

Εκρηκτικό «κοκτέιλ» ιώσεων και κορωνοϊού - Η εικόνα στο Ρέθυμνο – Αύξηση των κρουσμάτων, ανάγκη εφαρμογής των μέτρων προστασίας

30-12-2023 06:46

•
•

- Στο “μάτι του κυκλώνα” και τα παιδιά – Τι συστήνουν οι επιστήμονες εν όψει του πρωτοχρονιάτικου ρεβεγιόν

Του Αντώνη Παντινάκη

Η έξαρση των λοιμώξεων του αναπνευστικού, κυρίως κυρίως covid -19 και γρίπη τύπου Α, έχει θέσει σε επιφυλακή το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό της χώρας, επαναφέροντας συνάμα στο προσκήνιο ορολογίες που (κάναμε πως) ξεχάσαμε, παρά το γεγονός ότι σημάδεψαν σαν... (ψυχοκοινωνικό) τραύμα τις ζωές μας, τα προηγούμενα χρόνια!

Μοιάζει σαν να πέρασε ένας αιώνας, αλλά σε δυόμιση μήνες από τώρα κλείνουμε μία τετραετία απ’ την παρένθεση που άνοιξε στην καθημερινότητά μας ο κορωνοϊός: ακολούθησε η **καραντίνα, οι εμβολιασμοί, τα κρούσματα, ο συγχρωτισμός, οι μάσκες και πολλά ακόμη.**

Αν και πολλά απ’ αυτά τέθηκαν στο περιθώριο της δημόσιας συζήτησης, να που το τελευταίο διάστημα επανήλθε δυναμικά η ανάγκη επικαιροποίησής τους!

Για του λόγου το αληθές, τούτο πιστοποιείται από τις αυξανόμενες μολύνσεις στην κοινότητα, που μετατρέπονται σε νοσηλείες, όταν μιλάμε για τις ευπαθείς ομάδες πληθυσμού, τις οποίες επίσης ως κοινή γνώμη καλό θα είναι να θυμηθούμε και να νοιαστούμε στην πράξη γι’ αυτές.

Η χαλάρωση έφερε την... έξαρση

“Υπάρχει μία μεγάλη έξαρση των λοιμώξεων του αναπνευστικού, κυρίως covid και γρίπη τύπου Α,

Είναι κάτι το αναμενόμενο. Είναι η εποχή που έχει πολύ συγχρωτισμό λόγω των εορτών και λόγω του καιρού που έχει ψυχράνει” αναφέρει μιλώντας στην “Κ.Ε” και στο GOODnet.gr η κα

Ελένη Ιωαννίδου, Επιστημονικά Υπεύθυνη της Παθολογικής Κλινικής του “Ασκληπιού”.

Θεωρεί, συνεπώς, λογικό να υπάρχει αυτή η “ανάφλεξη” των κρουσμάτων.

“Σίγουρα υπήρχε μεγάλη χαλάρωση” σχολιάζει για τα τυπικά μέτρα αυτοπροστασίας, που κι εκείνα χρειάζεται να “φρεσκάρουμε” στη μνήμη μας.

Ούτως ή άλλως, κάποια από τα μέτρα αυτά συστήνονταν για τη γρίπη και όλες τις ιογενείς λοιμώξεις.

Δηλαδή:

μη συγχρωτισμός, το να μην ερχόμαστε σε επαφή με ανθρώπους που ξέρουμε ότι είναι άρρωστοι, το να βγει κάποιος από το σπίτι του και να επιστρέψει στη δουλειά του ένα 24ωρο αφού περάσουν τα συμπτώματα, το να βήχει ή να φταρνίζεται στην εσωτερική πλευρά του αγκώνα ή σε ένα χαρτομάντιλο,

το να πλένει τα χέρια του όταν έρχεται σε επαφή με τις εκκρίσεις ή με αντικείμενα από μολυσμένες επιφάνειες.

Η μάσκα

Κάθε ένα από τα παραπάνω, εύκολα μπορούμε να τα εφαρμόσουμε.

Η κα Ιωαννίδου υποστηρίζει ότι τη μάσκα θα έπρεπε να τη χρησιμοποιούμε τουλάχιστον όταν ερχόμαστε σε επαφή με ανθρώπους με πολύ έντονα συμπτώματα.

“Είναι ένα μέτρο το οποίο θα μπορούσε να λειτουργήσει και να μας απαλλάξει, αν μη τι άλλο, από μία ταλαιπωρία”.

Άλλωστε, όπως σημειώνει, **το 99%** των ανθρώπων που αρρωσταίνουν από μία γρίπη ή από τον covid πλέον, το περνούν με κάποιες μέρες με πυρετό και μυαλγίες. Δεν κάνουν σοβαρή νόσο.

Οι σοβαροί κίνδυνοι ελλοχεύουν για τις ευπαθείς ομάδες: Υπάρχουν κάποιοι άλλοι συνάνθρωποί μας που είναι πιο ευάλωτοι, όπως είναι οι ανοσοκατασταλμένοι, οι ηλικιωμένοι, οι έγκυες κλπ που μπορούν να νοσήσουν σοβαρότερα και βαρύτερα.

“Θα μπορούσαμε να απαλλάξουμε τον εαυτό μας από την ταλαιπωρία μιας αρρώστιας που θα κρατήσει μία μέρα ή από μία πολύ πιο σοβαρή κατάσταση, στην οποία κινδυνεύουν να τεθούν άνθρωποι πιο ευάλωτοι” τονίζει η κα Ιωαννίδου.

Ο εμβολιασμός

Η έμπειρη ιατρός συντάσσεται με την άποψη ότι ο εμβολιασμός πρέπει να ξαναμπεί πιο δυναμικά στη ζωή μας.

"Είναι βασικό το να εμβολιαστούν, ειδικά άνθρωποι που είναι υψηλού κινδύνου" θα πει.

Εκτός από τα πρωτογενή μέτρα, για την πρόληψη, υπάρχει και το δευτερογενές "τείχος" προστασίας, αφότου κάποιος "κολλήσει".

"Πολύς κόσμος" λέει η Επιστημονικά Υπεύθυνη της Παθολογικής Κλινικής του "Ασκληπιού" "δεν το βάζει στο μυαλό του, αλλά οι άνθρωποι που είναι πιο ηλικιωμένοι, ανοσοκατασταλμένοι, μπορούν να πάρουν φάρμακο τόσο για τη γρίπη όσο και για τον κορωνοϊό και να περάσουν πολύ πιο ελαφρά και να γλιτώσουν τις σοβαρές επιπλοκές".

Ωστόσο, θα επανέλθει, ο εμβολιασμός είναι το "καλύτερο μέσο" (αυτο)προστασίας, ειδικά έναντι του κορωνοϊού.

"Έχει μία αρκετή αποτελεσματικότητα όσον αφορά στη σοβαρότητα της νόσησης: μπορεί να κολλήσεις αλλά δεν θα καταλήξεις στο νοσοκομείο" υπενθυμίζει.

Για τη γρίπη, θα σημειώσει: *"Τα πράγματα είναι πιο δύσκολα, γιατί το εμβόλιο της γρίπης δεν είναι τόσο αποτελεσματικό.*

Εφέτος, βέβαια, κυκλοφορεί το τετραδύναμο - ενισχυμένο εμβόλιο, αλλά σε πολύ μεγαλύτερη δόση, που είναι για τους ηλικιωμένους άνω των 65 ετών.

Εδώ και πολλά χρόνια κυκλοφορεί στην Ευρώπη και στην Αμερική και είναι πιο αποτελεσματικό. Εφέτος, κυκλοφορεί και στην Ελλάδα.

Είναι σημαντικό να το κάνουν ακόμη και τώρα οι ηλικιωμένοι: θέλουμε 2-3 εβδομάδες για να αρχίσει να δρα, αλλά έχει ένα νόημα για τους ανθρώπους που βρίσκονται σε μεγαλύτερες ηλικίες".

Η κα Ιωαννίδου για ακόμη μία φορά θα θελήσει να ξεκαθαρίσει: *"Πολλές φορές οι άνθρωποι μπερδεύονται.*

Νομίζουν ότι εάν κάνεις το εμβόλιο της γρίπης, είναι και για τον κορωνοϊό ή και το αντίστροφο. Είναι δύο τελείως διαφορετικά εμβόλια, για δύο τελείως διαφορετικές καταστάσεις. Το ένα δεν αντικαθιστά το άλλο - πρέπει να κάνουμε και τα δύο. Και να προφυλασσόμαστε όσο μπορούμε".

Η περίοδος της γρίπης θα κρατήσει το αργότερο έως τον Απρίλιο – εφέτος ξεκίνησε νωρίτερα.

Άρα, υπάρχει ακόμα καιρός να θωρακιστούμε με κάποιο σκεύασμα, τόσο κατά της γρίπης, όσο και κατά του κορωνοϊού.

“Μπορούμε λοιπόν και τώρα να εμβολιαστούμε όσοι δεν έχουμε νοσήσει για να προφυλάξουμε τον εαυτό μας και τους γύρω μας” θα επιμείνει καταληκτικά η κα Ιωαννίδου.

Στο “μάτι του κυκλώνα” και οι μικρές ηλικίες

Έξαρση των ιώσεων και στις μικρές ηλικίες παρατηρείται αυτόν τον καιρό σε τοπικό επίπεδο, χωρίς ωστόσο να πιέζεται - για την ώρα- το σύστημα Υγείας στο Ρέθυμνο.

Τα παιδιά ταλαιπωρούνται περισσότερο από γρίπη, στρεπτόκοκκο και βρογχολίτιδα, και λιγότερο από covid, σε απλές και όχι απειλητικές καταστάσεις, που ευτυχώς δεν είναι βαριές και δεν έχρηζαν νοσηλείας.

Αρκετά από τα αυξανόμενα κρούσματα, πριν τα Χριστούγεννα, χρειάστηκε να περάσουν το κατώφλι του νοσηλευτικού ιδρύματος.

“Νομίζω ότι είμαστε σε μία φάση κύματος που είναι χαλαρό τώρα. Πιστεύω όμως ότι μετά την Πρωτοχρονιά το κύμα αυτό θα μεγαλώσει και σιγά σιγά θα αυξηθούν οι νοσηλείες” δήλωσε στην “Κ.Ε” και το GOODnet.gr η Διευθύντρια της Παιδιατρικής Κλινικής του νοσοκομείου Ρεθύμνου, **Ελισάβετ Γιαννούση**.

Η ίδια εφιστά την **προσοχή εν όψει των πρωτοχρονιάτικων συγκεντρώσεων**: *“Όποια παιδάκια είναι άρρωστα, καλό είναι να μένουν στο σπίτι”*.

Οι νοσηλείες το προηγούμενο διάστημα ήταν σύντομες, κι αφορούσαν μονοψήφιο αριθμό περιστατικών, έξι με επτά ανήλικους, στους οποίους δόθηκε εξιτήριο και πέρασαν τις γιορτές των Χριστουγέννων στα σπίτια τους. Μέχρι χθες το πρωί κανένα παιδάκι δεν χρειάστηκε να κάνει εισαγωγή στο νοσοκομείο Ρεθύμνου.

Μεγάλη διασπορά μέσα στις γιορτές

Αν και τα σχολεία είναι κλειστά, με εξαίρεση κάποιους ιδιωτικούς παιδικούς σταθμούς που συνέχιζαν να λειτουργούν το πρώτο διάστημα του δεκαπενθημέρου των γιορτών, η εξάπλωση των ιών μεταξύ των πιτσιρικάδων εξελίσσεται κανονικά, για προφανείς λόγους: οι συναντήσεις σε εξωσχολικές δραστηριότητες και εορταστικές εκδηλώσεις είναι μπόλικες αυτό το διάστημα.

“Δεν έχει αλλάξει κάτι ως προς τη διασπορά των παιδιών μέσα στις γιορτές” επιβεβαιώνει η κα Γιαννούση. *“Έχει ωστόσο αυξηθεί η επαφή των άρρωστων παιδιών με μεγαλύτερης ηλικίας άτομα: παππούδες, γιαγιάδες, θείες-θείους, στις οικογενειακές συνεστιάσεις.*

Αυτό είναι και το επικίνδυνο: γιατί αυτοί οι ιοί που σε ένα υγιές παιδί μπορεί να περάσουν πολύ απλά, έναν ηλικιωμένο, έναν ανοσοκατασταλμένο ή με άλλα προβλήματα υγείας μπορεί να τον επιβαρύνουν. Άρα, δεν θεωρώ ότι το κλείσιμο των σχολείων μάς βοηθά σε κάτι, γιατί είναι εποχή που έχουμε συνωστισμό έτσι κι αλλιώς.

Μόνο στην αγορά να κατέβουν τα παιδιά ή να βρεθούν σε μία εκδήλωση με Άη Βασίλη, φτάνει”.

Πότε κρατάμε τα παιδιά στο σπίτι

Η ανάγκη χρήσης προστατευτικής μάσκας σε καταστάσεις συγχρωτισμού, επανήλθε.

“Είναι απαραίτητη για τους ενήλικες. Στα παιδάκια κάτω των 4 ετών, δεν συστήνεται, γιατί δεν είναι σε θέση να τη χρησιμοποιήσουν σωστά,

Ιδίως τα βρέφη απαγορεύεται να φορέσουν μάσκα. Όμως, οι μεγάλοι που έχουν θέματα υγείας, καλό είναι να προστατεύουν τον εαυτό τους σε συγκεντρώσεις ή σε καταστάσεις συνωστισμού” διευκρινίζει η Διευθύντρια της Παιδιατρικής Κλινικής του νοσοκομείου Ρεθύμνου.

Προς τους γονείς, θα συστήσει: **“Όταν βλέπουμε ότι το παιδί το βράδυ κάνει πυρετό, το πρωί δεν πρέπει να το πηγαίνουμε στον παιδικό ή στο σχολείο. Τα παιδιά, σε αυτές τις περιπτώσεις, πρέπει να μένουν στο σπίτι, μέχρι να συμπληρώσουν ένα 24ωρο χωρίς συμπτώματα. Μόνο έτσι θα μπορέσουμε να μειώσουμε τη μετάδοση. Και βέβαια να (τους) μάθουμε και να συνηθίσουν να πλένουν πολύ καλά τα χέρια τους”.**

Όπως συμβαίνει κάθε χειμώνα, μεγάλο μέρος της κοινότητας έχει “σκεπαστεί” από ένα “σύννεφο” λοιμώξεων: **γρίπη, πνευμονίες και αναπνευστικές δυσχέρειες.**

Το θετικό είναι ότι οι αντοχές του παθολογικού τομέα του νοσοκομείου Ρεθύμνου διατηρούνται, χωρίς να συμπίεζονται – μέχρι στιγμής.

Εξίσου ευχάριστο είναι ότι όσοι προσβάλλονται από covid περνούν κάπως πιο **ήπια** την λοίμωξή τους από τον κορωνοϊό.

Διασωληνώσεις και σοβαρά περιστατικά, προς το παρόν, δεν υπάρχουν στο τοπικό νοσηλευτικό ίδρυμα, παρά την αύξηση των μολύνσεων.

Σύμφωνα με τις πληροφορίες, αυτές τις ημέρες γύρω στα 15 άτομα χρειάστηκαν να νοσηλευτούν, αντιμετωπίζοντας παθολογικά και πνευμονολογικά θέματα (όχι μόνο λοιμώξεις του αναπνευστικού).

Ιατρικός Σύλλογος Ρεθύμνου: Μέτρα προστασίας από ιογενείς λοιμώξεις του αναπνευστικού

Μέσα από ανακοίνωση που εξέδωσε, ο Ιατρικός Σύλλογος Ρεθύμνου υπενθυμίζει τα μέτρα προστασίας από ιογενείς λοιμώξεις του αναπνευστικού.

Παράλληλα, τα μέλη του Συλλόγου, δια της προέδρου **Αναστασίας Καπελέρη** εύχονται το 2024 να είναι ένα "καλύτερο και δημιουργικό έτος, με υγεία και ειρήνη"

Όπως υπογραμμίζεται χαρακτηριστικά στην ανακοίνωση του Ιατρικού Συλλόγου:

Αυτές τις μέρες παρατηρείται έξαρση των ιογενών λοιμώξεων κυρίως Covid 19 αλλά και γρίπης κυρίως τύπου Α.

Ιός SARS-CoV2 – λοίμωξη COVID-19 Σύμφωνα με τον ΕΟΔΥ

- ✓ Η θετικότητα στο σύνολο των ελεγχθέντων δειγμάτων παρουσίασε αύξηση σε σχέση με την προηγούμενη εβδομάδα.
- ✓ Ο αριθμός των εισαγωγών (n=1.373) παρουσίασε αύξηση 45% σε σχέση με τον μέσο εβδομαδιαίο αριθμό εισαγωγών τις προηγούμενες 4 εβδομάδες και ήταν υψηλότερος από τον αριθμό των εισαγωγών την αντίστοιχη εβδομάδα του 2022
- ✓ Ο αριθμός των ασθενών με λοίμωξη COVID-19 που νοσηλεύονται διασωληνωμένοι είναι 62.
- ✓ Καταγράφηκαν 60 θάνατοι με διάμεση ηλικία τα 86,5 έτη (εύρος 57-98 έτη). Ο αριθμός των θανάτων παρουσίασε αύξηση σε σχέση με τον μέσο εβδομαδιαίο αριθμό θανάτων τις προηγούμενες 4 εβδομάδες
- ✓ Την εβδομάδα 47, η συχνότερη υπο-παραλλαγή της BA.2 ήταν η EG.5 (39%) ακολουθούμενη από την XBB.1.5 (30%) και την BA.2.86 (20%).
- ✓ Στη χώρα μας έχουν συνολικά ανιχνευτεί 101 στελέχη JN.1 (υπο-παραλλαγή της BA.2.86 που από 19/12 αναγνωρίστηκε ως υπο-παραλλαγή επιδημιολογικού ενδιαφέροντος),
- ✓ Η επιτήρηση του ιικού φορτίου στα αστικά λύματα έδειξε αύξηση της κυκλοφορίας του ιού SARS-CoV-2 σε 8 από τις 10 περιοχές που ελέγχθηκαν.

Ιός της γρίπης

- ✓ Η θετικότητα για γρίπη στην κοινότητα παραμένει άνω του 10% (εποχικό όριο έναρξης της επιδημικής δραστηριότητας της γρίπης κατά το ECDC).
- ✓ Καταγράφηκαν 4 νέα σοβαρά κρούσματα με νοσηλεία σε ΜΕΘ, ενώ καταγράφηκε 1 νέος θάνατος από εργαστηριακά επιβεβαιωμένη γρίπη.

✓ Από την εβδομάδα 40/2023 έως την εβδομάδα 50/2023 νοσηλεύτηκαν 18 άτομα με εργαστηριακά επιβεβαιωμένη γρίπη σε ΜΕΘ και καταγράφηκαν 5 θάνατοι από εργαστηριακά επιβεβαιωμένη γρίπη.

✓ Στα δύο κέντρα αναφοράς γρίπης έχουν καταγραφεί από την εβδομάδα 40/2023 έως και την εβδομάδα 50/2023, 57 (95%) δείγματα τύπου Α και 2 (3%) τύπου Β.

✓ Από τα 57 στελέχη τύπου Α που υποτυποποιήθηκαν, τα 15 (26%) ανήκαν στον υπότυπο Α(Η3) και τα 42 (74%) στον υπότυπο Α(Η1) pdm09.

Με αφορμή τα παραπάνω και προκειμένου να προστατευτούμε και να μειώσουμε τη μετάδοση στους γύρω μας ειδικά στους ηλικιωμένους, στα νεογνά, στους ανοσοκατεσταλμένους και στις εγκύους καλό είναι να εφαρμόζουμε τα βασικά μέτρα προστασίας

Τα μέτρα που πρέπει να ακολουθηθούν για την προστασία από την γρίπη και την μείωση της διασποράς του ιού είναι τα ακόλουθα:

- Προσπαθήστε να αποφύγετε στενή επαφή με άτομα που εμφανίζουν συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού. Εάν έχετε συμπτώματα γρίπης, παραμείνετε στο σπίτι για τουλάχιστον 24 ώρες μετά από την υποχώρηση του πυρετού.
- Όσο διαρκούν τα συμπτώματα σας, περιορίστε τις επαφές σας με άλλα άτομα ώστε να μη μεταδώσετε τη γρίπη. Όταν βρίσκεστε σε επαφή με άλλα άτομα ή σε κλειστούς χώρους να φοράτε μάσκα.
- Καλύψτε το στόμα και τη μύτη σας με χαρτομάντιλο ή με την εσωτερική πλευρά του αγκώνα σας όταν βήχετε ή φταρνίζεστε. Πετάξτε το χαρτομάντιλο μετά τη χρήση του.
- Πλένετε τα χέρια σας συχνά με σαπούνι και νερό ή χρησιμοποιήστε αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα.
- Μην αγγίζετε τα μάτια, τη μύτη και το στόμα σας, αφού αυτές είναι πύλες εισόδου του ιού στον οργανισμό.
- Καθαρίστε καλά τις επιφάνειες και τα αντικείμενα που μπορεί να έχουν επιμολυνθεί από μικροοργανισμούς, όπως ο ιός της γρίπης.
- Ακόμα και τώρα μπορείτε να εμβολιαστείτε με το εμβόλιο της γρίπης και το επικαιροποιημένο εμβόλιο για τον Covid. Οι ηλικιωμένοι >65 ετών καλό είναι να κάνουν το ενισχυμένο αντιγριπικό εμβόλιο.

ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΡΕΘΥΜΝΟΥ

-
-