



## وضع خطرناک کرونا در کشور؛ تهران هم قرمز شد

طبق اعلام اپلیکیشن ماسک تهران، کرج، اصفهان، شیراز، ایلام، شهرکرد و زنجان ۹۹ در وضعیت قرمز قرار گرفتند. شهرستان شامل ۷ مرکز استان از امروز در وضعیت قرمز قرار گرفتند. همچنین ۵۴ شهرستان از جمله ۶ مرکز استان (اردبیل، بجنورد، کرمان، رشت، همدان و یزد) از امروز نارنجی شدند. هم‌اکنون ۸۸ شهرستان قرمز، ۱۲۹ شهرستان نارنجی، ۱۹۸ شهرستان زرد و ۲۳ شهرستان آبی هستند. موج چهارم کرونا با سرعت در حال پیشرفت از نیمه غربی به سمت نیمه شرقی کشور است. استفاده از ماسک، خودداری از دورهمی و مراسم عروسی و سوگواری ضروری است. استفاده از وسایل نقلیه عمومی پر از ازدحام، خوردن غذا در رستوران و حضور در اماکن پرجمعیت و بخصوص سربوئیده از عوامل اصلی انتقال کرونا است.

روزنامه صبح ایران / سال نهم - شماره ۶۱۳

۱۷فروردین ماه ۱۴۰۰ / با ما همراه شوید

www.serajonline.com - @serajname

پزشکی

۷

خبر

## مسئول پیک چهارم کرونا کیست؟!



افزایش ناگهانی تعداد شهرهای قرمز از ۹ شهر به ۴۷ شهر، محصل تصمیمات عجیب و بدون پشتوانه علمی ستاد مقابله با کرونا درباره سفرهای نوروزی و سفرهای توریستی به خارج از است؛ به نظر می‌رسد عادی‌انگاری کرونا به مسئولان ستاد مقابله با کرونا نیز سرایت کرده است! در حالی که دکتر حسن روحانی، رئیس ستاد ملی مقابله با کرونا در هفتم فروردین ماه سال جاری در جلسه این ستاد اعلام کرد که «پیک کرونا تمام شده است» اما حسن روحانی روز گذشته ۱۴ فروردین با یک تغییر موضع ۱۸۰ درجه‌ای اظهار داشت: «در دو استان، موج چهارم آغاز شده و در برخی از استان‌های دیگر نیز اگر مراعات نکنیم ممکن است وارد موج جدید بیماری کرونا شویم!»

البته تناقض در اظهارات و حتی عملکرد اعضای ستاد مقابله با کرونا تنها به همین یک مورد ختم نمی‌شود؛ در حالی که پیش از آغاز تعطیلات نوروز، تمام رسانه‌ها و کارشناسان نسبت به بروز پیک جدید بیماری در پی برقراری سفرهای نوروزی به ویژه سفرهای توریستی به مقصدهایی مانند کشور ترکیه، هشدار داده بودند، ستاد ملی مقابله با کرونا بسیاری از جاده‌ها و مرزهای کشور را برای سفر باز گذاشت!

وزیر بهداشت در توجیه این اقدام ستاد مقابله با کرونا گفته بود: «دو نوع رنگ‌بندی کروناوی را یکی بر اساس وضعیت کنونی و دیگر خطرپذیری ویروس جهش‌یافته معرفی کردیم و دوستان رنگ‌بندی شادتر را که قرمز و نارنجی کمتری داشت، پذیرفتند و ما هم برای تک صدایی قبول کردیم!»

چند روز بعد، با افزایش تعداد مراجعین به مراکز درمانی، رئیس جمهور اعلام کرد که افزایش سفرها در ایام نوروز موجب افزایش تعداد شهرهای نارنجی و قرمز در کشور شده است و احتمال مواجه شدن با موج جدید جدی است. وی همچنین از مسافران نوروزی درخواست کرد که به منزل بازگردند! اظهارات روحانی درباره احتمال مواجه شدن با موج جدید کرونا در حالی صورت گرفت که ستاد ملی مقابله با کرونا به ریاست وی، راه را برای مسافرت‌های نوروزی و فعالیت تورهای گردشگری، هموار کرده بود. افزایش ناگهانی تعداد شهرهای قرمز از ۹ شهر به ۴۷ شهر، محصل تصمیمات عجیب و بدون پشتوانه علمی ستاد مقابله با کرونا درباره سفرهای نوروزی و سفرهای توریستی به خارج از کشور بوده؛ به اذعان سخنگوی ستاد ملی مقابله با کرونا، در ایام تعطیلات، ۱۵ هزار بیمار کروناوی، نقض قرنطینه کرده و به مسافرت رفته‌اند!

با وجود برقراری سفرهای نوروزی و حضور مسافران در محیط‌های سرست مانند هتل‌ها، مراکز خرید، کافه و رستوران‌ها در بسیاری از نقاط کشور، ستاد مقابله با کرونا تجمع در بوستان‌ها در روز طبیعت و در شهرهای نارنجی و قرمز را ممنوع اعلام کرد. اقدامی که اگرچه به نظر می‌رسید در کنترل کرونا تا حدی مؤثر واقع شود اما در تناقض با تصمیمات این ستاد در ایام نوروز بود. حالا چند روزی است که کشور ترکیه، در وضعیت قرمز کرونا قرار گرفته و میزان ابتلا به ویروس جهش‌یافته کرونا به طرز چشمگیری در این کشور افزایش یافته است اما پروازها به ترکیه در حال انجام است! پیش از این، با دستور وزیر بهداشت، رفت و آمد به عراق به علت گردش ویروس جهش‌یافته ممنوع شده بود و انتظار می‌رفت ستاد مقابله با کرونا، برای بستن مرزها با ترکیه نیز سریعاً اقدام کند اما علی‌رغم درخواست وزیر بهداشت از رحمانی فضلی برای بسته شدن مرزها با ترکیه، این درخواست تاکنون بی‌پاسخ مانده که از بی‌توجهی فرمانده قوا راه‌آگاه علمایی ستاد مقابله با کرونا به این درخواست وزیر بهداشت حکایت دارد. با وجود تأکید وزیر بهداشت بر لزوم مسدود کردن مرزها به ترکیه، روز گذشته علیرضا رئیس در توجیه علت برقراری پروازها به ترکیه علیرغم شیوع ویروس جهش‌یافته انگلیسی در این کشور گفته بود: دو مورد هوایی و زمینی داریم؛ میزان ارتباطاتی که با کشور عراق در مرز زمینی داریم، متفاوت از میزان ارتباطات هوایی است؛ زیرا تبادل افراد در مرز زمینی بالاتر و بیش از مرز هوایی است؛ در مرز هوایی، تعداد مسافران زیاد نیست ضمن این‌که شوش ویروس انگلیسی الان در کشور خرسیده است! البته فقط بحث عراق نیست؛ بستن مرز یک شبه ممکن نیست و یکسری اقدامات نیاز است که این اقدامات صورت گرفته تا مرزها بسته شوند با وجود اظهار نگرانی بسیاری از کارشناسان نسبت به بروز پیک جدید در پی سفرها به ترکیه، مرزها با کشور ترکیه که گرفتار پیک سنگین کروناست همچنان باز است و به نظر می‌رسد عادی‌انگاری وضعیت کرونا به مسئولان ستاد مقابله با کرونا و شخص حسن روحانی نیز سرایت کرده است!

## وزیر بهداشت خطاب به روسای دانشگاه ها و دانشکده های علوم پزشکی کشور گفت: سال ۹۸ و ۹۹ سخت گذشت که از همه شما سپاسگزارم. دیروز با بیش از ۱۵ دانشگاه در تماس بودم و فکر نمی کنم مدیری در سطح دستگاه های دولتی باشد که با اولین تماس، آماده خدمت باشد و این نشان از عشق و علاقه شما در خدمت به مردم است.

عرق هزاران کارمند و زحمتکش نظام سلامت، خون و جان هزاران فرد پرتلاش و دوری و انتظار هزاران خانواده هزینه می‌شود. وی گفت: در آینده نزدیک شاهد تغییر متغیرهای رنگ بندی های شهرهای کشور و در نظر گرفتن مولفه های تاثیرگذار مانند ویروس جهش یافته خواهیم بود و محدودیت ها متناسب با رنگ بندی های جدید، ابلاغ خواهد شد. انتظار ما این است که روسای و همکاران ما در دانشگاه ها، همچنان بر روی پروتکل ها ایستادگی و مقاومت کنند. گفتنی است در این نشست، گزارش هایی از سوی معاونین وزارت بهداشت و روسای دانشگاه ها و دانشکده های علوم پزشکی ارائه شد.

در کشور روبرو نشویم چون رفتار ویروس جهش یافته یا ویروس قبلی متفاوت است. وزیر بهداشت خاطرنشان کرد: در شرایط کنونی حتما باید تعداد مراکز منتخب ۱۶ ساعت، فعال تر شود و گسترش پیدا کند و در این مراکز، داروهای سرپایی آنتی وایرال به ویژه در مراحل اولیه بیماری، تست های تشخیصی و تیم های مراقبتی برای افراد در تماس با بیماران حضور داشته باشند تا مراجعات بیمارستانی کنترل شود. دکتر نمکی تأکید کرد: در فضای مجازی نوشتن که برخی تصور می کنند که تغییر منحنی بیماری در کشور، با فوتوشاپ انجام می شود اما برای کاهش هر نیم میلی متری از این منحنی ها،

دکتر سعید نمکی در دوازدهمین اجلاس مجازی روسای دانشگاه ها و دانشکده های علوم پزشکی سراسر کشور اظهار داشت: مردم، دعاگو، سپاسگزار و قدردان خدامان خودشان در نظام سلامت هستند و به آنها احترام می گذارند. از ابتدای شیوع کرونا در کشور خیلی از دستگاه های اجرایی به کمک نظام سلامت آمدند اما پیشانی این دفاع جانانه، مدافعان سلامت و دانشگاه های علوم پزشکی کشور بودند.

وی افزود: خیز جدید بیماری با خیزهای قبلی، متفاوت است. یکی دو روز قبل به معاون محترم درمان تأکید کردم که فعلا اعمال غیر اورژانسی لغو شود تا با مشکل کمبود تخت های بیمارستانی

## لزوم توسعه و تقویت مراکز ۱۶ ساعته



## عملیات زیرزمینی علیه کووید



با توجه به موارد ابتلا و بستری، وارد پیک چهارم بیماری کرونا نشده ایم اما متأسفانه در حال حرکت به سمت پیک بعدی بیماری هستیم.



محدودیت های کروناوی را در سراسر کشور اعمال کنیم و با توجه به تحلیل های اپیدمیولوژی برداشتن محدودیت ها اصلا کار درستی محسوب نخواهد شد. او افزود: متأسفانه در نوروز دوره‌می ها برگزار شده و مطالعات نشان می دهد که انجام هر دوره‌می سبب بروز و ابتلای خوشه ای افراد به بیماری کرونا خواهد شد. مردم خسته شده اند و رعایت شیوه نامه های بهداشتی کاهش پیدا کرده که این موضوع نگران کننده است و افراد باید به موضوع زدن ماسک و برقراری تهویه اماکن توجه کافی داشته باشند.

این اپیدمیولوژیست گفت: در حال حاضر

هفت روز ممکن است خودش را نشان می دهد به طوری که فاز اول، مرحله ویروسی بیماری کرونا بوده و در فاز بعدی بیماران دچار التهاب خواهند شد که نیاز به توجه جدی خواهند داشت.

او افزود: اعمال نشدن محدودیت ها باعث بروز موج جدیدی از بیماری خواهد شد و نباید منتظر پایان تعطیلات عید نوروز باشیم و باید اعمال محدودیت های کروناوی را افزایش دهیم؛ زیرا کاهش محدودیت های فعلی باعث افزایش میزان موارد ابتلا و حتی بستری بیماران کروناوی در کشور خواهد شد. مهری گفت: در حال حاضر تا پوشش نسبی واکسیناسیون باید

## التهابات کروناي انگلیسی در کمتر از ۷ روز ظاهر می شوند

مراجعه کنندگان به بیمارستان ها و مراکز درمانی در کشور افزایش پیدا کند، دو هفته بعد احتمالا شاهد افزایش موارد بستری و متأسفانه فوت ناشی از بیماری کرونا در بیمارستان ها و مراکز درمانی سراسر کشور باشیم. مهری بیان کرد: در ویروس جهش یافته کروناي انگلیسی التهابات ناشی از بیماری و وخامت افراد مبتلا در کمتر از

احمد مهری کارشناس بهداشت عمومی و اپیدمیولوژیست، با اشاره به افزایش موارد بیماری کرونا در اکثر مناطق کشور اظهار کرد: تعداد مبتلایان در اکثر مناطق کشور به دلیل بیماری کرونا در حال افزایش بوده و این موضوع روند صعودی به خود گرفته است.

او ادامه داد: هنگامی که میزان موارد ابتلا و

## چه غذاهایی مانع از ابتلا به کرونا و مرگ می‌شوند؟

قرمز، اسفناج و حبوباتی مانند لوبیای سیاه، لوبیای سفید، آجیل و دانه‌های سویا وجود دارند که سرشار از پلی فنول هستند.



مطالعات جدید نشان می‌دهد که مصرف برخی از خوراکی‌ها می‌تواند مانع از ابتلا به کروناي حاد و حتی مرگ شوند. مطالعات جدید نشان داده است که مصرف زیاد پلی فنول می‌تواند به کاهش التهاب کمک کند و از ابتلای حاد به ویروس کرونا جلوگیری کند. مطالعات گذشته نیز بر فواید پلی فنول تأکید کرده است، به گونه‌ای که این ماده مفید علاوه بر کاهش التهاب مزمن، در کنترل سطح قند خون، فشار خون و همچنین حفظ سلامتی و انعطاف عروق مؤثر است.

پلی فنول‌ها می‌توانند به درمان مشکلات گوارشی، دیابت، بیماری‌های نورودژنراتیو و بیماری‌های قلبی عروقی کمک کرده و نقشی حیاتی را در کاهش رنج و مرگ ناشی از ویروس «کرونا» ایفا کنند. میخک غنی‌ترین غذایی است که حاوی پلی فنول است، به گونه‌ای که تنها ۱۰۰ گرم میخک حاوی ۱۵۱۸۸ میلی گرم پلی فنول است و از حیث سرشار بودن از ماده پلی فنول، نعنای خشک در رتبه دوم و انیسون ستاره‌ای پس از آن قرار دارد. پودر کاکائو با شکلات تلخ نیز یکی از بهترین خوراکی‌های حاوی پلی فنول است؛ به گونه‌ای که ۱۰۰ گرم پودر کاکائو حاوی ۲۴۴۸ میلی گرم پلی فنول است. ترکیب شکلات با شیر باعث می‌شود ارزش غذایی آن از این لحاظ کمتر شود. سبزیجات حاوی پلی فنول کمتری نسبت به میوه‌ها هستند، اما انواع خاصی از سبزیجات مانند کنگر فرنگی، کاسنی، پیاز

## سکوت و تصمیماتی که اجرایی نشدند

موج چهارم کرونا، موجی که روزبه‌روز زندگی صدها نفر را به پایان می‌رساند شروع شده است و مسئولان انگشت اتهام را به سمت مردم و سفرهای نوروزیشان گرفته‌اند. بدون شک سفرهای میلیونی در دو هفته گذشته در شروع آنچه نامش را «موج چهارم پاندمی در ایران» گذاشته‌اند، نقش داشته است. در این مدت تعداد مبتلایان بیماری در کل کشور نسبت به هفته قبلی بیش از ۱۰ هزار نفر و حدود ۲۶ درصد افزایش پیدا کرد. اتفاقی بی‌سابقه در چند ماه گذشته که ادامه آن می‌تواند پیامدهای مرگباری داشته باشد. تعداد بستری‌های در تعطیلات و حتی وحشتناک‌تری حدود ۳۷.۵ درصد افزایش پیدا کرد.

مسعود مردانی، عضو کمیته علمی ستاد ملی مقابله با کرونا، درباره آینده این روند به می‌گوید: «بیماری در حال کنترل بود اما

تعلیلات نوروز و این مسافرت های میلیونی باعث شد این اتفاق رخ بدهد.» این موضوع باعث شده که از همین حالا و در اولین هفته شروع موج چهارم کووید-۱۹ ظرفیت بیمارستان‌ها پر شود تا جایی که امروز قاسم جان بابایی، معاون درمان وزارت بهداشت، در ابلاغیه‌ای نوشت که «با عنایت به افزایش مراجعان سرپایی و بستری به مراکز درمانی، پیش بینی روند روبه رشد پس از پایان تعطیلات و مراجعات مسافران نوروزی و ضرورت مدیریت ظرفیت موجود لازم است از این تاریخ جهت توقف پذیرش بیماران الکتیو در کلیه مراکز درمانی (اعم از دولتی، عمومی غیردولتی، خصوصی و خیریه) تحت پوشش آن دانشگاه /



فشار صنعت گردشگری هم در این موضوع بی‌تأثیر نبوده است. سعید نمکی، وزیر بهداشت، چند روز پیش در این رابطه در یادداشتی نوشته بود که «گفتیم اقتصاد گردشگری اهمیت دارد، ولی سرمایه اجتماعی نظام سلامت و هزینه‌های شیوع مجدد بیماری و اثراتش بر اقتصاد خرد و کلان کشور نیز بی اهمیت نیست.»

حتی کمیته علمی ستاد مقابله با کرونا، نسبت به ممنوعیت جلوگیری از سفرها پیشنهاد داده بود، پیشنهادی که اجرایی نشد. مردانی توضیح می‌دهد: «ما در ستاد علمی کرونا مجری نیستیم و فقط پیشنهاد می‌دهیم، در بخش اجرایی ستاد کرونا این تصمیم‌گیری‌ها با پیشنهادات اجرا می‌شوند. اینجا هم برخی از پیشنهادات ما اجرایی شد و بخشی دیگر اصلا اجرایی نشد. ستاد علمی پیشنهاد داده بود که اصلا اجازه‌ای به برقراری سفرها داده نشود، اما متأسفانه این اتفاق رخ نداد و سفر کردن آزاد بود و همه مسافرت کردند.»

او افزود: «هر آدم عاقلی می داند که وقتی بیماری در حال کنترل است، این که بگویند همه چیز آزاد است و می‌توانید سفر کنید