلێك جار منداڵیش دووچاری کۆڤید١٩ دەبن و بەبێ بوونی هیچ نیشانەیەك ڤایرۆسەکە بۆ کەسانی دیکە دەگوازنەوە. زۆربەی منداڵانی تووشبوو بە کۆڤید**19** بێ نیشانەن، یان نیشانەی سووکیان هەیە، ئەگەرچی هەندێکیان بە سەختی تووشی دەبن و پێویستیان بە خەوتن لە بەشی چاودێریی چڕ و دەزگای هەناسەی دەستکرد لە نەخۆشخانەدا دەبێت، لەوانەشە کە بەهۆیەوە گیان لەدەست بدەن. منداڵانی ژێر تەمەنی یەك ساڵ و ئەو منداڵانەی کە چەند گرفتێکی تەندروستییان هەیە، ئەگەر دوچاری کۆڤید**19** بن، ئەوا بە سەختی نەخۆش دەکەون، بۆنموونە: منداڵانی تووشبوو بە ڕەبوو، یان نەخۆشیی درێژخایەنی سییەکان، نەخۆشیی شەکرە، قەڵەوی، هەروەها نەخۆشیی زگماکیی دڵ Congenital heart disease. باوترین نیشانەکانی کۆڤید١٩ لە منداڵدا بریتین لە: بەرزبوونەوەی پلەی گەرمیی لەش (٣٨ پلەی سەدی، یان بەرزتر) و کۆکە، بەڵام لەوانەشە کە هاوشێوەی گەورەکان دوچاری ئەم نیشانانە ببنەوە وەك: لەرز، گیرانی لووت و زیادبوونی دەردراوی لووت، نەمانی هەستی بۆن و چێژ، کڕانەوەی قوڕگ، هەناسەتەنگی، سکچوون، هێڵنج، یان ڕشانەوە، سکئێشە، هەستکردن بە ماندووبوون و هیلاکی، سەرئێشە، ئازاری گشتیی لەش، کەمبوونەوەی ئارەزووی خواردن.

ـــــد لە کۆڤید١٩ دەتپارێزێت؟

دەگرێت، هەروەها ڕۆڵی گرنگی هەیە بۆ خۆپاراستن لە کۆڤید١٩و سنووردارکردنی بڵاوبوونەوەی، بۆیە لە لایەن پسپۆڕانەوە بۆ هەموو کەسێك ڕێنمایی دەکرێت. ماسکی قوماش هەرزان و بەردەستە و دەتواندرێت کە بشۆردرێت و دووبارە بەکار بهێندرێتەوە.

کەواتە کام جۆری ماسك باشترینە بۆ ڕێگرتن لە گواستنەوەی کۆڤید١٩؟ پسپۆڕان ماسکی قوماش Masks Fabric لە شوێنە گشتی و شوینە داخراوەکاندا ڕێنمایی دەکەن، بەتایبەتی ئەگەر بواری دوورکەوتنەوەی کۆمەڵایەتی نەبێت.

ڕێکخراوی تەندروستیی جیهانی WHO وا ڕێنمایی دەکات کە ماسك تەنیا بۆ منداڵانی تەمەن ٢ ساڵ و بەسەرەوە بە هەمان ڕێنماییە گشتییەکان بەکار بهێندرێت، بە مانایەکی دیکە نابێت ماسك بۆ منداڵانی ژێر تەمەنی دوو ساڵ هەرگیز بەکار بهێندرێت.

پێویستە ماسك دەم و لووت بە تەواوی دابپۆشێت، نابێت ماسك بۆ کەسانی بێهۆش بەکاربهێندرێت، نابێت لەکاتی مەشقی وەرزشیدا ماسك بەکاربهێندرێت چونکە توانای هەناسەوەرگرتنی ئاسایی کەم دەکاتەوە، هەروەها ئارەقەکردن ماسك تەڕ دەکات، ئەمەش زیاتر ڕێگا لە هەناسەوەرگرتن دەگرێت و ئەگەری گەشەی میکرۆبیش زیاد دەکات، هەروەها لەکاتی پەیڕەوکردنی دووریی کۆمەڵایەتیدا پێویست بە بەکارهێنانی ماسك ناکات.