افغانستان آزاد – آزاد افغانستان

AA-AA

چو کشور نباشد تن من مبـــاد بدین بوم و بر زنده یک تن مــباد
همه سر به سر تن به کشتن دهیم از آن به که کشور به دشمن دهیم

www.afgazad.com afgazad@gmail.com

اجتماعی	Social

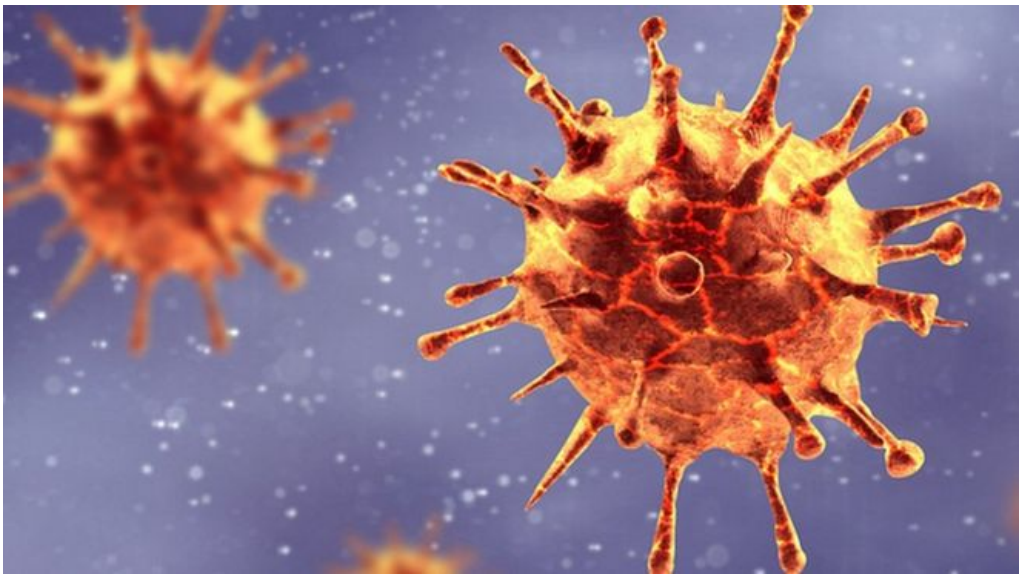
بهرام رحمانی

۱۰ می ۲۰۲۰

درد، تنهائی و اضطراب تجربهٔ دوران کرونائی از زبان بهبودیافتگان!

آغاز سخن

تجربیات بهبودیافتگان از زبان آن‌ها شاید تلنگری باشد برای تمامی کسانی که بیماری کرونا را جدی نمی‌گیرند و به این ترتیب خود و اطرافیان را درگیر می‌کنند. البته به اشتراک گذاشتن درد و دل و تشریح احوال مبتلایان این نوید را نیز به‌همراه دارد که می‌توان در ابتدا با اندکی رعایت موارد بهداشتی دچار این بیماری هولناک نشد. اما در عین حال اگر هم تحت هیچ شرایطی امکان دوری از ویروس نبود می‌توان با امید و اراده و مقاومت و در کنار آن بهره‌گیری از کادر درمانی مجرب و دل‌سوز بار دیگر به سلامتی دست یافت.



من از نزدیک دوره بیماری عزیزی به‌نام «ب» را پیگیری کرده‌ام که کرونا گرفته و از زبان او می‌نویسم:

پنج‌شنبه دوم آپریل ۲۰۲۰ حوالی ساعت ۱۸ بود که اولین علایم بیماریم ظاهرا شد: تک سرفه‌های خشک و گلول درد و بدن درد. یعنی چیزی شبیه سرماخوردگی ساده. پیش عزیزی بودم که قرار بود مهمان بیاید. بلافاصله صاحب خانه این مهمانی را کنسل کرد و من هم راهی خانه خود شدم.

به خانه رسیدم و ساعاتی بعد سرفه‌ها شدیدتر شد و بدنم داغ گردید و گلودرد شدید گرفتم. به‌علاوه احساس کردم سرم و کتف‌هایم و شکمم به‌شدت درد گرفتند.

حسابی کلافه شده بودم.

در حالی که بیش‌تر از دو هفته بود همه موازین بهداشتی را رعایت می‌کردم. اما گاهی به کافه می‌رفتم.

توی این دو هفته هر روز به دارخانه‌های مختلف استکهلم سر می‌زدم تا الکحل برای ضدعفونی دست بگیرم. جواب همه این بود که نداریم. کی می‌آید؟ نمی‌دانیم. برایم بسیار عجیب بود که چرا کشور پیشرفته و مدرنی مانند سوئد کمبود الکل داشته باشد. البته قبلا داروخانه‌ها دولتی بودند که در دهه اخیر به بخش خصوصی سپرده شده و سر هر کوی و برزنی یک داروخانه دایر شده است. این هم از نتایج خصوصی‌سازی و رقابت سرمایه‌داری در چند دهه اخیر است که به‌شدت عرصه مهم بهداشت و درمان را نیز تضعیف کرده است.

در هر صورت سعی می‌کردم به‌جای وحشت از ویروس نفس‌گیر کرونا، راه‌های مقابله و شکست آن را بیاموزم تا بتوانم از چنگال آن رهائی یابم.

روز سوم و با شدیدتر شدن دردها و سرفه‌ها و شکم درد و تب با شماره تلفن ۱۱۷۷ تماس گرفتم و آن‌ها کلی سؤال کردند و نهایت گفتند که در قرنطیه بمانم مایعات بیش‌تر بخورم، استراحت کنم و برای تسکین درد از قرص مسکن آودون استفاده کنم. اگر کار به‌جائی رسید که نفسم سنگین‌تر شد با شماره ۱۱۳ تماس بگیرم تا آمبولاس و دکتر سریع بیایند و مرا به بیمارستان ببرند.

کابوس شب بیش‌تر می‌شد. تب و لرز و دردهای عضلانی شدیدتر به سراغم می‌آمد، گاهی می‌ترسیدم و یکه می‌خوردم، اما به‌تدریج با آن کنار آمدم.

با دکتر عزیز آشنائی مشورت کردم و با راهنمائی وی وارد سایت درمانگاهی شدم که او در آن‌جا کار می‌کند. در سایت این مرکز نوشتم که می‌خواهم با اقای دکتر «س» تماس بگیرم. دکتر بلافاصله با من تماس گرفت و یک سری دستورات بهداشتی داد و در عین حال با مرکزی تماس گرفت تا بیایند و در منزل تست کرونا از من بگیرند. با وجود این که این مرکز گفته بود تا ده شب می‌آئیم اما آمدن‌شان سه روز طول کشید. دو نفر آمدند دم در خونه لباس مخصوص پوشیدند و ماسک زدند و یکی آمد توی خونه و با پرسیدن تاریخ تولد، نخست میله‌ای را وارد دماغم کرد و سپس آن را داخل لوله آزمایش گذاشت و گفت تا فردا نتیجه را به دکترتان می‌فرستیم. اما ارسال نتیجه نیز حدود ۴۸ ساعت طول کشید. دکترم زنگ زد و گفت خوشبختانه نتیجه تست کرونا منفی است. اما در عین حال تاکید کرد که نمونه‌برداری از دماغ گاهی کاذب از آب درمی‌آید. در عین حال آنتی بیوتیک و قزره دماغ نوشت تا ده روز استفاده کنم. روزها و شب‌ها به سختی سپری می شدند و من حالم بدتر و بدتر می‌شد. گذشت و حالم بدتر شد. اصلا دلم نمی‌خواست بیمارستان بروم. دکترم لطف می‌کرد هر روز زنگ می‌زد و وضع مرا کنترول می‌کرد. تا این که در یک غروب پایان دو هفته حالم به‌شدت بد شد به حدی کلافه شدم که به بیمارستان زنگ زدم. گفتند به‌سرعت می‌آئیم اما حدود ده دقیقه بعد زنگ زدند و پرسیدند من می‌توانم راه بروم؟ گفتم آری می‌توانم. گفت چون آمبولانس همه مأموریت هستند از این‌رو طول می‌کشد تا آمبولاس بیاید. ما یک ماشین می‌فرستیم که شما را به بیمارستان بیاورد. ماشین آمد و به بیمارستان رفتیم بلافاصله مرا در اتاقی قرار دادند و من تمام شب نیمه نشسته روی تخت قرار گرفتم. کارهای اولیه انجام شد و آزمایش خون برای تست کرونا گرفتند. تمام شب خوابم نبرد، صرفه می‌کردم و درد داشتم. تقریبا حوالی ساعت ۱۰ صبح روز بعد بود که دکتر آمد و گفت متاسفانه نتیجه آزمایش من مثبت است. و در عین حال افزود در این دو هفته بدنت خوب مقاومت کرده است اما ریه‌هایت آسیب دیده است.

دکتر گفت: خودت انتخاب کنید من می‌توانم شما را بستری کنم و یا خانه بروید و به قرنطینه ادامه دهید. اگر حالت بد شد تماس بگیرید تا این بار سریع دنبالت می‌آیند. این بهانه‌ای شد که بگویم خانه می‌روم و بلافاصله پرسیدم آیا دارو می‌نویسید؟ گفت هیچ داروئی نمی‌نویسم فقط قرص آلودون برای تسکین دردهایت بخورید، استراحت کنید و مایعات بیش‌تر بخورید. در عین حال دکتر خودم آنتی بیوتیک نوشته بود موقعی که به بیمارستان رفتم هفت روز خورده بودم و سه روز باقی مانده بود.

در هر صورت به خون برگشتم. آرام و قرار نداشتم و بدنم بالانس نشده بود. اغلب صبح‌ها بهتر بودم و غروب‌ها و اوایل شب حالم بدتر می‌شد.

اما دیگر ترسم ریخته بود و انگار به‌نوعی به این زندگی جدید عادت می‌کردم. هر روز صبح برای خودم برنامه‌ریزی می‌کردم: حقیقتا دوش گرفتن صبح و عصر جان تازه‌ای به من می‌داد. صبحانه نان و عسل و چائی می‌خوردم. سر کتاب‌هایم می‌رفتم می‌خواندم و یادداشت برمی‌داشتم . سر کامپیورت می‌رفتم تمام اخبار و گزارشات و تحلیل‌های بهداشتی و پزشکی در مورد کرونا را می‌خواندم. گاهی فیلم می‌دیدم. هر یک ساعت حدود ده دقیقه به خودم استراحت می‌دادم و در خانه راه می‌رفتم و ورزش‌های ملایم می‌کردم.

الان بدنم به‌شدت ضعیف شده و چند کیلو لاغر شده‌ام. اشتها به غذا ندارم اما به‌زور سوپ و سبزیجات و سویا می‌خورم. به خصوص من گوشت خوار نیستم از این نظر مشکل غذا درست کردن و خوردنم راحت‌تر است.

هنوز حالت ضعیف‌تر دردها، سر درد، درد عضلات، کتف‌ها، قفسه سینه و شکم درد را دارم اما دیگر نفس‌گیر نستند.

اکنون اعتماد به نفس کافی در مقابل بیماری دارم و کابوس‌های شبانه نیز کم‌تر شده است.

روزهای نخست اخباری که درباره کرونا می‌شنیدم و می‌خواندم و می‌نوشتم آمار فوتی‌هائی و مبتلایان که می‌خواندم، بیش‌تر دچار دلهره و ناراحتی می‌شدم.

یک نوع حس بی‌قراری، بی‌خوابی و فشارهای مزمن عصبی در طول شبانه‌روز با بیمار همراه بود که به تدریج فروکش کرده‌اند.

در اثر تب و خشکی گلو در نیمه‌های شب باعث می‌شد از خواب بیدار شوم و مجبور می‌شدم مقدار زیادی آب بنوشم اما اکنون این مسأله هم کم تر شده است.

این ویروس ناشناخته هوشمند بالاخره راهی برای سرایت به بدن انسان‌ها پیدا می‌کند، اما بهتر است به جای اضطراب و وحشت از مبتلا شدن، راه‌های مقابله و شکست بیماری را یاد بگیریم.

در هر صورت رعایت کلیه موازین بهداشتی و فاصله، حفظ خون‌سردی، استحمام روزانه، خوردن سوپ و مایعات فراوان و نوشیدن عسل و چای و ... به بهود بیماری می‌کند که البته تجربه شخصی من است.

در تمام این یک ماهی که با کرونا درگیر بودم و هنوز هم هستم، صبح‌ها حالم به اندازه‌ای خوب می‌شد که امیدوار می‌شدم که وضعیتم رو به بهبودی می‌رود، ولی غروب‌ها دوباره به من حمله می‌کرد، به‌طوری که در ساعات آخر هر شب از پاسخ دادن به یک تماس تلفنی هم عاجز می‌شدم.

البته دوره نقاهت در نزد بهبودیافتگان یک‌سان و چندان هم ساده نیست و شاید هم طولانی باشد.

ماندن در خانه بهترین راه پیش‌گیری از ابتلا به کرونا و رعایت اصول بهداشتی و جدی گرفتن آن همراه با استراحت مطلق، بهترین راه مواجهه و مقابله با این ویروس است.

تاکنون برای ویروس کرونا هیچ داروئی یافت نشده است بنابراین بیمار نباید با توصیه این و آن و یا از طریق خواندن و شنیدن در شبکه های اجتماعی از داروهائی استفاده کند که نه تنها برای درمان کرونه موثر نیست بلکه می تواند بر

وجود بیمار آسیب برساند. فعلا مسکن برای تسکین دردها و استفاده زیاد از مایعات و میوه‌جات و استراحت تنها راه‌های درمان کرونا هستند.

جا دارد که از پزشک و دوست مهربانم و چند نفر از رفقای نزدیکم که هر روز از طریق اس‌اس و امیل و فیس‌بوک و به ندرت تلفنی جویای حال من بودند صمیمانه تشکر کنم!

همچنین برای همه بیماران کرونائی صبر و شکیبائی و بهبودی سریع آرزومند و با خانواده و بازماندگان جان‌باختگان نیز عمیق همدردی می‌کنم.

***

برای بیماران کرونائی همه چیز شبیه یک کابوس است به‌طوری که تشخیص شب و روز هم سخت است. مرگ همواره در اطراف پرسه می‌زد.

سرفه زیاد و تندی به حدی انسان را اذیت می‌کند که با وجود تنهائی هرگز دلش نمی‌خواهد حتی عزیزترینش تلفن بزند و حالش را بپرسد چرا که آن‌طرف گوشی با سرفه‌های بی‌امان شما، سخت اذیت می‌شود.

گاهی احساس گرما و گاهی احساس لرز بیمار کرونائی وحشتناک اذیت می‌کند و گاهی احساس می کند به گلویش تیغ کشیده می‌شود. درد و سوزش تاامان نفس‌گیر می‌شوند. اغلب در صورتی که تب پائین باشد گرما با ویروس مقابله می‌کند. بدترین علائم کرونا تهوع و اسهال و شکم درد است.

فاز بیماری کرونا در نزد افراد یکسان نیست. شاید بیماری ظرف یک هفته به فاز متوسط نزول پیدا کند اما شاید این وضعیت جهنمی تا سه هفته ادامه بیدا کند.

سرفه‌های بسیار خشک و تعداد تنفس زنگ خطر جدی است. این ویروس بسیار علاقه‌مند به وارد شدن به قاعده ریه است و هنگام دم و بازدم معمولی معمولا قله ریه پر می‌شود بنابراین توصیه پزشکان این که است که روزانه ۲۸ تا ۳۰ نفس عمیق بکشید تا ریه کاملا پر از هوا شود.

در واقع شنیدن جزئیات بیماری کرونا و راهکارهای طی کردن دوران نقاهت از زبان بهبودیافتگان، یکی از بهترین شیوه‌ها برای مقابله با این ویروس است، در همین راستا تعدادی از بیماران مبتلا به ویروس کرونا که پس از روزها و هفته‌ها جنگ با این ویروس توانسته‌اند آن را شکست دهند و سلامتی خود را باز یابند، تجربیات خود در این دوران را بیان کرده‌ند تا با اشتراک گذاشتن آن‌چه از نزدیک لمس کردند، آگاهی عموم مردم را نسبت به این بیماری افزایش داده و نقش موثری در مقابله با ویروس کرونا، داشته باشند.

انتقال تجربه روزهای سخت بیماری و دردهائی که باید تحمل کرد به دیگران، سهمی است که شماری از بهبودیافتگان برای تشویق مردم به رعایت بیش‌تر نکات بهداشتی در مقابله با شیوع ویروس کرونا برعهده چیرند.

***

تفکیک روزانه علائم کرونا نشان می‌دهد که چگونه بیماری-COVID ۱۹ از حالت بد به وخیم‌ترشدن می‌رود. این تفکیک روزبه‌روز یا به عبارتی ردیابی ردپای ویروس کرونا می‌تواند به کنترول وضعیت بیماران جدید کمک کند.

شاید مهم‌ترین چیزی که تا این لحظه درباره کرونا می‌دانیم این است که تب شایع‌ترین علامت است. این(تب) شایع‌ترین علامت در بین بیمارانی است که ویروس جدید کرونا را در سراسر چین جابه‌جا کردند و در نهایت به خارج از این کشور نیز صادر کردند.

مطالعه‌ای جدید که تقریبا ۱۴۰ بیمار در بیمارستان Zhongnan دانشگاه ووهان را بررسی کرده است، موفق شده که یک الگوی معمولی از علائم مرتبط با این ویروس را مشخص کند. بر اساس این مطالعه اکنون مشخص است که در

حدود ۹۹ درصد از بیماران درجه حرارت بدنی بالائی دارند. در حالی که بیش از نیمی از آن‌ها خستگی و سرفه خشک را تجربه کرده‌اند. حدود یک سوم نیز درد عضلانی و مشکل در تنفس را تجربه کرد.

تحقیقات مرکز کنترول بیماری‌های چینی نشان می‌دهد که حدود ۸۰ درصد موارد کرونا ویروس خفیف است. حدود ۱۵ درصد از بیماران به موارد شدید مبتلا شده اند و ۵ درصد نیز به وخیم‌ترین حالت بیماری مبتلا هستند.

چگونگی پیشرفت علائم در بیماران به شکل زیر گزارش شده است:

روز اول: بیماران تب دارند. همچنین ممکن است دچار خستگی، درد عضلانی و سرفه خشک شوند. اقلیت کوچکی از آن‌ها ممکن است یک یا دو روز قبل دچار اسهال یا حالت تهوع شده باشند.

روز پنجم: بیماران ممکن است در تنفس دچار مشکل شوند. به‌خصوص اگر بزرگ‌تر باشند یا وضعیت سلامتی پیش‌بینی شده‌ای داشته باشند.

روز هفتم: طبق مطالعه دانشگاه ووهان، به‌طور متوسط قبل از بستری شدن بیماران در بیمارستان ، یک دوره نهان رخ می‌دهد که وضعیت بیمار نسبتا پایدار است.

روز هشتم: در این مرحله، بیماران مبتلا به موارد شدید(۱۵ درصد طبق گفته‌های CDC چینی) دچار سندرم پریشانی حاد تنفسی می‌شوند، بیماری که با ظهور مایعات در ریه‌ها ایجاد می‌شود و اغلب کشنده است.

روز دهم: اگر بیماران علائم وخیم‌تری دارند، این زمان پیشرفت و حاد بیماری است که احتمالا در بخش مراقبت‌های ویژه بستری می‌شوند. این بیماران احتمالا از درد شکم و کاهش اشتهائی بیش‌تر از بیماران دارای موارد خفیف برخوردارند.

روز هفدهم: به‌طور متوسط، افرادی که از ویروس بهبود مئیابند، بعد از دو هفته از بیمارستان مرخص می‌شوند.

با این حال، ممکن است اولین علائم بلافاصله پس از آلوده شدن فرد به وجود نیاید. لورن آنچل مایرز، اپیدمیولوژیک در دانشگاه تگزاس در آستین، به بیزینس اینسایدر گفت: ممکن است یک بیمار معمولی بدون نشان دادن علائم به‌مدت پنج روز یا بیش‌تر آلوده شود. پس از بروز علائم، بسیاری می‌توانند تصور کنند دچار ذات‌الریه باشند. اما پاراس لخانی، رادیولوژیست در دانشگاه توماس جفرسون، به بیزینس اینسایدر گفت روشی که COVID-19 با گذشت زمان پی می‌برد به‌سرعت این بیماری را از ذات‌الریه جدا می‌کند.

لخانی گفت: «پنومونی معمولی به‌سرعت پیشرفت نمی‌کند. به‌طور معمول، اکثر بیمارستان‌ها با آنتی بیوتیک‌ها ذات‌الریه را درمان می‌کنند و بیماران تثبیت می‌شوند و بعد شروع به بهتر شدن می‌کنند. با این حال، بیماران کرونا ویروس حتی بعد از دریافت درمان مانند دریافت مایعات یا استروئیدها بدتر شوند.»

***

تعدادی ار نجات‌یافتگان بیماری کرونا در اقصی نقاط جهان و ایران از حال و هوای دوران بیماری خود پس از بهبودی در بیمارستان‌ها می‌گویند. آن‌ها شوکه، ناراحت، نگران بوده و احساس تنهائی می‌کردند. ترس از تنها مردن و ندیدن خانواده و دوستان بیش از هر چیزی در دوران بیماری آن‌ها را آزار داده است.

در شبکه‌های اجتماعی، گزارش‌هائی از خاطرات دوران بیماری آن‌ها را منتشر شده است.

حس کشنده بستری بودن در یک بیمارستان، ترس از تنها مردن، ناامیدی و اشک، کلافگی زندگی در خانه، انزوا، عصبانیت و اشتیاق به تغییر یا تمایل به زندگی جمعی موضوعاتی که میان چند نفر از نجات‌یافتگان کرونا در اقصی نقاط جهان یکسان است. داستان‌های احساسی، ترسناک، نگران‌کننده و دردناک این افراد پس از نجات از کرونا را بخوانید.

«پارک هیون» استاد ۴۷ ساله مهندسی در کره جنوبی که زمینه هیچ بیماری قبلی را نداشت در باره ابتلایش به کرونا گفت: فکر می‌کردم بیماری کرونا برای من مشکلی ایجاد نمی‌کند.

اما علائم شدید بیماری در وی بروز کرد و او را به مرکز مراقبت‌های ویژه در بیمارستان بخش جنوبی شهر «بوسان» رساند.

علائم بیماری در این مهندس کره‌ای با سرفه خشک و گلودرد آغاز شد و چند روز بعد به تنگی نفس شدید رسید. او در حین انتظار برای تست کرونا در بیمارستان از حال رفت.

پس از مثبت شدن جواب تست در بیمارستان بستری شد و دوران پر نوسانی را گذراند. او چندین بار فکر کرد که به زودی خواهد مرد.

این مرد کره‌ای در این باره گفت: بیماری مانند بالا و پائین رفتن با یک ترن هوائی بود. گاهی حس می‌کردم چیز بسیار سنگینی روی قفسه سینه من قرار دارد و گاهی حس می‌کردم حجم زیادی سوزن وارد سینه‌ام می‌شود.

او افزود: برخی از این نشانه‌ها از عوارض جانبی داروهای درمانی بوده است.

پس از ۸ روز و دو تست منفی کرونا این مهندس بیمارستان مرخص شد.

وی گفت: شرایط خیلی بدی داشتم و هر بار فکر می‌کردم این آخرین باری است که می‌توانم چیزی بنویسم. بنابراین شروع به نوشتن کردم و آن را از طریق پیج فیس‌بوک با دوستانم به اشتراک گذاشتم.

«فابیو بیفرالی» ایتالیائی متخصص قلب و عروق ۸ روز تمام را «جدا از جهان» در بیمارستان «پولیس‌لینیکو امبرتو» در بخش «ارتوندسی» گذراند. این بخش این روزها به بخش مراقبت‌های ویژه تبدیل شده است.

این مرد ۶۵ ساله بیماری خود را با احساس درد «عجیب» درک کرد. به گفته یکی از بیمارانش این درد شبیه درد غیر قابل کنترول اعتیاد به مواد مخدر در زمان ترک یا نرسیدن مواد به بدن است.

به‌گفته او، استفاده از اکسیژن ناراحت‌کننده است و پیدا کردن شریان‌های خونی سخت. وی افزود: کادر درمانی در روز دو بار این کارها را انجام دادند اما پزشک بودن به من کمک کرد تا راحت‌تر این دردها را تحمل کنم و با شرایط کنار آیم. سایر بیماران به شکل ناامیدکننده‌ای فریاد می‌زدند که دیگر «کافی» است.

بدترین قسمت این ماجرا در شب‌ها می‌گذرد. تنهائی و ترس در همه جا موج می‌زند.

وی افزود: من خواب نداشتم. همه چیز شبیه یک کابوس بود. مرگ در آن فضا پرسه می‌زد.

این متخصص قلب و عروق گفت: ناامیدی بر من غلبه کرد. می‌ترسیدم در تنهائی و بدون فشردن دست خانواده یا دیدن دوستانم بمیرم.

او گفت: از دیدن چشمان پرمحبت کادر درمان از پشت آن همه لباس و تجهیزات محافظتی آرام می‌شدم.

بسیاری از پزشکان خط مقدم بسیار جوان بودند. این موضوع جای امیدواری داشت.

«وان چون‌هوی» ۴۴ ساله اهل چین در باره ابتلایش به بیماری کرونا گفت: در ابتدا بسیار وحشت کردم. اما رفتن به دروازه جهنم و بازگشت از آن نگرش من به زندگی را تغیر داده است.

وی که بیش از ۱۷ روز را در بیمارستان «هوشن‌سان» شهر ووهان در مرکز استان هوبی چین به‌عنوان مرکز شیوع کرونا گذرانده در این باره می‌گوید: به نظرم بزرگ‌ترین شانس زندگی من پیدا کردن نگاه متفاوت به زندگی است.

این مرد ۴۴ ساله گفت: من اینک بسیار آرام هستم. من تا دم مرگ رفتم و برگشتم. با چشمان خودم دیدم بسیاری از مردم مردند و خوب نشدند و این موضوع تاثیر بسیاری روی من گذاشت.

او در ابتدا پس از تب خود را از خانواده‌اش دور کرد تا از آن‌ها محافظت کند اما چند روز بد و با تب بالا به بیمارستان رفت.

در آن زمان کیت‌های تست کرونا وجود نداشت. برایش آنتی‌بیوتیک و داروهای آنفلوآنزا تجویز کردند و از او خواستند به دلیل کمبود تخت بیمارستانی خود را در خانه قرنطینه کند.

این چینی ۴۴ ساله به خبرگزاری فرانسه گفت: در ابتدا وحشت کردم اما با روحیه مثبت به خانه بازگشتم و شرایط را برای قرنطینه آماده کردم. به هر حال وحشت بی‌فایده بود.

او که پدر یک دختر ۹ ساله است دچار بیماری فشار خون بود. پس از این شرایط او شروع به ثبت علائم بیماری و نوشتن خاطرات روزانه خود کرد. اما سرفه‌های شدید وی باعث بستری شدن او در بیمارستان شد.

«وان» افزود که هورمون‌تراپی به پائین آمدن تب وی کمک کرد هر چند او همچنان تنگی نفس داشت. با این وجود به وضوح کمبود تجهیزات در میان کادر پزشکی و کارکنان درمانی را می‌دید. برخی از آن‌ها در بیمارستان از لباس‌های بی‌کیفیت استفاده می‌کردند و گاهی از کیسه‌های زباله به‌عنوان پوشش کفش بهره می‌بردند.

«وان» کمی بعد به یکی از بیمارستاهای ساخته شده برای بیماران کرونا در ووهان منتقل شد. در این مرکز بیش‌تر بیماران با دارو و شیوه‌های غربی درمان شدند.

خانم «سونگ میونگ هی» ۷۲ ساله پس از ابتلا به ویروس در کلیسای «شین‌چونجی» در جنوب شهر «دئگو» در استان «گیونگ‌سانگ شمالی» بسیار نگران شد.

او در همان مراسمی شرکت داشت که بیمار معروف »۳۱» پیش‌تر در آن شرکت کرده بود. «بیمار ۳۱» زنی ۶۱ ساله بود براساس آمار بیش از هزار نفر در کره جنوبی را به ویرس آلوده کرد.

این زن کره‌ای در ابتدا برای چند روزی در خانه قرنطینه شد و در روزهای اول هیچ علائمی را نشان نداد اما پس از چند روز سرفه‌های شدید شروع شد.

او در ین باره گفت: من اصلا نمی‌توانستم بخوابم. درون کیسه‌های پلاستیکی سرفه می‌کردم. کمی بعد صورتم ورم کرد. ترسیدم که تنها بمیرم.

به‌دلیل شیوع شدید ویروس در آن زمان هیچ تخت بیمارستانی در شهر دئگو پیدا نمی‌شد. بنابراین او به شهر «سئونگنام» در فاصله ۲۲۰ کیلومتری دئگو کره جنوبی فرستاده شد.

زمانی که وارد بیمارستان شدم آرامش یافتم. حداقل می‌دانستم که تنها نمی‌میرم.

کمی بعد رهبر کلیسای «شین جونچی» به‌دلیل نقش خود در شیوع این ویروس عذرخواهی کرد. سونگ بر خلاف خواسته خانواده‌اش همچنان می‌خواهد در این فرقه مذهبی باقی بماند.

«کرستین» ۲۸ ساله اهل آفریقای جنوبی که از نوعی بیماری نخاعی رنج می‌برد در باره ابتلایش به بیماری گفت: بهترین راه برای تشریح این بیماری نفس کشیدن در ارتفاعات است. در ارتفاعات تنفس با اختلال مواجه می‌شود.

این ساکن آفریقای جنوبی ۲ روز پس از تماس با یکی از همکاران ناخوش‌احوالش احساس بیماری کرد و تست کرونای او ابتلا به کووید ۱۹ را تائید کرد.

«داوی» شریک زندگی ۳۰ ساله وی در آن زمان موفق به تست کرونا نشد زیرا سیستم بیمارستانی در آن زمان تحت فشار زیادی قرار داشت اما او نیز در چند روز بعد علائم مشابهی را نشان داد.

پس از آن این زوج که دوست نداشتند نامشان به صورت کامل منتشر شود خود را قرنطینه کرده و از خانه کار کردند.

«داوی» در این باره گفت:گاهی به خود می‌گفتیم آیا واکنش زیادی به بیماری نشان داده‌ایم، زیرا گاهی حال خوبی داشتیم.

وی افزود: بیماری به‌شدت نوسان دارد. گاهی مانند یک سرما خوردگی است و گاهی احساس می‌کنید در حال خوب شدن هستید اما این شرایط در هفته اخر وحشتناک شد. حس کردم نفس کم آورده‌ام. به پزشک زنگ زدم و او با توجه به علائم گفت اکسیژن کافی دریافت نمی‌کنم.

او گفت: علائم این عارضه آبی شدن ناخن‌های دست است.

«جمیلا کورچه» زن خانه‌دار فرانسوی و مادر سه فرزند در این باره گفت: بدترین چالش محدود شدند با سه فرزند مدرسه‌ای در خانه با بیماری است.

وی افزود: پس از بیماری در خانه دست‌کش و ماسک پوشیدم و به غذا دست نزدم اما دو فرزند ۶ و ۱۱ ساله‌ام شروع به سرفه کردند. فرزند ۱۹ ساله‌ام نیز تازگی‌ها سرفه می‌کند.

این مادر ۴۷ ساله اهل «مولهاوس» در شرق فرانسه گفت: فرزندان من در میانه این بیماری عالمگیر تحت فشار زیادی هستند و می‌خواهند در مدرسه موفق باشند.

معلمان به آن‌ها می‌گویند این شرایط عادی است.

فرزند بزرگم خود را برای امتحانات پایان دوره متوسطه آماده می‌کند و در زمان برخورد با مشکلات درسی گریه می‌کند و من نمی‌توانم او را در آغوش گرفته، مشکلات را رفع کرده یا به او تسلی دهم.

«ماریسوا سان رومن» جامعه‌شناس و دانشجوی آرژانتینی در این باره گفت: پس از کشف ابتلا به ویروس شوکه شدم و از «تنهائی» ترسیدم.

پیش‌بینی می‌شود او در یک مهمانی خداحافظی در نزدیکی دانشگاه محل تحصیلش در مادرید اسپانیا و پیش از بازگشت به آرژانتین به این بیماری مبتلا شده است.

پدر ۶۵ ساله او که با هم زندگی می‌کنند از ارتباط با او اجتناب کرد و غذای او را در پشت در اتاقش می‌گذاشت.

پرونده او پس از مصاحبه اسکایپی با یک رسانه همه جا پیچید و برخی به دلیل اهمال کاری وی در انتقال ویروس در فضای مجازی به او توهین کردند.

خاله «لورنا» ۳۳ ساله در اکوادور بیمار شماره صفر نام گرفت. او از تعطیلات اسپانیا بازگشت و در اواخر فوریه به یک مهمانی خوش آمدگوئی ۳۰ نفره رفت.

لورنا که یک معلم است در این باره می‌گوید: خاله‌ام از ابتدای مهمانی حال خوبی نداشت. او گفت تب دارد و بسیاری از مسافران در هواپیما سرفه می‌کردند.

خاله ۷۱ ساله در بیمارستان بخش بیماری‌های واگیر بستری شد و هفته بعد تست کرونایش مثبت درآمد.

به‌گفته این معلم جوان ۵ مورد کرونا در اکوادور پس از این مهمانی ثبت شد.

تجربه بیژن، استاد دانشگاه در تهران. (بحث ایشان طولانی‌ست و فقط بخشی از آن را می‌آروم.) تجربیاتم از کرونا رو به این صورت با شما عزیزان در میان می‌ذارم:

قبل از هر چیز چند نکته بگم:

اول: هدفم از نوشتن این مطالب اینه که حداقل عزیزانی که این مطلب رو می‌خونن، بیش از پیش پی به اهمیت موضوع ببرن و ان‌شاءالله در پیش‌گیری از کرونا و خصوصا قرنطینه خانگی کوشاتر باشن.

دوم: من موقع مرخص شدن متوجه شدم کرونا داشتم. قبل از اون برای حفظ روحیه به من گفته بودن آنفولانزاست. خودم بیشتر علائم آنفولانزا رو در خودم احساس می‌کردم. هرچند آنفولانزا از کرونا وحشتناک‌تره.

سوم: ممکنه نوشته‌هام منظم نباشه و ناچار باشم گاهی پراکنده‌گوئی کنم. اما سعی می‌کنم همه حرف‌ها رو همینجا بنویسم.

چرا کرونا گرفتم؟

دو دلیل می‌تونه داشته باشه:

یکی حضور در فعالیت‌های اجرائی ستاد انتخاباتی یکی از کاندیداها که علی‌رغم تنفری که از انتخابات داشتم و دارم و خواهم داشت، اما کمک به این مرد عزیز و شریف رو عاشقانه پذیرفتم و باز هر وقت کمکی از دستم بر بیاد همیشه در کنار این مرد بی‌نظیر و صادق خواهم بود. احتمال اینکه تو اون فضا دچار کرونا شده باشم محتمل‌ترین فرضیه هست.

دلیل دوم می‌تونه کش پیدا کردن سرماخوردگیم باشه. شب سه‌شنبه ۲۹ بهمن تو خونه باد جوانی به سرم خورد و با مطلوب دیدن هوای خونه بدون لحاف وسط سالن خوابم برد. نصف شب بیدار شدم دیدم هوا شدیدا سرده و سرما خوردم. روز سه‌شنبه یه سرماخوردگی عادی نشون داد که متاسفانه با کمی خوددرمانی سپری کردم. اما چهارشنبه سخت شد و باز با خوددرمانی تونستم خودم رو سرحال کنم و نیم ساعت به میتینگ پایانی ستاد برسونم.

شنبه فردای رای‌گیری دیگه چاره رو در مراجعه به پزشک دیدم.

بریم سراغ علائم کرونای من ....

شنبه سوم اسفند به پزشک متخصص دکتر جعفرپور که دوست صمیمی خودم هست مراجعه کردم. دکتر صلاح رو در این دید که درمان آنفولانزا رو تجویز کنه. یک ساعت در کلینیکش زیر سرم بودم. تجربه سال‌های گذشته رو داشتم که با یک بار درمان و چهار پنج روز استراحت کار تموم میشه. اما اینبار اینطور نبود و شبیه علائم کرونا که جاهای مختلف خونده بودم بود. بعد از ۲۴ ساعت دوباره کوفتگی و درد عضلات کم‌کم شروع شد. بعد از ۴۸ ساعت دوباره سرم زدم و ۲۴ ساعت دیگه راحت بودم. اما مشکل سرفه و تنگی نفس نداشتم. به همین دلیل همه حتی دکتر جعفرپور من رو از حضور در بیمارستان و بستری شدن منع می‌کردند.

کم‌کم سرفه هم شروع شد که اینم از علائم کرونا بود. شنیده بودم کرونا سرفه خشک داره اما من سرفه خشک نداشتم. سومین سرم هم افاقه نکرد. نفس‌هام هم سنگین شده بود و سرفه‌هام زیاد. چاره‌ای جز بستری شدن نبود. به اکثر بیمارستان‌های رشت مراجعه کردیم اما به‌جز قتل‌گاه رازی هیچ یک از بیمارستان‌ها پذیرش نکردن. دیگه نای سر پا ایستادن نداشتم. با اون دستگاه عهد قاجار سیتی‌اسکن گرفتند. خلاصه بعد از چند ساعت، در بخش هماتولوژی که از بخش‌های مطلوب بیمارستان هست بستری شدم. از خدا میخوام که اون دو روز و نیم رو به حساب عمرم ننویسه. امکانات بسیار ضعیف‌تر از چیزی که تصور کنید بود. فقط دلم برای پرستاران بخش سوخت که تنها بودن و پزشک‌ها زیاد پشتیبانی‌شون نمی‌کردن. ضعف علم پزشکی بسیار مشهود بود. طوری که تو اون دو روز و نیم بدون اینکه بدونن چرا، به من قرص معده رانیتیدین داده بودن. از پرستار پرسیدم رانیتیدین دیگه برای چی، من که مشکل معده ندارم بنده خدا با خجالت گفت من که نمی‌دونم پزشک تجویز کرده.

روز دوم یکی از بیماران اتاق در عرض چند دقیقه نفسش بند اومد مرد.(پس علائم کرونا رو جدی بگیرید لطفا) بنده خدا کارمند کمیته امداد بود و بالای ۵۰ سال سن داشت. خدا رحمتش کنه، اونم سر فداکاری و مردم‌دوستی رفت. تو اتاق، دستگاه اکسیژن نبود!!!. تا دستگاه اکسیژن رو بیارن نصب کنن و یکی ماساژ قلب(اگه درست می‌گم) بده دیگه تموم کرده بود. عمق فاجعه این‌جا بود که بعد از این‌که جنازه رو بردند، دیدم کسی که داشت ماساژ قلب می‌داد داره جارو می‌زنه. بله نیروی خدماتی بیمارستان داشت کار یه نیروی متخصص رو انجام می‌داد.

روز به روز داشتم بدتر می‌شدم. فقط و فقط به حالت درازکش می‌تونستم نفس بکشم. حتی با ده درجه چرخش به چپ و راست تنفس سخت و سرفه‌ها شروع می‌شد. نشستن و سر پا ایستادن که امکان نداشت.

هر چند ساعت یک بار شیون و فغان خانواده‌ای در محوطه بیمارستان نشان‌دهنده مرگ یک بیمار بود. یک جهنم واقعی بود که آتیشش در درون بیماران بود.

هر چند ساعت یک بار شیون و فغان خانواده‌ای در محوطه بیمارستان رازی نشان‌دهنده مرگ یک بیمار بود. یک جهنم واقعی بود که آتیشش در درون بیماران بود. روز سوم اتاق بغلی هم یکی عمرشو داد به شما.(پس علائم کرونا رو جدی بگیرید لطفا)

دیگه بیمارستان رازی جای موندن نبود. عزرائیل نیشش باز شده بود و لبخند زنان داشت به من چشمک می‌زد.

خدا به مهربانوی من عمر طولانی با عزت و سلامتی عطا کنه. اگه نبود شاید امروز این پمطلب من رو نمی‌خوندید. شاید نه، حتما.

با شجاعت و جسارت کم‌نظیر من رو از بیمارستان رازی خارج کرد و به بیمارستان رسول اکرم رسوند.

آمبولانس که قربونش برم نبود. منم که حتی روی ویلچر هم نمی‌تونستم بشینم. به سختی و با درد فراوان رسوندنم پائین داخل ماشین خودم تا بتونم درازکش نفس بکشم. ساعت ۱۱ صبح رسیدیم بیمارستان رسول اکرم. هوا سرد بود. ۷ ساعت تو راهروهای سرد اورژانس بیمارستان معطل بودیم تا پذیرش و بستری بشم. تو این بدترین شرایط ممکن، مادرم بالاخره خبردار شده بود که مریض هستم و خودشو رسوند به بیمارستان و تو اون سرگردانی راهروهای اورژانس منو دید. اما شکر خدا تو اون لحظات حالم بحرانی نبود و نفسم آروم بود. طوری که تونستم به سختی پیش مادر لبخند بزنم و چند تا شوخی کنم که متوجه حال واقعی‌ام نشه. شکر خدا با دیدن لبخند و شوخی‌هام با خوشحالی به خونه برگشت. خبر روزهای گذشته‌ام رو نداشت. با توجه به سن و سالش نباید بیشتر از چند دقیقه در اون فضای عفونی بیمارستان می‌موند. اصرار کردم تا برگشت منزل.

برعکس سیتی‌اسکن رازی، سیتی‌اسکن اینجا نشون داد که ریه‌هام شدیدا درگیر شدن و سریعاً باید درمانم شروع بشه. بالاخره ساعت ۶ غروب تو همون اورژانس بستری شدم. درمان متفاوت بیمارستان رسول اکرم شروع شد. در واقع پروژه بازگشت به زندگی آغاز شد.

کپسول تامی فلو هر ۱۲ ساعت یک عدد

قرص کلروکین هر دوازده ساعت دو عدد

کپسول آزیترومایسین روز اول دو عدد و چهار روز بعدی یک عدد

اسپری سالبوتامول و دو نوع اسپری دیگه هر ۶ و ۱۲ ساعت یک بار

به‌علاوه انواع آنتی بیوتیک که به‌صورت آمپول تو سرم زده می‌شد.

این‌ها داروهای دوره درمان پنج روزه کرونا و آنفولانزاست.

خدا خیرشون بده همه ارکان خدمتگزار بیمارستان رسول اکرم رو. کاستی‌ها رو با جان‌فشانی جبران می‌کردند. پنج روز مهمون‌شون بودم. نهایت تلاش رو برای بهبودی‌ام کردند. همون شب اول از اورژانس منتقلم کردند به یک اتاق تک نفره که فکر کنم بهترین اتاق بیمارستان بود. مثل سوئیت هتل شیک و تمیز بود. همه امکانات وجود داشت.

دو روز اول هنوز حالم خوب نبود. طوری که هنوز پیراهن خودم تنم بود و حتی نتونستم پاشم بشینم و لباس بیمارستان رو بپوشم.

اما از ظهر روز سوم ورق برگشت و نور عافیت به وجودم تابید...

نفسم سبک شد. سرفه‌هام کم شد. تونستم پاشم رو تخت بشینم. لباس بیمارستان رو پوشیدم. کم‌کم می‌تونستم راه هم برم و رفتن به سرویس بهداشتی امکان‌پذیر بود.

به‌جا آوردن نمازهای قضای یک هفته گذشته بصورت نشسته روی تخت، روحیه‌ام رو خیلی عوض کرده بود. موقع سر پا ایستادن و راه رفتن پیشانیم عرق می‌کرد و تنفس کمی سخت بود. اما از اینکه حالم داشت خوب می‌شد خیلی خوشحال بودم. فورا چند تا فیلم و عکس از حال خوبم گرفتم فرستادم برای خانواده که از نگرانی دربیان.

روز چهارم بهتر شدم. اما هنوز نمی‌تونستم بخوابم. مثلا شب قبلش با این‌که حالم خوب بود تا صبح بیدار بودم. اما بالاخره شب چهارم خواب راحت هم داشتم و فردا عصر هم تونستم خواب طبیعی و شیرین داشته باشم. شکر خدا ظهر روز پنجم مرخص شدم و حالا در منزل در حال ادامه درمان با مایعات گرم هستم. هیچ داروئی رو هم مصرف نمی‌کنم. فقط مایعات مغذی و مقوی گرم.

معجون ترکیب لیمو ترش، پرتقال، زنجبیل، زردچوبه و عسل طبیعی با آب داغ

آب طبیعی پرتقال

دمنوش آویشن

دمنوش پونه

دمنوش زنجبیل

...

امیر یکی از بهبودیافتگان به ایرنا گفت: واقعا سپری کردن بیش از ۲۰ روز در بیمارستان با درد بیماری بدون هیچ همراهی سخت است، حتی اکنون که در خانه هستم باز هم به دلیل رعایت نکات بهداشتی هیچ‌کدام از اعضای خانواده به من نزدیک نمی‌شوند.

وی بیان کرد: این‌ها را برای این نمی‌گویم که مردم تصور کنند کرونا درمان ندارد و یا آخر راه است، بلکه هدفم این است که مردم بیش‌تر نکات بهداشتی را رعایت کنند.

وی ادامه داد: تنگی نفس و تب بالا در این مدت من را خیلی اذیت کرد و به‌سختی می‌توانستم غذا بخورم، شرایط این بیماری سخت است و نباید تصور کرد که چیزی نیست و مانند سرماخوردگی است.

این بهبودیافته گفت: اگر امروز به قبل بازمی‌گشتم، نکات بهداشتی را بسیار رعایت می‌کردم تا به این بیماری مبتلا نشوم و از مردم هم می‌خواهم با درخانه ماندن، آن‌چه را ما تجربه کردیم دیگر تجربه نکنند.

وی بیان کرد: حتی هنوز هم در نفس کشیدن مشکل دارم و به همین دلیل احساس می‌کنم درمان کامل بیماری کرونا زمان بر و تدریجی است، امیدوارم مردم این روزها را با رعایت کامل نکات بهداشتی درنهایت سلامتی به‌سرعت سپری کنند.

یک خانم از شهروندان قمی بهبودیافته از بیماری کرونا به ایرنا گفت: اسفندماه ۹۸ سخت‌ترین روزهای عمرم را سپری کردم، اصلا فکر نمی‌کردم روزی برسد که نتوانم یک ماه خانواده و فرزندانم را ببینم، آن‌هم در شرایط سخت بیماری که بیش از هر زمان دیگری به آن‌ها نیاز داشتم.

وی بیان کرد: اگر زحمات پزشکان و کادر درمان نبود، بهبود پیدا نمی‌کردم، خیلی بیماری سختی بود، تمام بدنم درد می‌کرد و دائم تب داشتم و سرفه می‌کردم، اصلا روزهای خوبی نبود، امیدوارم هیچ‌کس این شرایط را تجربه نکند.

وی ادامه داد: از همه مردم می‌خواهم موضوع را شوخی نگیرند و با تمام توان نکات بهداشتی را رعایت کنند و در خانه بمانند تا شیوع این ویروس متوقف شود.

حسین نیز که از جمله بهبودیافتگان بیماری کرونا در قم است در این رابطه به ایرنا، گفت: روزهای اول بیماری همه‌چیز برایم عادی بود و حتی این‌که گفته می‌شود مبتلایان به کرونا باید در قرنطینه باشند را هم رعایت نمی‌کردم و نیازی به آن نمی‌دیدم اما به‌مرور شرایط جسمی‌ام آن‌قدر سخت شد که دیگر نتوانستم از خانه خارج شوم.

وی در توصیه به مردم افزود: من از جمله افرادی بودم که کرونا را شوخی می‌گرفتم اما این بیماری به من نشان داد اصلا اهل شوخی نیست و باید با آن کاملا جدی برخورد کرد، من پس از مراجعه به پزشک و بستری چند روزه در بیمارستان، اکنون بهبودی خود را پیدا کردم اما هنوز هم در خانه می‌مانم تا ناخواسته موجب مبتلا شدن دیگران به این بیماری خطرناک نشوم.

وی ادامه داد: تجربه به من نشان داد، این ویروس به‌سرعت به بدن منتقل و به‌سختی از آن خارج می‌شود، خوشحال می‌شوم بتوانم با سخنان خود به مردم هشدار دهم که در مقابل ویروس کرونا جدی باشند و با رعایت کامل مسائل بهداشتی به زندگی خود ادامه دهند.

ایرنا: فخریان یکی از بهبودیافتگان کرونا در اصفهان که خود را ۷۶ ساله معرفی کرده، آغاز بیماری خود را این‌گونه روایت می‌کند که اوایل اسفند علائمی مانند سرفه شدید و تنگی نفس داشتم اما به هیچ عنوان تصور نمی کردم که به کرونا مبتلا شده باشم، بعد از مراجعه در بیمارستان چمران اصفهان بستری شدم اما پس از آن به بیمارستان خورشید منتقل شدم و نزدیک ۲ هفته آنجا بستری بودم.

وی به تلاش کارکنان بیمارستان خورشید برای رسیدگی و درمان این بیماران اشاره و اضافه کرد که آن‌ها با وجود همه نگرانی‌ها و شاید کمبودها، دل‌سوزانه کار می‌کردند و خدمات می‌دادند و بیماران با رعایت موارد و توصیه‌های گفته شده زودتر به بهبودی دست مئیافتند.

فخریان که از مشخص نبودن ابتلایش به کرونا متعجب بود از مردم خواست تا همه توصیه‌های بهداشت فردی را رعایت کنند و بیماران فکر نکنند که این بیماری یک روزه درمان می‌شود.

وی شرایط حاکم بر درمان بیماران کرونائی را به لحاظ روحی و روانی سخت و پر دغدغه ذکر کرد.

بهبود یافته دیگری از اصفهان که خود را شاهزیدی معرفی کرد دلیل ابتلاش به کرونا را سفر به قم ذکر کرد و گفت: اکنون بنا به توصیه پزشکان در منزل هستم تا فرآیند درمانم تکمیل شود.

وی توضیح داد: ابتدا علائمی مانند تب و لرز و بدن درد داشتم و خودم هر نوع قرصی که مصرف می‌کردم هیچ تاثیری نداشت و تب من پائین نمی‌آمد تا این که با اصرار فرزندانم به اورژانس بیمارستان خورشید اصفهان مراجعه کردم، که در ابتدا به من گفتند که مورد خاصی نیست اما پس از سفارش یکی از اقوام که پزشک است از سینه من تصویربرداری کردند و متوجه این بیماری شدند.

شاهزیدی با اشاره به‌مشکلاتی که در اورژانس وجود داشت، یادآور شد: تعداد مراجعه‌کننده به این بخش در آن روزها زیاد بود و در آن بخش فقط یک سرویس بهداشتی فرنگی وجود داشت که امکان انتقال ویروس کرونا از این سرویس بسیار زیاد است.

وی با بیان این‌که پنج روز در بیمارستان خورشید بستری بود، گفت: رسیدگی خوبی توسط کادر درمانی انجام می شد و پس از سه روز، تب و بدن درد من کاهش یافت و سرفه ام خیلی کم شده است.

وی از مردم خواست تا در خانه‌های خود بمانند و این بیماری را جدی بگیرند.

برادر «ا. ف» یک دانش‌آموز مبتلا به کووید ۱۹ نیز گفت: برادرم از ۱۷ روز قبل دارای علایم سرماخوردگی ساده مانند آبریزش بینی، سردرد، دل درد، تب، تنگی نفس و درد در قفسه سینه بود که به بیمارستان خورشید اصفهان مراجعه کردیم.

وی با اشاره به این‌که پس از مراجعه به بیمارستان خورشید، از ریه برادرش عکس‌برداری و آزمایش خون گرفته شد افزود: جواب آزمایش حدود دو تا سه ساعت بعد به ما اعلام و جواب ابتلای به کرونای برادرم مثبت اعلام شد.

خانواده این بیمار مبتلا به کرونا با بیان این‌که فرزندشان در بیمارستان بستری نشد و بستری تنها مربوط به افراد بدحال با وضعیت تنفسی وخیم بود تصریح کرد: به‌ما گفته شد که پسرمان باید در منزل در اتاقی قرنطینه و به دور از سایر افراد خانواده باشد و مایعات و مواد غذائی گرم مصرف کند.

خانواده این بیمار مبتلا به کرونا از دشواری تهیه داروهای فرزند خود اشاره کردند و اظهارداشتند: سه نوع دارو که به‌ظاهر برخی داروهای آنفلوآنزا بود برای بیمار ما تجویز شد که ۱۰ عدد بود ولی در داروخانه‌ها پیدا نشد و در نهایت با داشتن آشنا در هلال احمر توانستیم آن را اما به تعداد کم‌تر از تعداد تجویزی تهیه کنیم.

برادر این بیمار کرونائی تصریح کرد: پس از پنج روز برادرم شب هنگام دوباره دچار تنگی نفس شد و او را به بیمارستان خورشید بردیم و پس از عکس‌برداری از ریه اعلام کردند حال وی رو به بهبودی است.

بهبودیافته دیگری با اشاره به‌شرایط بد روحی خانواده‌های کرونائی اظهار داشت: در چنین مواقعی خانواده بیمار روحیه خود را می‌بازند و نیاز به حمایت دارند که در فرآیند درمان به این مهم توجه نشده است.

وی انتشار مطالب کذب در فضای مجازی را در تضعیف روحیه افراد بسیار موثر دانست و افزود: من با حذف فضای مجازی بسیار مخالف بودم اما اکنون به راستی دیدم که نبودن در فضای مجازی و برخی اخبارها و شایعات موجود در آن در روند بهبود شرایط روحی خانواده بیماران مبتلا بسیار تاثیرگذار است.

وی استرس ناشی از اخبار دروغ در شبکه‌های اجتماعی را عامل تضعیف سیستم ایمنی بدن و روحیه افراد دانست و بیان کرد: در شرایط فعلی، خانواده بیماران مبتلا به کووید ۱۹ به فضائی آرام و خدمات حمایتی روانشناسی نیاز دارند.

س. م شهروند دیگری از اصفهان که به‌همراه یکی از اعضای خانواده خود که به کووید ۱۹ مبتلاست به یکی از مراکز درمانی خدمات‌رسان به بیماران کرونائی در اصفهان رفته بود هم وضعیت را اینگونه روایت کرد: فضای بیمارستان در چند روز گذشته شلوغ و پرهیاهو بود اما اکنون کمی منظم‌تر به‌نظر می‌رسد که شاید به دلیل نظم‌دهی به خدمات رسانی به مراجعه‌کنندگان باشد.

وی گفت: مادرم ۵۲ سال و پدرم ۵۸ سال سن دارند و از پنجم اسفندماه مادرم علایمی مانند سرفه‌های بسیار شدید همراه با درد قفسه سینه، دو روز تب شدید، لرز، خواب آلودگی، بی‌میلی به غذا، تهوع، ضعف، تشنج و حتی غش و پدرم نیز سرفه، تب و بی‌حالی داشتند.

این زن اصفهانی با اشاره به این‌که پس از انجام آزمایش خون، پزشک خانوادگی وجود ویروس در بدن این زوج را تائید کرد افزود: والدینم به دلیل نگرانی و ترس از بستری، به بستری در بیمارستان رضایت ندادند و اکنون به تشخیص پزشک خانواده روزهاست که در قرنطینه خانگی هستند.

وی سفر به تهران را عامل ابتلایش به بیماری کرونا اعلام کرد.

وی درباره داروهای تجویز شده برای والدین خود نیز تصریح کرد: داروهای مربوط به تنگی نفس، ضد درد و تهوع تجویز شده بود که در تهیه آن با مشکل مواجه نبودند اما همچنان برای تهیه ماسک و مواد ضدعفونی دچار مشکل هستند.

به‌گفته دیگر اعضای این خانواده بهبود یافته اکنون والدینم ۲ روز است که تب ندارند و پس از مدت‌ها بی‌میلی به غذا می‌توانند غذا بخورند، سرفه‌هایشان کاهش یافته و فقط در صورت صحبت کردن دچار سرفه می‌شوند.

مهران بهروزی ۶۷ ساله یکی از بهبودیافتگان کرونا ویروس در کرمان درباره روند ابتلای خود به بیماری کرونا گفت: اهل اصفهان اما مقیم کرمان و بازنشسته آموزش و پرورش هستم ۱۴ روز پیش در ریه‌ام درد احساس کرده و به پزشک مراجعه کردم و دکتر داروهائی برایم تجویز کرد.

بیمار بهبودیافته کرونا در کرمان ادامه داد: تا ۲ روز بعد از دکتر رفتن این حساسیت ادامه پیدا کرد و مجدد به پزشک مراجعه کردم که برای آزمایش و عکس از ریه به بیمارستان مهرگان رفتم و به دلیل التهاب ریه اما بدون تنگی نفس و سرفه به بیمارستان افضلی پور منتقل شدم.

بهروزی با اشاره به این‌که در بیمارستان افضلی‌پور بعد از انجام اقدامات اولیه به بخش عفونی منتقل شدم تصریح کرد: بعد از آن آزمایش تست کرونا گرفته شد و پنج روز در این بیمارستان تحت درمان بودم و هیچ‌یک از اعضای خانواده‌ام دچار این عارضه نشدند.

وی ادامه داد: بعد از دوره درمان در بیمارستان به دلیل ناقل بودن و قرنطینه شدن به نقاهتگاه(هتل کرمان) منتقل شدم و پنج روز در نقاهتگاه بودم روزها برایم سخت می‌گذشت زیرا از آن دسته افرادی که مرتب به پارک و کوه می‌رفتند؛ بودم.

...

زن ۵۴ ساله کرمانی که دچار کرونا ویروس شده نیز روند ابتلای خود را این‌گونه تشریح کرد: در ابتدا علائمی مانند سرماخوردگی داشتم که ۲روز در خانه بودم و در ادامه دچار تب و لرز شدید و عرق سرد شدم اما علائم سرفه و تنگی نفس نداشتم.

وی ادامه داد: ۲ هفته با تب لرز شدید در منزل استراحت کردم اما یک روز صبح همراه با تهوع شدید از خواب بیدار شدم که با دخترم به بیمارستان برای ادامه درمان مراجعه کردم.

این زن کرمانی افزود: بعد از ورود به بیمارستان عکس ریه و آزمایش گرفتند که دکتر گفت ریه در ابتدای درگیر شدن با این ویروس است.

وی با بیان این‌که در بخش عفونی بیمارستان بستری شدم و گفت: بعد از پنج روز دکتر گفت باید برای ادامه درمان قرنطینه باشید به دلیل این‌که دخترم سرماخورده بود و شرایط در منزل برای قرنطینه مهیا نبود برای پیش‌گیری از شیوع این بیماری به جامعه و خانواده به نقاهتگاه(هتل کرمان) رفتم.

وی با اشاره به اینکه به مدت سه روز در نقاهتگاه به سر بردم، اظهار داشت: ویروس کرونا با کسی شوخی ندارد و هیچ بدنی در مقابل این ویروس مقاوم نیست.

بیمار ۵۴ ساله بهبودیافته ویروس کرونا در کرمان با تاکید بر رعایت بهداشت از شهروندان و هم استانی‌ها خواست تا در خانه بمانند و از بیرون رفتن اجتناب کنند.

روایت یک خانم ۵۷ ساله اهل روستای «قره چای» ساوه هم شنیدنی است او که پس از بهبودی با شاخه‌های گل شادی خود از بازیافتن سلامتی را با کادر پزشکی و پرستاران بیمارستان مدرس تقسیم کرده است.

روایت چگونگی ابتلا به کرونا، مبارزه تا رسیدن به رهائی و توصیه‌های این مادربزرگ ساوجی که دارای ۸ فرزند است قطعا هم می‌تواند خواندنی و جالب باشد و هم تلنگری به دیگر افراد تا موضوع را جدی‌تر بگیرند و با ماندن در خانه به قطع زنجیره انتقال این ویروس کمک کنند.

نخستین جمله این خانم بهبود یافته از کرونا این بود: «شما را به خدا قسم می‌دهم به داد پرسنل و پرستاران بیمارستان مدرس برسید.»

وی اظهار داشت: در اتاقی که من بستری بودم، ۲ فرد دیگر که به کرونا مبتلا بودند که یکی از آن‌ها ترخیص شد اما من شاهد نزدیک تلاش و زحمات پرستاران بودم و خستگی طاقت‌فرسا را در چشمان آن‌ها می دیدم؛ از این رو درخواستم از مسؤولان این است که تعداد پرستاران و حتی خدمه بیمارستان را افزایش دهند.

خانم بهرامی‌نیا در تعریف چگونگی ابتلا به کرونا، گفت: وقتی به مراسم ختم یکی از بستگان رفتم و در بازگشت به خانه احساس سردرد و سرگیجه داشتم و با این‌که فرزندانم مرا به بیمارستان تامین اجتماعی شهید چمران بردند اما اعلام شد که کرونا ندارم.

وی ادامه داد: چند روز بعد با تداوم شرایط بدنی نامناسب دچار اسهال شدم و در خانه قرص مسکن مصرف کردم اما حالم بهتر نشد و کم کم اشتهایم را از دست دادم تا این‌که برای بار دوم مرا به بیمارستان شهید چمران بردند و پس از انجام آزمایش، دوباره اعلام کردند که هیچ مشکلی ندارید و پزشک معالج فقط یک دارو برایم تجویز کرد.

این خانم اهل روستای قره چای اظهار داشت: چند روز بعد در حالی که تشخیص پزشکان بیمارستان شهید چمران این بود که مشکلی ندارم دچار تب و لرز شدیدی شدم و در نیمه‌های شب همسرم مرا به بیمارستان شهید مدرس برد که با تشخیص اولیه پزشکان، ابتلایم به کرونا تائید و به سرعت بستری شدم.

وی در مورد این‌که آیا سابقه بیماری داشته یا خیر، گفت: به دلیل این‌که ۱۰ سال است به دلیل روماتیسم دارو مصرف می‌کنم، ضعف بدنی دارم و بدنم در برابر ویروس کرونا تاب مقاومت نداشت اما حالا که از این کرونا رها شده‌ام فقط یک قرص(چرک خشک کن) به توصیه پزشکان مصرف می‌کنم.

وی گفت: اکنون در خانه یک اتاق و سرویس بهداشتی مجزا در اختیارم است و به‌خاطر رعایت مسائل بهداشتی و توصیه پزشکان ارتباطی با فرزندانم ندارم، اعضای خانواده هم به‌نحو مطلوب از من مراقبت می‌کنند و محیط زندگی و خانه را به‌صورت مرتب ضدعفونی می‌کنند.

...

کبری شمس ۶۳ ساله که دارای چهار فرزند پسر و ۲ دختر است و اکنون در شهر «آوه» از توابع شهرستان ساوه زندگی می کند درباره نحوه ابتلا به بیماری کرونا گفت: بیستم اسفند احساس ناراحتی داشتم که همسرم مرا به مرکز درمانی گازران در شهر جعفریه برد و پزشک معالج هم برایم سرم و یک آمپول تزریق کرد که برای حدود ۲۴ ساعت تسکین یافتم.

وی ادامه داد: اما پس از این مدت دچار حالت تهوع شدم و باز هم به همان مرکز درمانی مراجعه کردیم که با تزریق آمپول آرام شدم اما پزشک معالج نوار قلب گرفت و اظهار کرد که ضربان نامنظمی دارم به همین دلیل درخواست اعزام به شهر قم با آمبولانس کرد اما ما به دلیل شیوع گسترده کرونا در این شهر به این کار رضایت ندادیم.

وی گفت: در مراجعه بعدی به بیمارستان شهید چمران ساوه رفتم که در آنجا به مدت ۲ روز تحت بستری قرار گرفتم و پزشکان نیز درخواست عکسبرداری از قفسه سینه کردند اما به ما گفتند که دستگاه عکسبرداری بیمارستان فقط برای بیماران کرونائی فعالیت می کند و ما هم ناگزیر برای انجام این کار به تهران و بیمارستان قلب رفتیم که در آنجا مشخص شد مشکل حاد قلبی چندانی ندارم اما با تداوم حال نامناسبم در روز ۲۷ اسفند به مطب یکی از پزشکان ساوه مراجعه کردیم که او هم مشکوک به تیروئید شد و برایم آزمایش نوشت.

شمس اظهار کرد: نتیجه آزمایش نشان داد که مبتلا به کرونا هستم و به همین دلیل در بیمارستان شهید مدرس ساوه تحت مراقبت و بستری قرار گرفتم.

وی رفتار و تلاش های کادر درمانی و پرستاران بیمارستان را در مدت بستری، بسیار انسانی و ایثارگرانه دانست و از آنها قدردانی کرد.

این بانوی بهبودیافته از کرونا، گفت: پیش از ابتلا به این ویروس دارای بیماری دیابت بودم و پس از ۱۲ روز بستری با تشخیص پزشکان و بهبودی کامل از بیمارستان ترخیص و به خانه بازگشتم.

وی اظهار کرد: به عنوان کسی که تجربه مستقیم درگیر شدن با کرونا را دارم باید بگویم که فقط لطف الهی من را به زندگی بازگرداند اما از مردم می خواهم که به هیچ عنوان از خانه های خود خارج نشوند و به توصیه های پزشکان توجه داشته باشند.

وی افزود: ابتلا به این ویروس در یک لحظه اتفاق می افتد و اگر خدای ناکرده کسی به آن دچار شود باعث نگرانی و آشفتگی خانواده و اتفاقات ناگوار می شود بنابراین چند هفته در خانه ماندن ارزش این را دارد که رخت عزا بر تن هیچ خانواده ای نرود.

شمس گفت: در خانه ماندن مخصوصا برای افراد مسن و کسانی که دارای بیماری های قلبی یا دیابت هستند بسیار ضروری است و در سن و سال ما، به شدت آسیب پذیری از کرونا جدی است.

وی گفت: روحیه ام برای مقابله با این بیماری در زمانی که بستری بودم بسیار عالی بود و همیشه احساس می کردم که می توانم به زندگی بازگردم و کرونا را شکست دهم که چنین هم شد.

در میان بهبود یافتگان خبر بهبودی نوزاد ۳۵ روزه شهرستان تربت حیدریه نیز قرار دارد که با تلاش کادر درمانی بیمارستان علامه بهلول گنابادی خطر مرگ نوزاد یک ماهه مبتلا به کرونا در این شهرستان برطرف شد.

به‌گفته کادر درمانی گناباد نوزاد در ابتدای بستری بدحال و با تنفس تند و علائم تنگی نفس تحت درمان قرار گرفت و آزمایش‌های بالینی گواه این مسئله و ابتلای وی به بیماری کرونا بود که با تلاش کادر درمانی بیمارستان بهلول به‌صورت خاص درمان وی شروع شد.

هم‌اکنون خطری سلامتی این نوزاد مبتلا به کرونا که در نوع خود در بین بیماران مبتلا به کرونا در سطح کشور بسیار نادر است را تهدید نمی‌کند و وی در بخش قبلی کودکان بیمارستان بهلول گناباد که به کودکان مبتلا به کرونا اختصاص یافته تحت نظر است و با هدف جلوگیری از هر گونه مخاطرات احتمالی بخش کودکان به قسمت دیگری از بیمارستان انتقال یافت و مشکلی سلامتی دیگر کودکان بستری در بیمارستان را تهدید نمی کند.

صالح مریمی بیمار ۱۱۲ ساله کرونائی اهل بانه است که بعد از یک هفته مبارزه سخت توانست کرونا را شکست دهد و بیمارستان رازی را به مقصد منزل شخصی‌اش به سلامت ترک کند.

هادی مریمی فرزند این فرد مبتلا اینگونه توضیح داد: پدرم را با علائم تب شدید و تنگی نفس به درمانگاه ژین بانه بردیم و بعد با تشخیص پزشکان این درمانگاه در بیمارستان رازی بانه به‌عنوان بیمار مشکوک بستری شد و پس از انجام تست مشخص شد که کرونای وی مثبت است.

وی گفت: پدرم از زمان شیوع ویروس کرونا در خانه بوده و با کسی ارتباط نداشته و احتمال بیماری کرونا در وی بسیار پائین بود.

وی با اشاره به اینکه پدرش سابقه بیماری ریوی و قلبی داشته افزود: هفته پیش پدرم به‌طور ناگهانی تب کرد و به‌دنبال آن حالت تهوع و دل درد شدیدی داشت که برای مداوا وی را به درمانگاه ژین بردیم.

مریمی اظهار داشت: ما به هیچ عنوان فکر نمی‌کردیم که پدرم به کرونا مبتلا شود چرا که با کسی ارتباط نداشته و همیشه در خانه بوده و بهبودی وی نیز با توجه به شرایط جسمی و سنیش معجزه است.

وی گفت: با بروز علائم بیماری پدرم را به درمانگاه ژین بردیم و عکس‌برداری از شش‌ها و تست کرونای از وی گرفتند که تست کرونا مثبت نشان داد که با همکاری کادر درمانی به بیمارستان رازی منتقل شد.

مریمی افزود: امکانات بیمارستان برای بیماران کرونائی بسیار خوب بوده و در این زمینه هیچ‌گونه کمبودی نداشتند و پرستاران بیمارستان شبانه‌روز با وجود تمام مشکلات از بیماران کرونائی پرستاری می‌کنند تا سلامتی خود را دوباره به‌دست بیاورند.

صالح مریمی بهبودی خود را از لطف و بزرگی خدا و تلاش کادر درمانی بیمارستان رازی می‌داند و به همه مردم توصیه می‌کند غذاهای سالم و طبیعی مصرف کرده برای حفظ محیط زیست تلاش کنند چرا که هوای سالم و پاک مهم‌ترین عامل سلامتی انسان است.

بهزاد پورپناه از اهالی هشتپر مرکز شهرستان تالش که اینک سلامتی یافته می‌گوید: حدود ۱۲ روز قبل با احساس تب، لرز شدید و تعرق زیاد بدن به دکتر مراجعه کردم که به من گفته شد علائم مشکوک به کرونا یا آنفلوآنزا دارم و در نهایت یک هفته در بیمارستان بستری شدم.

وی ادامه داد: شرایط من حاد بود و به‌محض دایر شدن بخش قرنطینه بیمارستان دولتی تالش، بلافاصله مرا به آن منتقل کردند و به‌علت کثرت بیماران بستری، سریع در بخش ایزوله که مختص زنان بود بستری شدم.

وی که اکنون از بیماری رها شده و دوران ایزوله خانگی را سپری می‌کند، به هموطنان توصیه کرد هشدارهای بهداشتی را جدی بگیرند و تاحد ممکن و تا سپری شدن وضعیت شیوع کرونا، از خانه ها خارج نشوند.

حسین یکی از بهبودیافتگان ویروس کرونا در سمنان هم روند بیماری خود را این‌گونه تشریح کرد : ۳۳ ساله‌ام و احتمالا به‌دلیل مسافرت به ویروس کرونا مبتلا شدم.

وی ادامه داد: مسافرت رفته بودم، سرماخوردگی خفیفی داشتم که به پزشک مراجعه کردم ولی بعد از چند روز که داروهایم را مصرف نکردم بیماری‌ام شدت یافت و دچار تب و لرز شدید شدم و دوباره به بیمارستان نزد پزشک مراجعه کردم و بعد از بررسی و انجام تست مشخص شد من مبتلا به بیماری ناشی از ویروس کرونا شدم.

حسین در حالی که یادآوری و صحبت از دوران بیماری برایش ملال‌آور بود، بیان کرد: با کمک پزشکان و پرستاران زحمتکش رفته‌رفته حالم رو به بهبود رفت و سرانجام بعد از گذراندن پنج روز در بیمارستان مرخص شدم.

وی اضافه کرد: مردم با رعایت توصیه‌های بهداشتی مانند پرهیز از دست‌دادن، روبوسی، شست‌وشوی مرتب دست‌ها، رعایت فاصله حداقل یک متر از دیگران و ماندن در خانه از ابتلای خود و خانواده‌شان به ویروس کرونا جلوگیری کنند.

این جوان ۳۳ ساله تصریح کرد: شهروندان اگر خود، خانواده، پزشکان و پرستاران شهرشان را دوست دارند با ماندن در خانه برای مقابله با ویروس کرونا کمک کنند.

وی اضافه کرد: اکنون که دوره نقاهت را پشت سر می‌گذارم برای جلوگیری از ابتلای خانواده به ویروس کرونا، کم‌تر نزدیک خانواده می‌شوم و وقت خود را در اتاق می‌گذرانم و تمام وسایلم از دیگران جدا است.

حسین خاطر نشان کرد: پنج روز بعد از ترخیص در خانه ماندم ولی بعد از پنج روز برای انجام برخی کارها از خانه خارج می‌شوم.

فاطمه یکی دیگر از بهبود یافتگان ویروس کرونا در شهر سمنان است نیز اظهار داشت: ۶۵ سال سن دارم و در مدتی که ویروس کرونا شایع شده از خانه خارج نشدم و نمی‌دانم چگونه بیمار شدم.

وی ادامه داد: اطرافیان و فرزندانم به من سر می‌زدند ممکن است از این طریق به ویروس کرونا آلوده شده باشم.

این سالمند بیان کرد: از تب و سردرد شدیدی که طاقتم را تاب کرده بود به پزشک مراجعه کردم و پزشک معالج گفت ممکن است شما مشکوک به ابتلا به ویروس کرونا باشید و بعد از بستری و انجام آزمایش، مشخص شد مبتلا به ویروس کرونا هستم و بعد از گذراندن هفت روز در بیمارستان حالم روبه بهبودی رفت و مرخص شدم.

وی اضافه کرد: اکنون من و همسرم تنها در خانه هستیم و هیچ کس به خانه ما نمی‌آید و همسرم با رعایت نکات بهداشتی در خانه از من پرستاری می‌کند.

این خانم سالمند در انتها چندین سؤال درباره جلوگیری شیوع ویروس کرونا داشت، از این سؤالات چنین بر می‌آید که هنگام ترخیص بیماران رعایت نکات بهداشتی باید به بیماران تاکید جدی شود.

اما روایت پیرمرد ۹۱ ساله اهل شهرستان بم هم شنیدنی است، وجود بیماری‌های زمینه‌ای چون فشار خون، کلیوی و آسم نبرد او را با کرونا به نبردی نابرابر تبدیل کرده بود ولی امید به زندگی او را درمقابل این ویروس پیروز کرد.

پیرمرد ۹۱ ساله بمی که اوایل اسفند ماه به مشهد مقدس سفر کرده بود با سوغات کرونا به دیارش برگشت و این شروع یک مبارزه تن به تن با کرونا البته با وجود بیماری‌های زمینه ای بسیار بود.

همسر دختر پیرمرد بمی گفت: پدر همسرم چند روز بعد از بازگشت از مشهد دچار تب، لرز شدید، سردرد و درد در ناحیه سمت راست کتف شد.

وی افزود: او را برای معاینه نزد پزشک بردم و دکتر تشخیص کرونا داد و ما نیز وی را در بیمارستان پاستور بم بستری کردیم.

وی اظهار داشت: وی مبتلا به آسم است و به دلیل اینکه در گرفتن اکسیژن مقاومت می‌کرد مجدد به خواست خود ما وی را به بیمارستان برگرداندیم.

وی با بیان اینکه هیچ‌کدام از افراد خانواده و اطرافیان وی به این ویروس مبتلا نشده‌ایم تصریح کرد: بعد از اینکه مطلع شدیم او به کرونا مبتلا شده خیلی نگران شدیم اما رعایت دستور پزشک و درمان صحیح و همچنین امید به زندگی بیمار ما را بهبود بخشید.

خبرنگاران نیز که در این روزهای سخت همچنان مشغول اطلاع‌رسانی هستند از ویروس کرونا در امان نماندند و به دام این بیماری افتادند.

یک خبرنگار مازندرانی که به بیماری کرونا مبتلا شده و بهبود یافته است، این‌گونه بیان کرد: اگر به جای وحشت از کرونا، راه‌های مقابله و شکست آن را بیاموزیم، سریع‌تر می‌توانیم از چنگال آن رهائی یابیم.

مهتاب مظفری که اخیرا به ویروس کرونا مبتلا شده و بهبود یافته است، افزود: اواخر اسفند، روزهائی که در تکاپوی تهیه خبر و گزارش و تسویه حساب با ادارات گیر افتاده بودم و شیوع بیماری کرونا هم شده بود، ناگهان متوجه شدم که بیمار شدم.

وی با بیان این‌که برای تهیه یک گزارش مردمی در باره کرونا هم مجبور شد به جاهای مختلف از جمله هایپرمارکت‌ها برود و از مشتریان و مدیر فروشگاه مصاحبه بگیرد، گفت: باید برای تکمیل گزارشم از دست فروش‌ها، اغذیه فروشی‌ها و فست فودها، رستوران دارها و افرادی دیگری در مشاغل مختلف مصاحبه می‌گرفتم.

این خبرنگار توضیح داد: نخستین شبی که تب و لرز و دردهای عضلانی به سراغم آمد، حسابی ترسیدم و یکه خوردم، اما به‌تدریج با آن کنار آمدم، از آخرین باری که آنفلوانزا گرفته بودم زمان زیادی نمی‌گذشت و تصور می‌کردم که کرونا نمی‌تواند خیلی از آنفلوانزاهای زمستانی سخت‌تر باشد.

این فعال رسانه‌ای با بیان این‌که بیماری‌های زمینه‌ای نداشت و به ظاهر از قلب و ریه سالمی برخوردار بود ، افزود: در سال‌های اخیر به‌طور نامنظم ورزش یوگا انجام می‌دادم ، اما نرمش در خانه و مدیتیشن و دم و بازدم‌های عمیق را هیچ وقت ترک نکردم، به همین خاطر اعتماد به نفس کافی برای مقابله با این بیماری داشتم.

مظفری اظهار داشت: با وجود همه اخباری که درباره کرونا می‌شنیدم و آمار فوتی‌هائی که می‌خواندم، هیچ وقت این بیماری را جدی نگرفته بودم تا روزی که به آن مبتلا شدم.

وی با بیان این‌که روزهای اول و دوم به تب و لرز و استخوان درد گذشت و مقدار کمی سنگینی قفسه سینه داشت، افزود: اما از روز سوم شدت بیماری بیش‌تر شد و تب شدید به‌همراه عرق کردن و سرفه‌های خشک گاه و بیگاه به سراغم آمد.

این خبرنگار مازندرانی گفت: وقتی علائم بیماری در من شدت گرفت، چند بار تصمیم گرفتم که به بیمارستان یا پزشک خانواده مراجعه کنم، اما هربار به دلیل ترس از آلودگی بیش‌تر و تجربیاتی که از سایر پزشکان و بیماران در مراکز درمانی می‌شنیدم از این کار منصرف می‌شدم.

مظفری با اشاره به این‌که خشکی گلو و تشنگی مفرط، لحظه‌ای رهایش نمی‌کرد، گفت: اما هیچ میلی به خوردن غذا نداشتم، تب بالا و خشکی گلو حتی در نیمه‌های شب باعث می‌شد از خواب بیدار شوم و مجبور می‌شدم مقدار زیادی آب بنوشم.

وی با اظهار این که حس بویائی‌اش را به‌طور کامل از دست داده بود و هنوز بو و طعم غذاها را احساس نمی‌کند، یادآور شد: درد کلیه‌ها ، پهلو و کمر و تکرر ادرار از دیگر عوارض این بیماری است که بعد از هفته اول به سراغم آمد، بعد از آن هم مشکلات گوارشی اعم از نفخ معده و تهوع و اسهال که اشتهایم را به صفر رسانده بود، انگار این بیماری از سر انسان وارد و بعد از طی طریق در اندام‌های داخلی بدن، از دستگاه گوارش خارج می‌شود.

خبرنگار مازندرانی با اشاره به این‌که ریه‌هایش در طول بیماری سالم ماند و درگیر نشد، گفت: البته من از ترس آلودگی بیش‌تر به بیمارستان مراجعه نکردم و آزمایش سی تی اسکن انجام ندادم تا ببینم ریه‌هایم آسیب دیده یا نه، اما از علائم تنفسی و دم و بازدم‌های عمیقی که روزانه انجام می‌دادم حدس می‌زدم که ریه از خطر عفونت در امان مانده است.

این خبرنگار ادامه داد: بعد از ۲ هفته، بی‌حالی، سستی و افت فشار، گریزناپذیر است اما با برگشتن احساس گرسنگی سعی کردم قوای از دست رفته را جبران کنم.

وی گفت: جالب است بدانید که در طول مدت بیماری، در اتاق قرنطینه نبودم و کسی از من پرستاری نمی‌کرد، بلکه فقط در قرنطینه خانگی به سر می‌بردم و به‌عنوان مادر و همسر خانواده، تمام کارهای منزل را با رعایت نکات بهداشتی انجام می‌دادم.

این خبرنگار با بیان این‌که اعضای خانواده‌اش خود را آماده کرده بودند که نفر بعدی ابتلا به این بیماری باشند، افزود: اما همسرم مبتلا نشد و ابتلای پسرم به کرونا در حد گلودرد بود.

این خبرنگار اظهار داشت: اما با همه این مصائب ، به شرط آن که از سلامت جسم، روان و به‌ویژه سیستم ایمنی برخوردار باشیم باید بگویم بیماری کرونا آنقدرها هم که فکر می‌کنیم وحشتناک نیست؛ به‌نظر من اجتناب از درگیری و ابتلا به این بیماری کاری بسیار سخت اما شدنی است.

وی با اشاره به این‌که این ویروس ناشناخته هوشمند بالاخره راهی برای سرایت به بدن انسان‌ها پیدا می‌کند، گفت: بهتر است به جای اضطراب و وحشت از مبتلا شدن، راه‌های مقابله و شکست بیماری را یاد بگیریم.

وی یادآور شد: در هر صورت حفظ خون‌سردی، استحمام روزانه، خوردن سوپ و مایعات فراوان و نوشیدن انواع دمنوش‌ها از قبیل دمنوش آویشن، اکالیپتوس، پونه کوهی، سیاه دانه با عسل و بخور آویشن و شلغم برای کمک به کاهش علائم بیماری و بهبود آن توصیه می‌شود که البته تجربه شخصی من است.

وی با بیان این‌که کرونا به شدت سیستم عصبی انسان را درگیر می‌کند، افزود: یک نوع حس بی‌قراری، بی‌خوابی و فشارهای مزمن عصبی در طول شبانه روز با بیمار همراه است که به تدریج فروکش می‌کند.

یک بهبود یافته از کرونا هم تجربه خود را در شکست کرونا اینگونه به اشتراک گذاشته و می‌گوید که ماندن درخانه بهترین راه پیش‌گیری از ابتلا به کرونا و رعایت اصول بهداشتی و جدی گرفتن علایم بروز آن همراه با استراحت مطلق، بهترین راه مواجهه و مقابله با این ویروس است.

ابراهیم رشیدی ۴۰ ساله ادامه داد: درباره این‌که است چرا، چه‌طور و در کجا آلوده شده است، خیلی فکر کردم و با توجه به اینکه در یک ماه اخیر از محل سکونتم، خارج نشده‌ام، به این نتیجه رسیدم که به دلیل حضور در اجتماعات به کرونا مبتلا شده‌ام.

او توضیح داد: یک روز که حالم خیلی بد شد، شب را در بیمارستان سپری کردم و فردایش با دادن تعهد کتبی به کادر درمانی به خانه برگشتم و خودم را در اتاقی قرنطینه کردم.

وی اضافه کرد: در تمام این دو هفته‌ای که با کرونا درگیر بودم و هنوز هم هستم، صبح ها حالم به اندازه‌ای خوب می‌شد که امیدوار می‌شدم که وضعیتم رو به بهبودی می‌رود، ولی با گذشت ساعاتی از روز بیماری دوباره خودش را بر من تحمیل می‌کرد، به‌طوری که در ساعات آخر هر شب از پاسخ دادن به یک تماس تلفنی هم عاجز می‌شدم.

بدحالی‌ام چنان پیش می‌رفت که حتی نمی توانستم برای تماشای یک بازی فوتبال هم بیدار بمانم. سرفه‌های متوالی و تنگی نفس امانم را می‌برید، تا جائی که گاهی احساس خفگی می‌کردم. سرم را زیر لحاف کرده و تلاش می کردم تا بخوابم. شب‌هائی که بهتر می‌خوابیدم صبح روز بعد همه این علائم را تا حدود زیادی برطرف شده مئیافتم.

بعد از هر استراحت خوب شبانه، حالم کمی بهتر میشد، ولی از آن‌جا که در طول روز خودم را با کارهای غیرضروری مشغول می کردم، همه اندوخته‌های شب قبل از بین می‌رفت و طولی نمی‌کشید که سرفه و تنگی نفس دوباره به سراغم بیاید.

توصیه من به آن‌هائی که علائمی شبیه به کرونا دارند، فقط استراحت و استراحت است. استراحت به‌معنی ماندن در خانه و استفاده از خودرو برای هر کاری نیست، بلکه در صورت لزوم از صحبت کردن نیز بپرهیزید و فقط در

رختخواب تان دراز بکشید. تجویز این‌که چه موقع به پزشک مراجعه کنید یا نکنید، در صلاحیت من نیست، بلکه بنده چند تجربه کوچک را با شما در میان می‌گذارم.

وی یادآور شد: استرس به خودتان راه ندهید، در این دو هفته تنها ساعاتی استرس داشتم و آن زمانی بود که نتیجه سی‌تی‌اسکن قفسه سینه را گرفته بودم و ابتلا به کرونا برایم مسجل شده بود و هنوز پزشک معالج را ندیده بودم تا دستورات لازم را از او بگیرم. طبیعی است که وقتی استرس داشته باشید و بی‌قرار؛ بی‌خوابی احساس خفگی، عرق، بی‌اشتهائی و حالت تهوع در شما تشدید خواهند شد. در مدتی که در بیمارستان بودم همان استرس، بی‌قراری و بی‌خوابی و بی‌اشتهائی را در اکثر بیماران دیدم.

کارن منرینگ ۳۹ ساله، ساکن شهر هرن بی واقع در شهرستان کنت در جنوب شرقی انگلستان است و فرزند چهارم خود را در شکم دارد. سرفه‌های مداوم و تب کارن از هفته دوم مارس آغاز شد اما کادر پزشکی بیمارستان در مورد بستری کردن او مطمئن نبود. روز ۱۱ مارس اوضاع تغییر کرد.

کارن می‌گوید: «با ۹۹۹ (شماره خدمات اورژانس در برخی کشورها از جمله بریتانیا) تماس گرفتم و آن‌قدر بد نفس می‌کشیدم که ظرف چند دقیقه آمبولانس جلوی خانه‌مان بود. به سختی نفس می‌کشیدم بنابراین فورا دستگاه اکسیژن به من وصل کردند.»

نتیجه تست کرونای کارن مثبت از آب درآمد. هر دو ریه او درگیر شده بودند و به‌مدت یک هفته در اتاقی در بیمارستان ایزوله شد.

او می‌گوید: «هیچ‌کس اجازه نداشت برای ملاقاتم بیاید. دوره‌ای تاریک و پر از تنهائی بود. سه یا چهار روز نمی‌توانستم از تخت بیرون بیایم. حتی توان رفتن به توالت را هم نداشتم. برای تعویض ملافه‌های تخت، باید من را می‌غلتاندند.»

«وقتی نفسم بالا نمی‌آمد، باید زنگ کمک را فشار می‌دادم و منتظر کادر پزشکی می‌شدم تا پیش از آمدن پیش من لباس‌های محافظ خود را تن کنند. تمام مدت با خانواده‌ام تماس تلفنی داشتم تا به من آرامش بدهند. می‌ترسیدم بمیرم. خانواده‌ام می‌گویند خودشان را برای بدترین‌ها آماده کرده بودند.»

«برای هر نفسم مبارزه می‌کردم، برای زندگی خودم و بچه‌ام.»

کارن می‌گوید هیچ‌وقت هوای خنک و تازه‌ای که موقع خروج از بیمارستان روی صورتش احساس کرد را فراموش نخواهد کرد.

او می‌گوید: «من و همسرم در حالی که ماسک به صورت‌مان داشتیم و پنجره‌های ماشین را پائین کشیده بودیم به سمت خانه رفتیم. آن باد ملایم حس فوق‌العاده‌ای داشت. یک دفعه کوچک‌ترین چیزها هم برایم ارزشمند شد.»

کارن در حال حاضر خودش را در خانه و در اتاقی جدا از سایر اعضای خانواده قرنطینه کرده است. او دارد قوی‌تر می‌شود اما سرفه‌های خشکش هنوز ادامه دارد و این ممکن است تا چند ماه طول بکشد.

کارن فکر می‌کند ویروس کرونا در سالن زیبائی محل کارش به او منتقل شده اما شاید هیچ‌وقت از این بابت مطمئن نشود. او احتمالا هرگز نخواهد فهمید اعضای خانواده‌اش چه‌طور از دست ویروس فرار کردند.

جسی کلارک ساکن شهر شفیلد بریتانیا می‌دانست در برابر کوید ۱۹ بسیار آسیب‌پذیر خواهد بود. او بیماری مزمن کلیوی دارد و ۵ سال پیش یکی از کلیه‌هایش را درآورده‌اند. سرفه و تنگی نفسی که هر روز بیش‌تر می‌شد، او را نگران کرد. طی چند روز حتی راه رفتن هم برایش سخت شد.

جسی که ۲۶ سال سن دارد، می‌گوید: «درد زیادی هم در قفسه سینه، پشت و شکم‌ام حس می‌کردم. انگار کتک خورده بودم.»

دو روز بعد از این که بوریس جانسون، نخست‌وزیر بریتانیا در این کشور قرنطینه عمومی اعلام کرد، تام، نامزد جسی او را به اورژانس بیمارستان برد. به‌دلیل محدودیت‌های ایمنی این دو نفر را فورا از هم جدا کردند.

جسی می‌گوید: «می‌ترسیدم تنها باشم. حالم آن‌قدر بد بود که فقط می‌خواستم یک نفر به دادم برسد. به من یک ماسک سبز رنگ دادند که دور بینی‌اش سیم داشت تا روی صورت بایستد. به بخشی منتقل شدم که ظاهرا برای رسیدگی به بیماران کوید ۱۹ استفاده می‌شد. در این بخش فاصله‌گذاری اجتماعی رعایت می‌شد بنابراین هر کدام از ما محدوده خودمان را داشتیم که با دیوار از بقیه جدا می‌شد و یک تخت در آن بود.»

«از من آزمایش کوید ۱۹ نگرفتند. دکترم گفت نمی‌توانند از همه نمونه‌برداری کنند اما احتمالا بیماری را گرفته‌ام. او گفت دردی که حس می‌کنم به دلیل تورم ریه‌هایم است و باید خودم را قرنطینه کنم و مسکن بخورم.»

«قبلا هیچ‌وقت مشکل تنفس نداشتم. خیلی ترسناک است که ندانی نفست بند خواهد آمد یا چیزی که حس می‌کنی برای مبتلایان به این ویروس طبیعی است یا نه.»

جسی ۶ ساعت در بیمارستان بود. تام تمام این مدت در ماشین منتظر نامزدش بود و نمی‌دانست چه اتفاقی دارد می‌افتد. تام از کارکنان بخش ضروری است و این زوج فکر می‌کنند احتمالا بیماری‌اش بدون نشانه بوده و به طور تصادفی ویروس را به جسی منتقل کرده است.

نزدیک به یک هفته بعد از ترک بیمارستان، جسی همچنان به سختی راه می‌رود و روزانه حدود ۱۸ ساعت می‌خوابد. او گاهی اوقات گرفتار حمله‌های سرفه می‌شود اما نفس کشیدن برایش راحت‌تر شده است.

او می‌گوید: «بعضی از جوان‌ها فکر می‌کنند آسیب‌ناپذیرند اما بیش‌تر آن‌ها دیگر ویروس کرونا را جدی می‌گیرند. اطلاعات زیادی وجود دارد که می‌گوید ویروس روی افراد هم‌سن و سال من تاثیر چندانی ندارد اما قطعا دارد.»

استوارت بویل تقریبا مطمئن است چند هفته پیش در یکی از جلسات گروه کر که در آن آواز می‌خواند به ویروس کرونا مبتلا شده است.

او می‌گوید: «در جلسه روز پنج‌شنبه همه فاصله‌گذاری اجتماعی را رعایت کردیم اما تا یک‌شنبه عده زیادی از اعضای گروه علائمی شبیه به آنفولانزا داشتند.»

طی ۱۰ روز بعد از آن، حال استوارت ۶۴ ساله بدتر هم شد.

«اولش خیلی محسوس نیست. اما بعد وقتی می‌خواستم از پله‌ها بالا برم مثل پیرمردها سینه‌ام به خس‌خس می‌افتاد. خیلی زود دیگر حتی توان ورزش و حرکت کردن هم نداشتم. ویروس به ریه‌هایم حمله کرده بود و داشتم توان مبارزه با آن را از دست می‌دادم.»

خانواده استوارت با ۱۱۱(شماره خدمات تلفنی نظام خدمات درمانی بریتانیا) تماس گرفتند و او به بیمارستان منتقل شد.

او می‌گوید: «مثل اتفاقات توی فیلم‌ها بود. من را به بخش قرمز بیمارستان(بخش مخصوص بیمارانی که حال‌شان وخیم است و نیاز به رسیدگی فوری دارند) بردند. آن‌جا داشتند از عده زیادی از مردم آزمایش می‌گرفتند و نمونه‌برداری می‌کردند. فکر می‌کردند به ویروس کرونا مبتلا شده‌ام بنابراین به من اکسیژن وصل کردند. برای چند ساعت حس می‌کردم تنها یک نجوا با مکانی بسیار تاریک فاصله دارم و با خودم می‌گفتم شاید وقتم به پایان رسیده. اما دلم می‌خواست زنده بمانم.»

«می‌توانستم جنگ درون ریه‌هایم را حس کنم و برای عبور از این اوضاع به همه ذخایر بدنم نیاز داشتم. اکسیژنی که به من وصل کردند به ریه‌هایم استراحت داد و کمک کردم انرژی لازم برای بیرون انداختن بیماری از بدنم را بدست بیاورم. کارکنان ان اچ اس(نظام خدمات درمانی بریتانیا) فوق‌العاده عمل کردند. تنها کاری که از دست‌شان برمی‌آید این است که به تو برای مبارزه با ویروس کمک کنند. واکسن یا داروی معجزه‌آسائی که بتواند تو را نجات دهد وجود ندارد. همه چیز به میزان انعطاف و توان خودت بستگی دارد.»

استوارت روز شنبه از بیمارستان مرخص شد و هنوز در قرنطینه خانگی است. او برای کمک به بهبود ریه‌ها و گلویش میزان زیادی آب می‌نوشد.

در این میان دوستان او در گروه کر هم از طریق اپلیکیشن کنفرانس تصویری «زوم» برایش ترانه‌ای ویژه اجرا کردند.

استوارت می‌گوید: «ترانه در مورد مراقبت و حمایت از من بود. فوق‌العاده بود. خیلی طول می‌کشد تا صدایم دوباره برای خواندن مناسب شود. الان فقط می‌توانم خِرخِر کنم.»

«هر سرفه می‌تواند آغاز پایان باشد.» این جمله را مردی ۳۵ ساله ساکن یکی از مناطق مرکزی تهران و از کاربران توئیتر به من می‌گوید. او که مصاحبه را می‌پذیرد، تلفنی می‌گوید که بیماری را از همسرش، پرستار یکی از بیمارستان‌های تهران(نام بیمارستان محفوظ است) گرفت. او گلایه دارد که بیمارستان محل کار همسرش بیمار کرونائی پذیرفت اما «تجهیزات نداشت.»

به‌گفته او، همسرش بعد از دو سه روز کار با بیماران مبتلا به کرونا تب کرد و بعد توانائی بویائی و چشائی‌اش را از دست داد اما بیماری سریع گذشت و «به جز یکی دو شیفت غیبت نکرد.» بعد از همسرش نوبت به خودش رسید: «سردرد بسیار کشنده‌ای گرفتم که غیرقابل تحمل بود، در عرض پنج شش ساعت بویائی و چشائی‌ام را از دست دادم و بعد از دو سه ساعت تب کردم، بدن درد بسیار شدید داشتم و حالت تهوع گرفتم و علایم گسترش پیدا کرد و بدتر شد و تقریبا یک هفته افتادم اما چون علایم تنفسی مثل سرفه شدید نداشتم و احساس تنگی نفس نمی‌کردم، همسرم اجازه نداد به بیمارستان بروم. داروهای رایج را خودش به من داد تا تبم بعد از یک هفته بدون نیاز به دارو قطع شد و الان فکر می‌کنم بهبود پیدا کرده‌ام.»

او که در انتظار موعد مهاجرت کاری به یکی از کشورهای اروپائی است وقت کافی برای استراحت در خانه دارد، اما همسرش بعد از بیماری و حتی هنگام نگه‌داری از او که بیمار بوده است، اجازه مرخصی نداشته است. او می‌گوید: «همسرم مجبور است کارش را انجام دهد. در بیمارستان به بسیاری از کسانی که خودشان اعلام کرده‌اند ممکن است ناقل باشند گفته شده است نیروی کار کم است و باید کار کنید. گفته‌اند ماسک بزنید کافی است.»

او می‌گوید همه این ایام که حدود ۱۰ روز به درازا کشیده است این‌گونه گذشته است: «تک و تنها و با حال بد به کارهای نیمه تمام زندگی‌ام فکر می‌کردم، این‌که زندگی بعد از من چه می‌شود و اینکه چه کارهائی که چه برای همسرم چه برای خانواده خودم هنوز نکرده‌ام و این فشار بیماری را بیش‌تر می‌کرد. خصوصا وقتی هر سرفه می‌تواند آغاز پایان باشد.»

«هیچ وقت هیچ کس نخواهد فهمید.» پزشک جوانی در شهر ساری یکی دیگر از کسانی است که گفت‌وگو با من را می‌پذیرد. او شاهد بیماری پدرش(۵۰ ساله) و دوست نزدیکش(۲۶ ساله) بوده است: «پدرم به علائم خفیف مبتلا بود دوست صمیمیم به علائم شدید.» حالا هر دو بهبود یافته‌اند، بهبودی‌ای که حاصل روزهای متوالی درد و همزمان نگرانی شدید نزدیکان بوده است.

این پزشک جوان که خودش در بیمارستان برای دریافت ماسک و دست‌کش برای هر شیفت کارش «باید برود به اتاق پرستاری بیمارستان و امضا دهد»، از بیماری پدرش می‌گوید.

او می‌گوید با توجه به محدودیت دسترسی به تست کرونا، با داروهای موجود و استراحت از پدرش در خانه مراقبت کرده‌اند. اما به گفته او «مشکل» این بوده که پدرش که یکی از کارکنان آزمایشگاه یکی از بیمارستان‌های شهر است مجبور بوده است به رغم بیماری سر کار حاضر شود. او می‌گوید: «با این‌که می‌دانستند که پدر بیمار است ولی می‌گفتند حتما باید تا وقتی حال عمومی‌اش خوب است سر کار حضور داشته باشد چون کمبود نیرو وجود دارد.» به گفته او همین موضوع باعث می‌شود بیماری پدرش طولانی شود و «تقریبا ۲۱روز طول بکشد.»

او انتقاد می‌کند که استراتژی قطع زنجیره بیماری در ایران مورد توجه نیست: «نه تنها به پدرم گفتند تا می‌توانی یعنی تا وقتی زنده‌ای بیا سر کار، که افراد خانواده هم که با بیمار برخورد داشته‌اند به حال خود رها می‌شوند و صحبتی از قرنطینه وجود ندارد. یا تستی از افراد به ظاهر سالمی که در اطراف بیمار بوده‌اند نیست.»

این پزشک می‌گوید «آگاهی خودشان» باعث شده است محل زندگی خودش و خواهرش را در مدت بیماری پدرش جدا نگه دارند و مادرشان هم تنها کسی باشد که با رعایت فاصله و استفاده از ماسک با او در تماس بماند. او می‌گوید: «اما مردم نمی‌دانند یا نمی‌توانند این‌طور رعایت کنند.»

به‌گفته او «وضع اقتصاد آن‌قدر بد است که کسی که مثلا کارگر روزمزد است بین بیماری که مسؤولان شب و روز می‌گویند جدی نیست و و مردن از گرسنگی در صورت کار نکردن، انتخاب می‌کند که برود سر کار و خودش و خانواده‌اش بیمار و بخشی از زنجیره ابتلا به بیماری می‌شوند.»

او با زیر سؤال بردن آمار مطرح شده از سوی مقامات ایران، اظهار امیدواری می‌کند که زودتر داروئی برای درمان بیماری کرونا یافته شود چون به گفته او در غیر این‌صورت «نه جمهوری اسلامی از مردن مردم ابائی دارد و نه هیچ وقت هیچ‌کس از آمار واقعی کشته‌های این بیماری در ایران مطلع خواهد شد.»

«چرا و چه‌طور بیمار شدیم؟» ایرنا از قول بیمار نوشت: «بیماری من در سطح متوسط بود و وضعیت وخیمی نداشتم؛ اما باور کنید به قدری روزهای سختی بود که به‌عنوان یکی از بدترین خاطرات در ذهن من باقی ماند.»

زنی که از کروناویروس نجات پیدا کرده است از سختی‌ها و تجربیاتش درباره آن به ما می‌گوید: «بیماری من در سطح متوسط بود و وضعیت وخیمی نداشتم؛ اما باور کنید به قدری بیماری سختی بود که به‌عنوان یکی از بدترین خاطرات در ذهن من باقی ماند». این زن خود را جزو افراد خوش‌شانسی می‌داند که از کرونا نجات پیدا کرده است و می‌خواهد تجربیاتش را با مخاطبین به اشتراک بگذارد تا با آگاهی بیش‌تر با این ویروس برخورد کنیم و خانه نشینی را جدی بگیریم. «ایرنا زندگی» در ادامه این مطلب شما را همراهی می‌کند.

مواردی که کاش قبل بیماری کسی به من می‌گفت.

کاش با جدیت تمام با این بیماری برخورد می‌کردیم و زمانی که اسم کروناویروس به گوش‌مان خورد دیگر به اتوبوس و مترو پا نمی‌گذاشتیم. دکترها می‌گویند کسی که یک مرتبه این بیماری را گرفته باشد دیگر ایمن شده است؛ اما من همچنان در مکان‌های عمومی ماسک می‌زنم به این خاطر که دیگر نمی‌خواهم آن دردها را تجربه کنم، من یک‌بار شانس آوردم و از این بیماری جان سالم به در بردم، بار دومی قطعا در کار نخواهد بود. رسانه‌ها آمار مبتلایان و جان باختگان را می‌گویند؛ اما نمی‌گویند چه‌قدر بیماری کوید۱۹ سخت و دردناک است. حتی با وجود این‌که بیماری من متوسط بود ولی بهتر است بدانید خیلی دردناک و سخت گذشت. واقعیت این است که تا واکسن و داروی قطعی برای این بیماری به تولید انبوه نرسد باید در خانه‌ها بمانیم و از خود و عزیزان‌مان مراقبت کنیم.

چرا بیمار شدم؟ او می‌گوید: «زمان‌هائی که دوران نقاهت را می‌گذراندم به اندازه کافی وقت بود به این موضوع فکر کنم که چرا و چه‌طور بیمار شدم؟ به این جواب رسیدم، شبی که برای تولد خواهر همسرم به رستوران مکزیکی رفته بودیم و غذاهایمان را به اشراک گذاشتیم، من به کوید۱۹ مبتلا شدم. ابتدای رسانه‌ای شدن کوید۱۹ در امریکا بود و هنوز کسی آن را جدی نمی‌گرفت. ما هنوز با اتوبوس و مترو به محل کار می‌رفتیم، با دوستان‌مان بیرون می‌رفتیم و غذاهایمان را به استراک می‌گذاشتیم که یکی از علت‌های شیوع کروناویروس است. من هم مانند دیگران فکر می‌کردم این ویروس برای هر کسی است به جز من و همیشه اتفاق‌های بد برای همسایه میفتد. متاسفانه زمانی به کوید۱۹ مبتلا شدم همه زندگی و برنامه‌هایم مختل شد و فهمیدم اگر ما نسبت به کروناویروس بی اهمیت باشیم، آن خیلی زیرکانه

حواسش به ما است. اول همسرم علائم این بیماری از خود نشان داد و ما فکر می‌کردیم فقط یک سرماخوردگی ساده است. او در این مدت از خانه، دور کاری می‌کرد(کاری که باید از ۲ هفته پیش شروع می‌کردیم). او بدن درد و به مدت ۵ روز تب خفیف داشت و همچنان فکر می‌کردیم فقط یک سرما خورگی ساده است سپس من هم علائمی مشابه به او در خود مشاهده کردم.

چگونه این بیماری همه همکاران را درگیر کرد؟ من برای یک شرکت تولید محتوا کار می‌کنم و به‌همین خاطر در جریان اخباری که از چین می‌آمد بودم. بعد از این‌که من علائمی مشابه لوئیس، همسرم، داشتم باز هم به سرکار می‌رفتم و همچنان معتقد بودیم که یک سرماخوردگی مقطعی است که باید دوره درمان خودش را بگذراند. نه نتها من، هر یک از همکارانی که با من کار می‌کردند و علائمی مشابه به سرماخوردگی داشتند باز هم به سرکار می‌آمدند. ما ناقلان بی‌علامت این بیماری نبودیم؛ بلکه علائم واضح داشتیم؛ اما فکرش را هم نمی‌کردیم به کروناویروس مبتلا شده باشیم. برایمان دور از تصور و باور بود. من کاملا احساس می‌کردم که ضعف بدنی دارم و خیلی بی حال شده‌ام و به علت عدم تمرکز و ضعف بدنی از رئیسم آخر هفته را مرخصی گرفتم و در همین حین بود که کروناویروس سرتاسر نیویورک را گرفته بود.

از بد به بدتر! من و همسرم حدود یک هفته بود که مریض بودیم و هیچ علائمی از بهبودی را نداشتیم. تب من مدام بالای ۳۸ درجه بود و گاهی تا ۴۰ نیز می‌رسید. علائم بیماریمان به مرور زمان فقط شدت می‌گرفت و ما بهتر نمی‌شدیم. هرچیزی برای من دردناک بود از بدن درد گرفته تا دردهای داخلی‌ای که در استخوان‌های خود احساس می‌کردم. دست‌ها و پاهایم مدام خواب می‌رفتند و بدنم حالی کرخت داشت. اینجا بود که تصمیم گرفتیم با یک پزشک مشورت کنیم. به نزدیک‌ترین مرکز درمانی رفتیم و وقتی دکتر ما را معاینه کرد بدون هیچ شکی گفت که مبتلا به کوید۱۹ هستیم؛ ولی اگر می‌خواهیم می‌توانیم تست کروناویروس هم بدهیم. ما تست دادیم؛ اما تا هفته‌های بعد هم جوابش نیامد. این‌جا بود که من متوجه شدم تست‌های کسانی در نیویورک زودتر بررسی می‌شود که از بیمارستان اقدام می‌کنند. دکتر آن روز به ما گفت که هیچ کاری نمی‌تواند برای ما انجام دهد مگر چند توصیه پزشکی. به ما گفت مواد غذائی آبدار بخورید و در خانه بمانید.

خود را در خانه قرنطینه کردیم. ما در راه برگشت به خانه هر آن چیزی را که نیاز داشتیم برای قرنطینه خود از فروشگاه خریدیم و به خانه آمدیم. شنبه آن هفته من در بدترین حال بودم چون نه تنها تب بالائی داشتم؛ بلکه درد شدید در کمر و استخوان‌های ران و مفاصل زانوهایم احساس می‌کردم. این موقعیتی بود که هیچ‌گاه در زندگی برایش آموزش ندیده بودم. حس چشائی و بویائی خود را کاملا از دست داده بودم. هر روز به این امید زنده می‌ماندم که تا شب دوام آورم. می‌ترسیدم به بیمارستان بروم؛ زیرا می‌دانستم دکتر کافی آن‌جا برای همه بیماران کرونائی وجود ندارد. چهارشنبه تب من ۲ درجه پائین آمده بود و حس بهتری به خودم داشتم، همه چی به نظرم رو به بهبودی بود به جز سرفه‌های خشکی که داشتم. آن روز بالاخره با من تماس گرفتند و گفتند که تست کرونای من مثبت است.

تجربه یک زن امریکائی بهبود یافته از ویروس کرونا: به‌خانه آمدم و خوابیدم. پس از بیدار شدن از خواب عصرگاهی به شدت و به‌شکل غیرقابل کنترولی می‌لرزیدم. تمام بدنم می‌لرزید و این موضوع نگران کننده بود.

این زن امریکائی بهبود یافته بیماری کرونا پیام ساده‌ای برای مردم و افراد نگران دارد. وحشت نکنید اما در صورت احساس بیماری به اقشار با احتمال ریسک بالا فکر کنید و در خانه بمانید.

به‌گزارش خبرگزاری فرانسه، «الیزابت اشنایدر» که در «سیاتل» بزرگ‌ترین شهر ایالت واشنگتن زندگی می‌کند تلاش دارد پیام «امید» را به مردم جهان برساند. واشنگتن در امریکا بیش‌ترین میزان مرگ‌ومیر ناشی از ویروس مرگ‌بار جهانی را داشته است.

این زن ۳۷ ساله دکترای «بیو مهندسی» دارد، تجربه درمان خانگی خود پس از ابتلای ملایم به ویروس عفونی کرونا را به اشتراک می‌گذارد.

وی در این باره گفت: کرونا بیماری‌ای نیست که در مورد آن بی‌تفاوت باشید، زیرا بسیاری از افراد در اطراف شما سال‌خورده هستند یا شرایط سلامت کاملی ندارند.

وی افزود: به‌همین دلیل باید در خانه بمانیم و خود را از مواجه با دیگران ایزوله کنیم.

مقامات بهداشت امریکا با استناد به داده‌های چینی اعلام کردند که ۸۰ درصد از مبتلایان به نوع ملایم از کرونا آلوده شده‌اند. ۲۰ درصد باقی مانده نیز نیاز به بستری شدن در بیمارستان داشتند. این افراد عمدتا دارای بیماری‌های قلبی، دیابت یا ناراحتی‌های تنفسی بودند.

«اشنایدر» برای اولین بار در ۲۵ فوریه و ۳ روز پس از شرکت در یک مهمانی علائم اولیه را تجربه کرد. مهمانی‌ای که ۵ نفر دیگر در آن آلوده به ویروس کرونا شناخته شدند.

او گفت: با احساس خستگی بیدار شدم، اما این حال چیز بیش‌تری از یک خستگی همیشگی برای رفتن به سر کار نبود. از طرفی آخر هفته شلوغی داشتم.

این زن ۳۷ ساله تا ظهر سردرد داشت. به مرور تب و بدن درد نیز به آن اضافه شد. نهایتا شرکتش را در آن به‌عنوان مدیر بازاریابی فعالیت می‌کند، ترک کرد و به خانه رفت.

«الیزابت اشنایدر» در بیرون از خانه خود در سیاتل- او در حین ابتلا به کووید ۱۹ علایم حاد مانند تنگی نفس یا سرفه را نداشت. او پس از بیدارشدن از یک خواب عصرگاهی متوجه تبی ۳۹/۴ درجه‌ای بدنش شد

وی در ادامه گفت: به خانه آمدم و خوابیدم. پس از بیدار شدن از خواب عصرگاهی به شدت و به شکل غیرقابل کنترولی می‌لرزیدم. تمام بدنم می‌لرزید و این موضوع نگران کننده بود.

او شروع به درمان خانگی کرد و از داروهای و شیوه‌های خانگی مقابله با آنفلوآنزا استفاده کرد. با یکی از دوستانش تماس گرفت و او را در حالت آماده‌باش قرار داد تا در صورت لزوم اشنایدر را به بخش اورژانس برساند. اما در روزهای بعد تب او کم شد.

اشنایدر اخبار مربوط به ویروس کرونای جدید را دنبال می‌کرد. اولین کیس مبتلا در امریکا برای اولین بار در اواخر ژانویه در واشنگتن شناسائی شد.

سرفه و تنگی نفس اصلی‌ترین علائم ویروس کرونا به شمار می‌آید. از آن‌جا که اشنایدر این علائم را نداشت، مطمئن شد که کرونا ندارد.

او تمام مدت فکر می‌کرد که انفلوانزا گرفته و این بار سطح جدیدی از حمله بیماری را تجربه می‌کند. از طرفی این زن تصور می‌کرد در مراجعه به پزشک مجبور است به خانه برود، مایعات زیاد بنوشد و استراحت کند.

چند روز بعد او از طریق پست فیس‌بوکی یکی از دوستانش متوجه شد چند نفر دیگر در همان مهمانی به بیماری‌ای با علائم مشابه بیماری خودش مبتلا شده‌اند. در آن زمان اشنایدر به شرایط بیماری‌اش شک کرد.

تعداد زیادی از افراد بیمار آن مهمانی به پزشک مراجعه کردند و نتایج آزمایشات نشان داد که آنفلوانزا ندارند. اما از هیچ از آن‌ها تست کرونا گرفته نشد زیرا آن‌ها نیز تنگی نفس یا سرفه را نداشتند.

اشنایدر با علم به اینکه جواب آزمایشش در مورد آنفلوانزا منفی می‌شود، در یک برنامه تحقیقاتی با نام «مطالعات آنفلوانزای سیاتل» شرکت کرد. او امیدوار بود تا جوابی بیابد. تیم تحقیقاتی برای اشنایدر کیت مربوط به «پاک‌سازی بینی» را فرستادند و او پس از بازگرداندن این کیت آزمایشگاهی برای جواب آزمایش چند روزی منتظر ماند.

زن جوان گفت: سرانجام یکی از محققان این آزمایش با من تماس گرفت و اعلام کرد تست کووید۱۹- من مثبت است.

اشنایدر با خنده اعتراف کرد: به‌طرز خوشایندی شگفت‌زده بودم. حتی فکر می‌کردم مسأله جالبی است.

با این وجود مادر الیزابت پس از شنیدن این موضوع گریه کرد.

او افزود: احتمالا اگر نوع سخت‌تری از بیماری را گرفته بودم، چنین احساسی نداشتم.

اینک علائم بیماری اشنایدر فروکش کرده است، اما مقامات محلی از او خواسته‌اند تا ۷ روز پس ازشروع علائم و ۷۲ ساعت پس از فروکش کردن آن در خانه بماند.

در ۷ روز اخیر حال اشنایدر بهتر شده و او برای کار از خانه بیرون رفته است. با این وجود هنوز از تجمع در گردهمائی‌های بزرگ خودداری می‌کند.

این زن ۳۷ ساله در این باره گفت: احتمالا ۸۰ درصد از مبتلایان تجربه‌ای شبیه او خواهند داشت و سهیم شدن حالات بیماری می‌تواند به دیگران کمک کند.

او برای بیماران با علائم احتمالی یک پیام دارد: «هول نشوید.»

اشنایدر می‌گوید: برخی از علائم بیماری زندگی شما را تهدید نمی‌کند. به راحتی در خانه بمانید، آب زیاد بنوشید، استراحت کنید و فیلم‌های مورد علاقه خود را ببینید.

«میثم سعیدی» جوان خبرنگاری است که با روحیه بالا، امیدواری و نیز تلاش تیم پزشکی به سلامتی از چنگ این بیماری خود را رها کند، او یکی از نخستین موارد تشخیص ابتلا به بیماری کووید۱۹ است، با این حال در همان فضای

سنگین و هول‌انگیز روزهای نخست، و همزمان با بستری شدن در بیمارستان، نه تنها امید را در خود زنده نگه داشت بلکه تجربیات امیدبخش خود را با دیگران نیز به اشتراک گذاشت.

او درباره وضعیت جسمانی‌اش را در ابتدای بیماری کرونا این‌گونه روایت کرده است: تب و بدن درد امانم را بریده است، سرفه می‌کنم، درست همان روزی که برای اولین بار اعلام کردند دو نفر بر اثر کرونا درگذشته‌اند ... علائم کمی به‌نظر خودم مشکوک است، همسرم هم این علائم را دارد، باید با پزشکم مشورت کنم.

به زور پله‌های خانه‌ام را بالا آمدم تا همراه او به بیمارستان برویم، با سرچ گوگل بیمارستان‌های کرونا را در تهران پیدا کردم ولی اسمی از مسیح دانشوری در آن نبود، لیکن چون می‌گویند کسانی که دارای بیماری زمینه‌ای هستند بیش‌تر باید مراقبت کنند با پزشکم صحبت کردم و با راهنمائی وی سوار بر ماشین شخصی راهی بیمارستان شدیم؛ ماشین را که پارک کردم از نگهبان پارکینگ درباره کرونا پرسیدم؛ فضای ترس و وحشت حاکم بود، حتی نگاه رهگذران به مردمی که از ترس به بیمارستان پناه می‌بردند، وحشت‌آلود بود.

پرس‌و جوکنان و سرفه‌کنان اورژانس عفونی را پیدا کردیم، بالاخره چند نفری از کارمندان بیمارستان را با لباس کامل دیدیم، خودمان هم از لباس‌های عجیب تعجب کردیم، در حالی‌که نه ماسکی داشتیم و نه امکان پیش‌گیری؛ خلاصه هر کاری کردم از ترس ابتلا همسرم وارد اورژانس نشد.

خلاصه رفتم داروخانه دو عدد ماسک عجیب و بسیار قوی خریدم و سریع استفاده کردم! مردم سرگردان بودند، وارد اورژانس عفونی تریاژ شدیم، هنوز کادر درمان به لباس، ماسک و برخوردشان با بیماران عادت نکرده بودند.

تقریبا و تحقیقا اولین روز اپیدمی کرونا در تهران شروع شده بود، تریاژ برای گرفتن تب که مرحله اول سنجش بود دستور دادند به داروخانه مراجعه و تب‌سنج تهیه کنیم، بعد از خرید استعمال آن با تب بالای ۴۰ درجه به پزشک اورژانس ارجاع شدیم که برای خودم دستور بررسی بیش‌تر و برای همسرم دارو نوشتند و توصیه کردند در منزل استراحت کند و من را برای بررسی بیش‌تر به پزشک دوم ارجاع دادند. پزشک بعد از بررسی دوباره علائم و مشخصات دستور بستری داد، تا این‌جای کار را با هزار سختی و مرارت گذراندیم.

تب، لرز و سرفه امانم را بیش‌تر برده بود، واقعا مرگ در مقابل آن علائم راحت‌تر بود، در هر صورت بعد از سه روز حال بد توانستم از تخت پائین بیایم حالم با داروهای مصرفی بهتر بود، تب بالای ۴۰ درجه‌ام به ۳۹ رسیده بود، توانستم از تخت پائین بیایم و اندکی از اکسیژن بیمارستان جدا شوم، دوش گرفتم و لباس بیمارستان پوشیدم و روز ششم بعد از معاینات پزشکی مرخص شدم.

این بهبودیافته در ادامه شرح حالش اظهار داشت: امید واهی و ترس دو لبه تیغه قیچی است که ما را در مبارزه با کرونا شکست خواهد داد، به‌نظر حقیر باید با تزریق امید و نترسیدن، به بیماران کرونائی کمک کرد و با آموزش همگانی، رعایت بهداشت عمومی، فاصله‌گذاری اجتماعی و کاهش رفت و آمدها کمک کنیم که کسی به این بیماری مبتلا نشود و از سوی دیگر فهمیدن موضوع که حتی ابتلا، به معنای پایان زندگی و مرگ نیست به همه کمک می‌کند با نترسیدن و داشتن امید بهتر به دستورات پزشکی عمل کنند.

...

بیمار بهبود یافته دیگری هم با اشاره به این‌که نظافت نخستین اصل پیش‌گیری از این ویروس است، گفت: درسی که من از ابتلا به این ویروس آموختم این بود که هیچ‌گاه نظافت را به تمسخر نگیرم.

قاسم باقرزادگان گفت: ویروس کرونا شاید برای هر کسی تجربه ای متفاوت را به همراه داشته باشد زیرا این ویروس در بدن میزبان‌های مختلف با علائم متفاوت و شدت و ضعف خودرا نشان می‌دهد اما برای من و خانواده‌ام مسیر متفاوتی را حداقل در زندگی شخصی ایجاد کرد.

وی با بیان اینکه توجه به بهداشت فردی در محیط روستائی که خودم در آن زندگی می‌کنم کم است، افزود: حداقل در روستا و محیط زندگی من برخی تصور می کنند که روستائی و کاری بودن آن‌ها را از آسیب‌پذیری به این بیماری مصون می‌دارد و افراد پاکیزه را به باد تمسخر می‌گیرند.

وی با اشاره به اینکه تمام زندگی را در زمین‌های شالیزاری کار کرده و بدنی کاملا سالم دارد، افزود: به‌عنوان یک مبتلا به همه این اطمینان را می‌دهم که هیچکس در برابر ویروس کرونا مصون و آسیب‌ناپذیر نیست.

این بهبودیافته با بیان اینکه ابتلا خودم به ویروس کرونا نیز به دلیل عدم رعایت نکات بهداشتی و شوخی گرفتن بهداشت فردی بود، تاکید کرد: به همین خاطر است که می‌گویم بزرگ‌ترین درسی که از ویروس کرونا گرفتم رعایت بهداشت فردی در زندگی شخصی است.

باقرزادگان با بیان اینکه همیشه باور داشتم درد دندان بدترین درد دنیا است گفت: اما تجربه کرونا مرا تا مرگ کشاند زیرا لحظاتی را برای من رقم زد که هیچگاه تصورش را نمی‌کردم و دردی که در روزهای ابتلا به این ویروس داشتم را تا پایان عمر فراموش نخواهم کرد زیرا این بیماری تمام وجودم را با درد همراه کرد و حتی راه نفس کشیدن را برای من بست.

وی درس دیگر ابتلا به ویروس کرونا ورزش مداوم عنوان کرد و گفت: شاید کسانی که ورزش می‌کنند نیز به ویروس کرونا مبتلا شوند اما ویروس کرونا در اوج خود به شما یادآوری می‌کند هیچ سرمایه‌ای با ارزش‌تر از سلامتی و تندرستی نیست و ورزش بهترین راه برای حفظ این سلامتی است.

سیدجلال مولائی که کارمند شبکه بهداشت شهرستان قائمشهر است به‌همراه همسرش اسفند ماه پارسال به ویروس کرونا مبتلا شدند. آن‌ها دوران درمان را در قرنطینه خانگی با حمایت اقوام و آشنایان پشت سر گذاشتند و اکنون در بهار طبیعت با بازیابی سلامتی‌شان در حال ادای دین به جامعه درمانی و مردم شهرستان خود هستند.

مولائی به‌همراه همسرش پس از شکست کرونا، این روزها با دوخت ماسک و توزیع رایگان آن در نقاط مختلف شهر از جمله مناطق آسیب‌پذیر به کمک سایر همشهریان‌شان رفته‌اند تا آن‌ها هم بتوانند این ویروس سمج را شکست دهند.

این کارمند شبکه بهداشت قائمشهر درباره چگونگی ابتلا به کرونا و فعالیتی که اکنون انجام می‌دهد، گفت: اوایل اسفند ماه سال گذشته همسرم را به دلیل تنگی نفس و حالت تهوع جهت انجام آزمایش کرونا به بیمارستان رازی قائمشهر بردم که پزشک بعد از دیدن آزمایشات اعلام کرد که به ویروس کرونا مبتلا شده است.

وی افزود: پس از تشخیص پزشکان تصمیم گرفتم تا با دریافت داروهای مورد نیاز و نکات بهداشتی، همسرم را در قرنطینه خانگی معالجه کنم و این کار را هم کردم.

مولائی توضیح داد: در مدت قرنطینه خانگی به دلیل این که همسرم مشکل تنفسی داشت، برایش پنج کپسول اکسیژن تهیه و وصل کردم تا بتواند بهبودیش را به دست آورد، اما هنگامی که به بیمارستان رفتیم تا دوباره آزمایش انجام دهد ، به من اعلام شد که به این ویروس مبتلا شده‌ام.

وی گفت: علت این که خودم را چک کردم این بود که مقداری تب داشتم، اما هیچ علائمی از ویروس کرونا نداشتم ولی برای اطمینان و این که همسرم کرونا داشت و در حال بهبودی بود ، پزشکم پیشنهاد کرد تا خودم هم تست را انجام دهم و متوجه شدم که من هم کرونا گرفتم.

مولائی افزود: با تجویز پزشک و برای اینکه سه فرزند در خانه داشتم، به‌مدت یک هفته در بیمارستان رازی قائمشهر بستری بودم و بعد از دوران نقاهت تا ۲ هفته در قرنطینه خانگی سپری کردم تا کاملا بهبودی ام را به دست آورم.

این بیمار بهبود یافته کرونائی گفت: بعد از بهبود یافتن، خودم و همسرم تصمیم گرفتیم تا با تولید ماسک بهداشتی به کمک همشهری‌هایمان برویم و از آن زمان تاکنون در حال انجام این کار هستیم.

برای دیوید هریس، آرشیتکت ۴۲ ساله ساکن شهر بریستول انگلستان، جهان در اتاق نشیمن خانه‌اش خلاصه شده است.

علائم کووید۱۹- هفت هفته پیش در دیوید ظاهر شد، نشانه‌هائی که به‌گفته خود او شبیه به یک سرماخوردگی شدید بودند.

او از همان موقع خود را در خانه قرنطینه کرد. همسر و دختر کوچک دیوید هم با او زندگی می‌کنند.

بعد از حدود یک هفته، حال دیوید رو به بهبود گذاشت اما در کمال تعجب دو هفته بعد دوباره سروکله علایم بیماری پیدا شد.

او گفت: «بازگشت علایم بیماری مثل یک قصه تکراری شده و من اصلا انتظارش را نداشتم.»

«موج دوم خیلی بدتر بود. همان علائم شبیه سرماخوردگی اما این بار به همراه تنگی نفس. به همین دلیل هم مطمئن بودم به ویروس کرونا مبتلا شده‌ام.»

«بعد از آن به مدت دو هفته حس می‌کردم حالم رو به بهبود است. خیلی خسته شده بودم. اما در هفته هفتم حالم دوباره بد شد و موج سوم بیماری از راه رسید. خوشبختانه این بار علایم بسیار ملایم‌تر به‌نظر می‌رسیدند هر چند همچنان قابل ملاحظه بودند.»

اما از آن‌جائی که اساسا احتیاط بهتر از پشیمانی است، دیوید به قرنطینه خود در خانه ادامه داد؛ تنها غذا می‌خورد، تنها می‌خوابید و در موارد نادری هم که اتاق نشیمن را برای رفتن به دست‌وشوئی ترک می‌کرد، لباس تمیز می‌پوشید.

همسر دیوید دختر ۱۰ ماهه‌شان، میلی را پشت پنجره اتاق نشیمن می‌برد و او از پشت شیشه فرزندش را می‌دید.

بیماری دیوید را به‌شدت خسته کرده بود و نمی‌دانست بعد از آن چه اتفاقی خواهد افتاد.

«تصمیم‌گیری در مورد این که چه زمانی درخواست کمک کنی، احتمالا یکی از پراضطراب‌ترین کارهاست. دلت نمی‌خواهد ان‌اچ‌اس(نظام خدمات درمانی بریتانیا) را به دردسر بیاندازی، چون قطعا افرادی هستند که اوضاع‌شان از تو خیلی بدتر است. اما بدون شک نمی‌خواستم در لحظه‌ای که ضعف در من به اوج خود می‌رسد به این دام بیافتم که درخواست کمک نکنم و این باعث شود اتفاق بدی بیفتد.»

«تجربه بسیار ترسناکی است وقتی علایم برای اولین بار برمی‌گردند و حالت بد می‌شود، چون نمی‌دانی چه می‌شود. این خیلی وحشتناک است که وقتی فکر می‌کنی داری بهتر می‌شوی، حالت دوباره رو به وخامت بگذارد.»

فلیسیتی ۴۹ ساله، ساکن لندن است و بعد از بروز اولین نشانه‌های کووید۱۹- حالا ششمین هفته دوران نقاهت خود را می‌گذراند.

اما درست مثل دیوید، تجربه این بیماری برای او اصلا آسان نبوده است.

«به‌نظرم سخت‌ترین بخش ۱۰ روز اولی بود که به شدت مریض بودم و فکر می‌کردم دارم بهتر می‌شوم. اما بعد اوضاع خیلی خیلی بدتر شد. در واقع ۵ هفته از بیماری‌ام می‌گذشت که شریک زندگی‌ام مجبور شد با اورژانس تماس بگیرد چون دل‌درد وحشتناکی داشتم و از شدت درد فقط فریاد می‌کشیدم.»

«به سختی می‌شود فهمید که آیا چنین چیزی اثر ویروس است؟ سیستم ایمنی بدن این طور واکنش نشان می‌دهد؟ یا در نتیجه وجود یک التهاب در بدن اتفاق می‌افتد؟ تا پیش از ابتلا به این بیماری مشکل شکم‌درد نداشتم اما هفته پنجم واقعا وحشتناک بود.»نه از فلیسیتی و نه از دیوید، از هیچ‌کدام آزمایش کووید۱۹- گرفته نشد اما پزشکان به هر دوی آن‌ها گفتند احتمالا به این بیماری مبتلا شده‌اند.

به آن‌ها همچنین گفته شده که دیگر ناقل بیماری نیستند.

اما فلیسیتی برای خلاص شدن از این بیماری سختی زیادی کشیده و هفته‌ها مریضی تاثیر مخربی روی او گذاشته است.

«در تلاش برای بهتر شدن مدت زمانی بسیار طولانی را در رختخواب گذراندم. تجربه بیماری و تلاش برای بهتر شدن، فشار روانی زیادی بر من وارد کرد.»

داستان جالب دیگر به زوج کهنسال فرانسوی باز می‌گردد. آنری مارشه و همسرش، مونیک. آنری ۹۰ ساله به‌همراه همسرش ویروس را شکست داده و بر بیماری غلبه کردند. هانری مارشه می‌گوید: « اولش فکر کردم که تنها کمی تب دارم. ولی ساعتی گذشت و دیدم نمی توانم درست تنفس کنم.»

مونیک همسر آنری، پس از تماس با بیمارستان متقاعد می‌شود که باید هرچه سریع‌تر به بیمارستان بروند. هانری مارشه می‌گوید از زمانی که بستری شدم تا روز شکست بیماری چیز زیادی به یاد نمی‌آورم.

سازمان بهداشت جهانی می گوید هرچند ویروس کرونا زندگی افراد بالای هفتاد سال را با خطر مواجه می‌کند اما آمار نشان می‌دهد اکثریت مبتلایان سال‌خورده هم موفق شده‌اند از جنگ با این ویروس پیروز بیرون بیایند.

بنیاد اروپائی ریه اعلام کرد که «ریه اغلب افراد مبتلا به کووید-۱۹ پس از پایان بیماری سلامت کامل خود را باز مئیابد» و تنها بخش کمی از بیماران ریه‌هایشان مشکلات مزمن پیدا می کند.»

گراتزیلا سونزونی یکی از بهبودیافتگان است. زنی ایتالیائی اهل شمال این کشور که مانند بسیاری دیگر دوران نقاهت خود را در هتلی که به این بیماران اختصاص یافته، در شهر برگامو، سپری می‌کند. این زن ایتالیائی مانند برخی از مبتلایان سخت‌ترین روزها را در بخش مراقبت‌های ویژه بیمارستان برگامو سپری کرد.

خانم سونزونی می‌گوید: « شما در تختخواب متصل به اکسیژن هستید، نفس می‌کشید و می‌فهمید که ممکن است هر لحظه آخرین نفس شما باشد.» در تمام مدت بستری از خود می‌پرسید: « چه زمانی به ما اجازه داده می‌شود، همه را در آغوش بگیریم و آن‌ها را بسیار محکم بغل کنم؟ و به آن‌ها بفهمانم که چه‌قدر آن‌ها را دوست دارم. نوه کوچک من، همه آن‌ها را از دست می دهم.»

تجربه یک پزشک بیماری‌های عفونی

یک پزشک متخصص بیماری‌های عفونی در استان خراسان رضوی حاصل تجربه خود از درمان ۵۰۰ تا ۶۰۰ بیمار مبتلا به ویروس کرونا را این گونه خلاصه کرد: بیماری کووید ۱۹ می‌تواند مشخصه آن‌چنانی نداشته باشد، پیشروی بیماری در بسیاری موارد آرام رخ می‌دهد، بهترین راه مبارزه با آن خواب شبانه راحت و عمیق، نوشیدن مایعات فراوان، استراحت مطلق به مدت دو هفته و پرهیز از هر گونه فعالیت فیزیکی است.

ویروس جدید کرونا که بیماری کووید-۱۹(covid-۱۹) را ایجاد می‌کند، در عرض چند هفته به‌مرحله همه‌گیری در همه استان‌ها و شهرهای ایران رسید. اول ماه اسفند سال گذشته، مطلبی بر اساس توضیحات یک پزشک متخصص از قم در سایت «زمانه» منتشر شد و آن پزشک می‌گفت که تست کرونا در ایران ابتدا مجوز اجرا نداشت و تشخیص بیماری به روش حذف گزینه‌ها انجام می‌شد، و وزارت بهداشت به پزشکان هشدار داده بود که اطلاع‌رسانی نکنند و در جامعه ترس نیندازند. این پزشک اما گفته بود که در قم موارد متعدد بیماران تنفسی در بیمارستان‌ها بستری شده‌اند.

یک ماه از انتشار خبرهای متعدد و متناوب نگران‌کننده درباره گسترش کرونا در شهرها و استان‌های ایران گذشت... حال توضیحاتی از یک پزشک متخصص بیماری‌های عفونی در استان خراسان رضوی به‌دست «زمانه» رسیده که تجربیات شخصی خود را در درمان بیماران مبتلا به کووید ۱۹ در مدت این یک ماه مستند کرده است. نام این پزشک به خاطر حفظ حریم شخصی و امنیت این کادر درمانی نزد زمانه محفوظ است.

این پزشک ادعا کرده که روزی ۳۵ یا ۳۶ بیمار بستری شده، و ۳۰ تا ۴۰ نفر را سرپائی ویزیت می‌کند، و هدف خود از بیان تجربیاتش را کاهش نگرانی و افزایش تجربه عمومی در مواجهه با این بیماری بیان کرده است.

به‌گفته این پزشک خراسانی، بیماری کووید ۱۹ ممکن است هیچ مشخصه پیشاپیش معینی نداشته باشد. اما در بیش‌تر موارد خستگی زودرس و تعریق گه‌گاهی و چند ساعت تب در طول روز(در برخی موارد یک تا دو ساعت) رخ می‌دهد. در مواردی دیگر اما افراد چند روز پشت سر هم تب دارند که در چند مورد اندک به بیست روز هم رسیده است.

مورد قابل توجه در همه این موارد ضعفی است که بیمار تجربه می‌کند و متوجه می‌شود که اتفاقی غیرطبیعی در بدنش در حال وقوع است. این ضعف می‌تواند هر علامتی داشته باشد و در هر مورد ممکن است متفاوت باشد. مثلا برای بیماران مبتلا به آرتروز می‌تواند درد مفصل آن‌ها بیش‌تر شود، یا به‌طور کلی دردها عضلانی و خستگی بیش‌تری احساس کنند.

این پزشک گفته که گرچه در برخی‌ها بیماری ناگهانی شروع می‌شود، در مواردی دیگر بیماری خیلی آرام پیشرفت می‌کند و فرد نمی‌داند چه زمانی مبتلا شده و چه موقع بیماری چنان پیشرفت کرده که تمامی ریه را نیز درگیر کرده است.

به‌گفته او، گرچه بیماری کووید ۱۹ یک بیماری تنفسی است، اغلب افراد متوجه پیشرفت آهسته بیماری نمی‌شوند که در نهایت ممکن است به مراحل پیشرفته‌ای برسد که کنترول و درمان آن خیلی آسان نیست.

این پزشک متخصص بیماری‌های عفونی خانواده‌ها را از بابت ابتلای کودکان تسلی داده و تاکید کرده که این ویروس «به کودکان رحم می‌کند.» به گفته این پزشک، مواردی از ۵۰۰ تا ۶۰۰ بیماری که ویزیت کرده است کودکان بوده‌اند که اغلب با درمان سرپائی به خانه فرستاده شدند و حتی اگر کودکانی بوده‌اند که ریه‌هایشان به‌شکلی وسیع درگیر شده، با استراحت و مراقبت در خانه به تدریج بهبود پیدا کرده‌اند.

پزشک مزبور همچنین گفته است که خطرناک بودن بیماری برای سالمندان لزوماً در مورد تجربه شخصی او صادق نبوده است. گرچه تجربه دیگر پزشکان و متخصصان در جهان نشان می‌دهد که سالمندان آسیب‌پذیرتر هستند، از هر صد بیمار سالمندی که او بستری کرده فقط دو یا سه نفر جان خود را از دست داده‌اند و سایرین با حال عمومی خوب به خانه بازگشته‌اند. این پزشک چالش اصلی خود را در درمان افراد میان‌سال دانسته، و گفته که مخصوصا مردان میانسال دچار اضافه وزن در معرض عوارض جدی بیماری هستند. او تاکید کرده که این‌ها تجربه شخصی است و به‌خاطر شرایط ویژه کنونی او حتی فرصت مطالعه همه گزارش‌های موجود درباره آمار موجود در این باره را نداشته است.

به‌گفته این پزشک خراسانی، کووید ۱۹ اصولا بیماری بدخیمی نیست. مرگ‌ومیر آن‌چنانی ندارد، و اگر در مراحل اولیه تشخیص داده شود، پزشک ممکن است با مسأله‌ای ساده روبه‌رو باشد. در هشتاد درصد موارد بیماری در حد آبریزش بینی و گلودرد پیشرفت می‌کند. مشکلات بیست درصد باقیمانده از نظر پزشکی قابل توجه می‌شود، اما در میان این بیست درصد نیز اگر تشخیص سریع باشد می‌توان جلوی مرگ اغلب بیماران را گرفت.

بر اساس نظر شخصی پزشک معالج بیماران مبتلا به کرونا، استراحت مطلق، دشمن اصلی بیماری است. این پزشک متخصص به کسانی که از بیمارستان مرخص می‌شوند یا مداوای سرپائی می‌شود، توصیه می‌کند که به مدت پانزده روز استراحت مطلق کنند و جز در موارد ضروری حرکت نکنند. کسانی که این توصیه را رعایت می‌کنند اغلب سلامتی خود را بازمئیابند.

بنابراین پزشک متخصص بیماری‌های عفونی توصیه می‌کند «اگر مبتلا به بیماری شدید بهترین درمان استراحت است، و داروهائی که تا کنون مورد آزمایش قرار گرفته‌اند به اندازه استراحت اثربخشی ندارند.»

مورد دوم توصیه شده مصرف مایعات زیاد است. مصرف مایعات مقاومت نسبت به ویروس را بالا می‌برد. مواردی بوده‌اند که با وجود درگیری ریه افراد با مصرف مایعات زیاد روزانه و استراحت مطلق بهبود یافته‌اند.

آخرین توصیه این پزشک خواب طولانی و راحت است. او گفت «اگر نمی‌توانید راحت هفت هشت ساعت بخوابید، زمینه برای ابتلا به کرونا مساعدتر است. در این صورت در دو سه ماه آینده از قرص خواب استفاده کنید تا خواب آرام و عمیق شبانه داشته باشید. در غیراینصورت افزایش اضطراب و خستگی زمینه ابتلا به بیماری را فراهم می‌کند.»

با افزایش شیوع کرونا در ایران و ابتلای برخی خانواده‌ها ترس و تشویش عمومی جای عقلانیت و رفتار صحیح را گرفته است. افراد ممکن است گاهی به تشخیص خود و برای پیشگیری یا درمان بیماری به دستورهای غیرحرفه‌ای و سنتی متوسل شوند. بر اساس گفته‌های این پزشک بهترین راه اما حفظ آرامش و رعایت توصیه‌های پزشکانی است که در طول این چند هفته به‌خاطر درمان و زیرنظر داشتن بیماران تجربه کسب کرده‌اند.

هشدار پزشکان درباره خطر گسترش اطلاعات دروغین درباره کرونا

بیش از ۹۰ نفر پزشکان و ویروس‌شناسان جهان نسبت به گسترش اطلاعات دروغین درباره ویروس جدید کرونا هشدار داده‌اند. آن‌ها در نامه‌ای سرگشاده از شرکت‌های شبکه‌های اجتماعی خواسته‌اند که اطلاعات غلط را حذف کنند و اطلاعات سازمان جهانی بهداشت را به‌رایگان در اختیار مردم قرار دهند.

امضاءکنندگان این نامه که از چندین کشور هستند در نامه خود که در نیویورک تایمز منتشر شده است، از گسترش اطلاعات دروغین درباره ویروس کووید-۱۹ به‌عنوان یک بیماری دیگر یاد کرده و نوشته‌اند:

«در حال حاضر ما نه تنها با بیماری همه‌گیر کووید-۱۹ سر و کار داریم بلکه با «بیماری اطلاعاتی همه‌گیر»(اینفودمی) در سراسر جهان روبه‌رو هستیم که در آن اطلاعات نادرست به‌صورت ویروسی در رسانه‌های اجتماعی منتشر می‌شوند و زندگی در سراسر جهان را به خطر می‌اندازند.»

آن‌ها با بیان این‌که «برخی از این اطلاعات نادرست سریع‌تر از خود ویروس شیوع پیدا می‌کنند» از اطلاعات غلطی مانند این‌که کوکائین می‌تواند کووید-۱۹ را درمان کند یا این ویروس توسط چین یا امریکا تولید شده و یک سلاح بیولوژیکی است یاد کرده‌اند.

در ماه‌های اخیر بارها مقام‌های امریکائی از جمله دونالد ترمپ، رئیس جمهوری امریکا، منشأ انتشار کووید-۱۹ را آزمایشگاهی در شهر ووهان دانسته‌اند و رسانه‌های دولتی چین هم آن‌ها را به دروغگوئی متهم کرده‌اند .در آغاز شیوع کووید-۱۹ نیز شایعاتی مبنی بر انتشار این ویروس توسط امریکا و کشورهای غربی در شبکه‌های اجتماعی منتشر شده بود.

سازمان جهانی بهداشت چنین ادعاهائی را «گمانه‌زنی «دانسته و گفته است که «شواهد مشخصی» درباره آن‌ها وجود ندارد.

در نامه پزشکان و ویروس‌شناسان آمده است:

«شرکت‌های فن‌آوری تلاش کنند که به انتشار محتواهای خاص پاسخ دهند، آن‌ها را حذف کنند و در عین حال به سازمان جهانی بهداشت اجازه دهند تبلیغات رایگان ارائه دهد. (...) این دروغ‌ها مهم‌اند زیرا راه حل‌های غلط تبلیغ می‌کنند یا می‌خواهند مردم را از واکسیناسیون و درمان‌های موثر منصرف کنند. این دروغ‌ها دامنه گسترده‌ای دارند. پستی در فیس‌بوک مبنی بر این‌که زنجبیل ۱۰ هزار بار در مبارزه با سرطان موثرتر از شیمی درمانی است، تقریبا ۳۰ هزار بار به اشتراک گذاشته شد و مردم درباره آن اظهارنظر کردند.»

این دانشمندان از شرکت‌های فن‌آوری خواسته‌اند اطلاعات غلط در مورد بهداشت را اصلاح و شبکه‌های اجتماعی خود را «سم‌زدائی» کنند. این معیارهای گزینش برای انتشار محتوای اینترنتی در حال حاضر بیش‌تر در جهت محافظت سلامتی کاربران اینترنت است.

به‌تازگی شرکت فیس‌بوک اعلام کرده است که هشدارهای کلی درباره خبرهای جعلی را اعلام می‌کند. اما این برای منتقدان کافی نیست.

بازار دروغ و خرافات در ایران داغ است!

متاسفانه در ایران بازار خرافات نیز به شدت رواج دارد چرا که خود حاکمیت عامل اصلی این خرافات‌پراکنی است. برای مثال احمد علم‌الهدی، امام جمعه مشهد، می‌گوید شیوع ویروس جدید کرونا هرچند مشکلاتی به بار آورده، اما برای ایران یک «نعمت» محسوب می‌شود.

علم‌الهدی گفته: «این ویروس منحوس و بیماری برای ما بلا بود، اما عوارضش را که می‌بینیم، واقعا نعمت فوق‌العاده خدا بود.»

علم‌الهدی، که به دلیل محدودیت‌های لازم برای مهار کرونا دیگر نمی‌تواند در نماز جمعه شهرش سخنرانی هفتگی بکند، در متنی که به‌عنوان «خطبه مکتوب» یا «پیام جمعه» منتشر شده کرونا را «نعمت» دانسته است.

او یکی از چهره‌های مذهبی حاکمیت است که با تعطیلی نماز جمعه برای مهار کرونا مخالفت کرد، اما ناگزیر به محدودیت‌های اعمال‌شده تن داد.

اکنون بیش از دو ماه است که برگزاری نماز جمعه در ایران متوقف شده است.

احمد علم‌الهدی در توضیح «نعمت» خواندن ویروس کرونا گفته: «این ویروس استعدادها را شکوفا کرد و مردم را به حرکت درآورد.»

علم‌الهدی گفته «بچه شیعه‌های ما» موفق شده‌اند در «شرکت‌های دانش‌بنیان» کیت‌های آزمایش تشخیص کرونا بسازند و به کشورهای دیگر صادر کنند.

او گفته همین افراد، که از آن‌ها با عنوان «بچه شیعه» یاد کرده، دستگاه‌های تنفس مصنوعی ساخته‌اند که «به‌زودی به تولید انبوه می‌رسد و حتی ممکن است به صادرات نیز برسد.»

یکی از عمده‌ترین محصولاتی که در ایران برای تشخیص کرونا نمایش داده شد یک نوع اسباب بازی با نام «مستعان۱۱۰» بود که شخص فرمانده کل سپاه پاسداران، سرلشکر حسین سلامی، در مراسمی آن را نشان داد و مدعی شد می‌توان با آن وسیله تا شعاع صد متری و ظرف پنج ثانیه ویروس کرونا را شناسائی کرد.

هیچ کارشناس مستقلی موفق به ارزیابی عملکرد این دستگاه نبوده و برخی محافل علمی آن را در حد «داستان علمی تخیلی» خوانده‌اند.

هرچند سپاه و رسانه‌های حکومتی ایران نخست با تبلیغات وسیعی این ابزار ادعائی تشخیص فوری و از راه دور کرونا را نمایش دادند، اما با گذشت چند هفته دیگر درباره آن سکوت کرده‌اند.

آمار مبتلایان و جان‌باختگان ویروس گرونا تا جمعه هشتم مه

در حالی که کشورهای جهان در تلاشند تا محدودیت‌های مسافرتی و ممنوعیت‌های رفت‌وآمد را به‌طور تدریجی برداشته و از ادامه آسیب‌های بزرگ اقتصادی ناشی از پاندمی ویروس کرونا بکاهند، شامگاه جمعه ۸ ماه مه ۲۰۲۰ شمار مبتلایان به ویروس جدید کرونا از مرز ۴ میلیون نفر گذشت.

به‌گزارش خبرگزاری‌ها وزیر بهداشت اسپانیا اعلام کرد که دولت این کشور قصد آن دارد تا محدودیت‌های اعمال شده بر بیش از نیمی از مردم اسپانیا را از ابتدای هفته آینده کاهش دهد.

وزیر بهداشت اسپانیا گفت به‌مناطقی که هدف کاهش تعطیلی هستند اجازه داده خواهد شد تا در آن‌ها سالن‌های روباز خارجی رستوران‌ها، بازارهای غیر پوشیده و موزه‌ها بازگشائی شوند و تجمع‌های با تعداد کم‌تر از ۱۰ نفر نیز مجاز است.

بنا به آماری که از سوی خبرگزاری فرانسه و با استناد به منابع رسمی گردآوری شده ویروس جدید کرونا از زمان شیوع آن برای اولین بار در دسامبر سال گذشته در چین تا ساعت ۰۰:۱۱ به وقت گرینویچ روز جمعه دست‌کم باعث مرگ ۲۶۹۵۱۴ تن شده است.

امریکا با ۷۵۶۷۰ فوتی تاکنون بیش‌ترین تعداد از آمار کلی فوتی‌ها را شاهد بوده و ۱۲۵۶۹۷۲ نفر در این کشور به ویروس کرونا مبتلا شده و دست‌کم ۱۹۵۰۳۶ تن از آن‌ها بهبود یافته‌اند.

بریتانیا با ۳۰۶۱۵ فوتی از میان ۲۰۶۷۱۵ نفر مبتلا پس از امریکا در ردیف دوم قرار دارد. بنا به آمار ارائه شده در روز سه‌شنبه توسط آژانس‌های منطقه‌ای بریتانیا تعداد جان باختگان در این کشور به ۳۲ هزار نفر رسیده است.

آمار جدید ارائه شده از سوی وزارت بهداشت بریتانیا نشان می‌دهد که تنها در روز جمعه نتایج تست کرونای ۳۱ هزار نفر در بریتانیا مثبت تشخیص داده شده است.

از سوئی تعداد حالت‌های وخیم مبتلا به کرونا در فرانسه به کاهش روزانه خود ادامه داده و به ۲۸۶۸ مورد جدید در روز جمعه کاهش یافته است.

همچنین آمار جدید تعداد جان باختگان مبتلا به کرونا در فرانسه با ۲۴۳ مورد جدید افزایش طی ۲۴ ساعت گذشته به ۲۶۲۳۰ تن رسیده است.

هایکو ماس، وزیر امور خارجه المان می‌گوید، اروپا باید اعتراف کند که برای مقابله با همه‌گیری ویروس جدید کرونا آمادگی لازم را نداشت.

او گفت که در ابتدا بیش‌تر کشورها از جمله المان، بر مقابله با شیوع این ویروس در کشورهای خود متمرکز بودند.

ماس افزود: «این امر به‌منظور تامین ظرفیت‌هایمان برای اقدام و همچنین توانائی کمک به دیگران ضروری بود.»

بیانیه وزیر امور خارجه المان به مناسبت ۹ مه-۲۰ اردیبهشت که در بیش‌تر کشورهای عضو اتحادیه اروپا به‌عنوان «روز اروپا» گرامی داشته می‌شود، صادر شده است. این روز همچنین با پایان جنگ جهانی دوم در اروپای غربی تقریبا (با فاصله یک روز) تقارن دارد.

سخن‌گوی وزارت بهداشت حکومت اسلامی ایران، روز شنبه از شناسائی ۱۵۲۹ بیمار جدید مبتلا به ویروس کرونا و مرگ ۴۸ نفر دیگر از بیماران در ایران خبر داد.

کیانوش جهانپور که روز شنبه، ۲۰ اردیبهشت، به روال معمول آمار رسمی کرونا در ایران را اعلام می‌کرد، گفت با احتساب این آمار، تعداد کل قربانیان کرونا در ایران به ۶۵۸۹ نفر و تعداد کل مبتلایان به ۱۰۶ هزار و ۲۲۰ نفر رسیده است.

او همچنین از بهبودی ۸۵ هزار و ۶۴ نفر از بیماران خبر داد، ولی گفت که ۲۶۹۶ نفر دیگر از بیماران در وضعیت «بحرانی» تحت مراقبت قرار دارند.

آمار رسمی وزارت بهداشت از تعداد جان‌باختگان و مبتلایان در حالی به شکل روزانه اعلام می‌شود که پیش از این برخی نهادهای رسمی از جمله مرکز پژوهش‌های مجلس آمار واقعی را بسیار بیش‌تر برآورد کرده‌اند.

این مرکز در گزارشی بر اساس تخمین‌ها اعلام کرده بود که آمار واقعی تعداد افراد جان‌باخته حدود دو برابر و آمار مبتلایان بین هشت تا ده برابر آمار اعلام شده توسط وزارت بهداشت است.

در همین حال روز شنبه ایرج حریرچی، معاون کل وزارت بهداشت ایران، گفت که «افزایش نسبی» ابتلا به کرونا در برخی استان‌ها مشاهده می‌شود ولی روند کل کشور «نزولی» است.

او که روز شنبه در یک نشست خبری به سوالات خبرنگاران پاسخ می‌داد، به نام این استان‌ها اشاره دقیق نکرد ولی گفت که نگران وضعیت استان خوزستان است و آمار کرونا در تهران «قابل توجه» است.

مقام‌های وزارت بهداشت حدود دو ماه است که از اعلام تفکیکی آمار کرونا در ایران خودداری می‌کنند.

حریرچی همچنین گفت نسبت به چند هفته گذشته، بستری و فوت افراد، ۶۰ تا ۷۰ درصد نزول کرده است.

معاون کل وزیر بهداشت ایران پیش‌بینی کرده است که روند نزولی در یک تا دو ماه آینده ادامه داشته باشد.

علی احسان‌پور، سخنگوی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز گفته است خوزستان از نظر ابتلا به کرونا «دارد به قله ابتلا می‌رسد.»

او که روز شنبه با خبرگزاری ایسنا گفت‌وگو کرده، آماری از روند ابتلا در این استان ارائه نداده، ولی گفت طبق پیش‌بینی‌ها آمار در این هفته نیز «نسبت به هفته گذشته مختصری افزایش داشته باشد.»

در روزهای گذشته مقام‌های محلی استان خوزستان از وضعیت وخیم و نگران‌کننده شیوع کرونا در این استان خبر داده‌اند ولی تاکنون تصمیمی مبنی بر تشدید محدودیت‌های اجتماعی در این استان اعلام نشده است.

سخن آخر

ابتلا به ویروس کرونا پیامدهای متفاوتی دارد. در حالی‌که برخی متوجه ابتلای خود به این ویروس نمی‌شود، برخی دیگر به مراقبت‌های بیمارستانی نیاز پیدا می‌کنند. پژوهش‌گران المانی به اطلاعات قابل توجهی دست پیدا کرده‌اند.

آمار موسسه رابرت کخ المان نشان می‌دهد که حدود ۸۰ درصد افراد پس از آلودگی به ویروس کرونا، دچار یک سرماخوردگی خفیف تا متوسط می‌شوند. اما در ۲۰ درصد موارد، وضعیت بالینی فرد به دلیل عفونت شدید ریه وخیم می‌شود و بیمار به‌دلیل تنگی نفس به عدم توانائی جذب اکسیژن به مراقبت‌های ویژه نیاز پیدا می‌کند.

موسسه روبرت کخ اطلاعاتی گردآوری کرده که در برگیرنده اولین نشانه‌های ابتلا به بیماری تا زمانی است که فرد به دلیل وخامت وضعیت جسمانی‌اش در بیمارستان بستری می‌شود. برای بسیاری، پرسش این‌جاست که فرد مبتلا چه زمانی باید در بخش مراقبت‌های ویژه بستری شود. سه عامل تعیین‌کننده در روند بیماری کووید ۱۹ وجود دارد.

کریستین دروستن، ویروس‌شناس برجسته المانی می‌گوید مقدار ویروسی که وارد بدن فرد شده و میزان نفوذ آن به‌عمق دستگاه تنفسی نقش مهمی در روند بیماری دارد. آزمایش‌هائی که در این زمینه صورت گرفته نشان می‌دهد حیواناتی که در معرض چند ذره ویروس معلق در هوا قرار گرفتند، ویروس در بدن‌شان تکثیر شده اما بیمار نشدند.

نتایج یک پژوهش در دانشکده علوم پزشکی دانشگاه بهشتی، نشان می‌دهد حدود ۵۰ درصد از بهبودیافتگان کرونا در تهران، دچار مشکلات روحی و روانی شده‌اند.

بنابراین تحقیق که خبرگزاری ایرنا آن را منتشر کرده، این مشکل در مردان شایع‌تر از زنان است.
بیش‌تر افرادی که دچار مشکلات روحی روانی شده‌اند بین ۴۰ تا ۵۰ سال سن داشته و عمدتا زیر دیپلم هستند.
حمید سوری، اپیدمیولوژیست و عضو کمیته مقابله با کرونا تهران بزرگ، در مصاحبه‌ای اعلام کرد که بیش از ۵۰ درصد از بیماران ترخیص شده، از مشکلات روحی و روانی رنج می‌برند و این موضوع علاوه بر این افراد، در میان کادر درمانی و بهداشتی نیز شایع شده است. علاوه بر وی، محمد حاتمی، رئیس سازمان نظام روان‌شناسی نیز درباره رشد اختلالات دوران پسا کرونا هشدار دارد و انجام مراقبت‌های سلامت روان برای این افراد را به‌صورت فوری، ضروری دانست.
حمید سوری در گفت‌وگو با ایرناپلاس درباره جزئیات این مطالعه می‌گوید: یک طرح تحقیقاتی از سوی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی انجام شد که در آن بالغ بر ۴ هزار بیمار مبتلا به کرونا که در یک ماه اخیر از بیمارستان ترخیص شده‌اند بر اساس شاخص‌های سازمان جهانی بهداشت در تهران بزرگ مورد مطالعه قرار گرفت. در این طرح تحقیقاتی، عوارض روانی ناشی از ابتلا به کرونا سنجیده شد که نتایج آن مشخص کرد نزدیک به ۵۰ درصد از ترخیص‌شدگانی که به دلیل ابتلا به کرونا در بیمارستان بستری بودند، از مشکلات روحی روانی شکایت دارند.
وزارت بهداشت ایران، روز سه‌شنبه ۱۶ اردیبهشت- ۵ مه، با ارائهٔ آخرین آمار رسمی در باره شیوع ویروس کرونا در این کشور، تصریح کرد که اعلام سیاهه شهرهای سفید از سوی این وزارت انجام نگرفته و سیاستی «متمرکز» به این منظور وجود ندارد. سخنگوی این وزارت گفت که «اگر قرار باشد وزارت بهداشت تصمیم گیری کند، می‌گوئیم کشور یک سال تعطیل شود، اما آیا بخش‌های دیگر مثل اقتصاد می‌توانند این موضوع را تحمل کنند.» وی تصریح کرد که «هنوز نمی‌دانیم با موج دومی در روزهای آتی مواجه هستیم یا خیر». او تاکید کرد که «اعلام سفید بودن شهرها به معنی عادی بودن وضعیت نیست.»
از سوی دیگر، مقامات محلی در ژاپن می‌گویند نتیجه دومین آزمایش کرونا بر روی یک زن ژاپنی که چند هفته پیش به این ویروس مبتلا شده و سپس بهبود یافته بود، مثبت بوده است.
این زن که راهنمای اتوبوس توریستی است، اولین شخص شناخته شده در ژاپن است که نتیجه دومین آزمایش کرونای وی مثبت بوده است.
در بیانیه مقامات محلی ژاپن آمده است که این زن که ساکن اوساکا است و در دهه چهارم زندگی خود قرار دارد، روز چهارشنبه در پی احساس درد گلو و قفسه سینه آزمایش داده است و نتیجه آزمایش او مثبت بوده است. اولین بار در اواخر ژانویه تشخیص داده شد که این زن به کرونا مبتلا شده است و او پس از بهبود، در یکم فوریه از بیمارستان ترخیص شد.
در چین نیز چندین مورد که نتیجه آزمایش دوم آن‌ها مثبت بوده گزارش شده است، اما گفته می‌شود این زن ژاپنی اولین مورد در خارج از چین است.
به این ترتیب، کووید ۱۹ یک بیماری خطرناک و مهلک با چهره‌هائی کاملا متفاوت است. ابتلا به این بیماری، پیامد آلودگی به ویروس کروناست. این ویروس می‌تواند به روش‌های مختلفی به بدن آسیب زند اما جان و زندگی انسان‌ها برای حکومت‌های جهان مهم نیست.
در چنین شرایطی، سیستم سرمایه‌داری جهانی و حکومت‌های سرمایه‌داری جهان، سود و سرمایه‌شان را بر جان آدمیزاد ترجیح داده‌اند. برای نمونه «شویبله» رئیس مجلس المان در مصاحبه‌ای بحث‌انگیز گفت که حفظ زندگی شهروندان اصل مطلق نیست و ما باید توازنی میان ریسک زندگی و وضعیت اقتصادی برقرار کنیم. در حال حاضر

فضا به‌سوی نارضایتی مردم پیش می‌رود و ما ممکن است که در انتها نتوانیم جان مردم را نجات دهیم و اقتصاد را هم متلاشی کنیم. این حرف را به عناوین مختلف شیخ حسن روحانی رئیس‌جمهوری اسلامی ایران و یا ترمپ رئیس‌جمهوری امریکا می‌گویند!

بیستم اردیبهشت[ثور] ۱۳۹۹ - نهم مه ۲۰۲۰