

الباحث في микروبولوجي والجينوم الدكتور محمد بلحسين

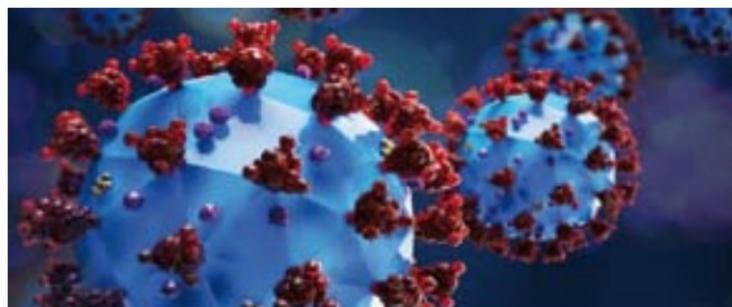
# التطعيم مفيدة مع السلالة الجديدة لكورونا

## • هكذا ينتقل الفيروس المتحور

يوضح الدكتور محمد بلحسين المختص في الأحياء الدقيقة والبيولوجيا النووية وعلم الجينوم، أنه لا يمكن تمييز الأعراض التي يحدوها كورونا المتحور عن المسجلة في الأشكال الأخرى للفيروس، لكن الاختلاف يمكن في زيادة سرعة وسهولة انتقاله لتصل إلى حوالي 9أشخاص يمكن أن ينقل لهم مصايب واحد العدو، ما يجعل حملات التلقيح مفيدة وناجحة مع احترام الإجراءات الوقائية.

السيطرة على الجائحة.  
ياسين بن ب.

تحديث اللقاحات بانتظام مثلاً يحدث مع لقاحات الإنفلونزا، بهدف مواكبة التطورات المحتملة للفيروس.  
و رغم ذلك، يؤكّد المختص في علم الأحياء الدقيقة، بأن التلقيح وحده ليس كاف للحماية من الفيروس حيث تعتبر الإجراءات الوقائية مثل ارتداء الكمامات وغسل الأيدي والتباعد الاجتماعي، أهم وسيلة متوفّرة حالياً لتفادي فقدان



صحية

## سلوكيات بسيطة تجنب حرقه اطعمة!



ولتجنب هذه الأعراض يُنصح باتباع بعض الخطط، ومنها عدم الأكل في آخر 3 ساعات قبل النوم للسماح للمعدة بهضم محتوياتها السابقة، مع عدم الاستفادة مباشرة بعد الأكل بـ 15 سميتراً بواسطة الوساند، لمنع صعود الإفرازات الحمضية من المعدة، كما يفضل تناول وجبات صغيرة متقطعة، إلى جانب الوقوف بقامة منتصبة والمشي باعتدال للمساعدة على تحسين الهضم.

خبرة بن ودان

يشعر الكثير من الأشخاص بحرقة في الجزء العلوي من الصدر بعد وجة ما، ويطلق عليها "الموضة" أو "حرقان الصدر" وهي أعراض يسببها ارتجاع الطعام في المريء، يمكن تجنب الأمد من خلال سلوكيات بسيطة.

ويرجع المختصون هنا الارتجاع إلى عدم الغلق الجيد للعضلة الموجدة بين المعدة والمريء، وكذا بعض السلوكيات التي

يجب على الأشخاص تجنبها أو التوقف عنها، ومنها التدخين والسمنة والجلوس في وضعيات غير صحية، بالإضافة لتناول أنواع من الأدوية، وكذلك العادات الغذائية الخاطئة كتناول الوجبات الثقيلة والأكل قبل النوم بفترة قليلة واستهلاك بعض الأطعمة عالية الدهون، والتواجد بشكل كبير، وكذلك الشوكولاتة، والأطعمة الحمضية مثل الليمون والطماطم، إضافة إلى الثوم والبصل وبعض المشروبات التي تحتوي على "الكافيين".



معامل انتقال أكبر وهو تغيير نجم عن التحور الذي طرأ على بروتين التنشوء الشوكية، والذي جعله يزيد من كفاءة الارتباط بالخلية المستقبلة بطريقة أسهله، فدخلها، وبالتالي يتکاثر بشكل أكبر في جسم المريض، فيتسبب هذا الأخير في نقل العدوى لعدد أكبر من الأشخاص قد يصل إلى 9 أفراد من 10 قريبين منه، وذلك عند السعال أو العطس أو التواجد في مكان ما، نظراً للحجم المعتبر من الفيروسات الموجودة في جسمه.

بالمقابل، بين الدكتور أنه لا يتوفر دليل حتى الآن يؤكد أن سوار المرض قد تغير كثيراً، حيث أن السائد الناشئ عن هذا الفيروس المتحور لا يمكن تمييزه عن الأعراض التي تسبّبها أشكال كورونا الأخرى، والأهم من ذلك، يتابع الباحث، هو أن الحملات الوطنية للتطعيم تبقى مفيدة وناجحة مع هذه السلالة الجديدة، مع إمكانية

و يشرح الباحث ما الذي يعنيه تحور الفيروس بالقول "قد يبدو الفيروس المتحور بالنسبة لنا أمراً مخيفاً، لكن التحور والتغير هو ما تفعله الفيروسات، وفيأغلب الأوقات يكون الأمر إما تغييراً لا معنى له أو أن الفيروس يعدل نفسه بطريقة تجعله أضعف في إصابة البشر بالعدوى، لتخفي النسخة الجديدة، ولكن قد يصل أحياناً إلى تكوين تركيبة جديدة ناجحة ومعدية أكثر".

ويوضح الباحث الجزائري، أن السلالة الجديدة البريطانية هي تراكمات لطفرات مختلفة أبرزها طفرتان موجودتان في بروتين التنشاء الشوكية، ويتصل الأمر بطفرة N501 وهي عبارة عن تغيير بسيط معروف باسم مجال RBD المستقبلات، أما الطفرة الأخرى والمسماة H69/V70 فقد ظهرت عدة مرات من قبل، وفي إحداها لدى حيوانات المink، ليضيف الطفرتان تتمركزان في المنطقة التي تتلاطم فيها التنشاء مع سطح خلايا وأية تغييرات تُسهل دخول الفيروس من المرجح أن تتحمّل ميزة إضافية". و عن حقيقة العلاقة بين ظهور نسخة جديدة للفيروس، وتغير سلوكه، يبرر الدكتور في حديثه للنصر، أن السلالة الجديدة البريطانية المكتشفة في الجزائر مؤخراً، تحافظ على نفس درجة خطورة السلالة الأصلية لـ "كوفيد 19"، غير أن الفرق الوحيد يكمن في عدد حالات العدوى.

وفي تفصيله لأالية انتشار النسخة الجديدة،

بين

الباحث أن الطفرة منحت الفيروس