



برخاستن رادیکالیسم از دنده چپ

حوادث ۱۸ آخیر سال ۷۸، ناشی از قدرت‌نمایی یک جریان اپوزیسیون برانداز خارج از حاکمیت بود

۱۰



کنترل خانواده به جای اینترنتت خاص برای کودکان

کاربران در واکنش به راه‌اندازی اینترنت خاص، بر کنترل دسترسی کودکان توسط والدین و با تأکید کردند

۱۱



۸راهکار برای درمان ترافیک تهران

در نشست هم‌اندیشی نجبگان و کارشناسان با موضوع مشکلات ترافیکی و راه‌حل‌های کاهش آن مطرح شد

۱۲

همیشه در جامعه

دوشنبه ۲۰ تیر ۱۴۰۱ | ۱۱ خرداد ۱۴۳۱ | سال سی‌ام | شماره ۵۰۸۵۴



عکس:همشهری/سانا عادل

ابهام بر سر عوارض «طولانی‌مدت» کرونا

برخی از مبتلایان به کرونا با گذشت بیش از یک سال از بهبودی هنوز در گیر عوارضی مانند تنگی نفس، کاهش یا اختلال در حس بویایی و چشایی، ریزش مو و خستگی مداوم هستند. هنوز دلیل ماندگاری این عوارض مشخص نیست



گزارش: مریم سر خوش روزنامه‌نگار

از کار افتادن حس بویایی و چشایی، ریزش مو، احساس خستگی مداوم، تنگی نفس، اختلال خواب، تپش قلب، سرگیجه، احساس گزگز در انگشتان دست‌وپا، درد مفاصل و استخوان‌ها، اختلالات روحی – روانی و… تنها بخشی از شایع‌ترین عوارض لانگ‌کووید یا همان کووید طولانی است. آنها که از زیر دستگاه‌های رمدیتاتور بیرون آمده‌اند، چندین دوز داروی رمدسویور تزریق کرده‌اند، هفته‌ها در خانه بستری بوده‌ند، یا حتی کرونای خفیف‌تر اما طولانی‌تری گرفته‌اند، حالا ماه‌هاست که درگیر این عوارضند؛ عوارضی که قرار نبود تا این اندازه طولانی شود.

ماهیت ویروس کرونا درگیر کردن اندام‌های مختلف بدن افراد مبتلاست و این باعث شده تا بیماران پس از بهبودی، با عوارضی مواجه شوند که عمر ماندگاری برخی از آنها در تعدادی از بهبودیافتگان خفیف به بیش از یک سال هم رسیده است. عوارض جسمی یا روحی –روانی آن که متخصصان آن را کووید طولانی (لانگ کووید) نامیده‌اند. مطالعات هم به کووید-۱۹، حدود ۵۰درصد آنها حداقل یک عارضه شدید یا ملایم پس از بهبودی را در تنها مبتلایان به لانگ‌کووید که متخصصان و کارشناسان هم هنوز نمی‌دانند چه زمانی بهبودی آنها ایجاد خواهد شد و یا در چه شرایطی می‌توان از ابتلا به کووید طولانی جلوگیری کرد.



ایمنی‌شناسی و آلرژی ایران و ایمونولوژیست در مادرید اسپانیا، در سطح جهانی، روش‌های درمانی لانگ‌کووید یکی از دغدغه‌های متولیان حوزه سلامت است. به گفته او حدود ۳۰درصد از کسانی که به‌دلیل ابتلا به فرم شدید بیماری مجبور به بستری در مراکز درمانی شده‌اند، لانگ‌کووید را تجربه کرده‌اند و این آمار در افراد مبتلا به فرم‌های خفیف حدود ۷ تا ۸درصد بوده است. بیشترین عوارض هم از واریانت دلتا به‌چامنده و باعث شده تا برخی افراد حتی با وجود گذشت چندین ماه از بهبودی به‌دلیل اختلال حس بویایی و چشایی، ضعف جسمانی، ریزش مو یا درد در قفسه سینه مشکلات متعددی را در زندگی روزمرشان تجربه کنند. میلاتی درباره

لانگ کووید توضیحات بیشتری می‌دهد اما معتقد است: «هنوز مشخص نیست این عوارض ماندگار خواهد بود یا خیر و بهترین اقدام در شرایط کنونی رعایت پروتکل‌ها و تکمیل واکسیناسیون برای قطع زنجیره انتقال یسا جلوگیری از ابتلا به فرم شدید بیماری است که احتمال ابتلا به لانگ‌کووید را تقویت می‌کند.» او در گفت‌وگو با همشهری توضیحات بیشتری می‌دهد.

لانگ‌کووید چیست و عمر ماندگاری‌اش چقدر است؟

لانگ‌کووید عوارض ناشی از ابتلا به کووید-۱۹ پس از بهبودی است. کرونا یک عفونت‌التهابی ناشی از ویروس است اما عوارض به‌چامنده آن یا همان لانگ‌کووید پس از بهبودی فرد هم با او می‌ماند که ممکن است چند ماه یا بیشتر از یک‌سال ماندگار باشد. تنوعی از عوارض کووید-۱۹ بعد از بهبودی به‌صورت عینی (قابل مشاهده) و ذهنی (اختلالات روحی – ذهنی) وجود دارد که عوارض ذهنی، بیشتر در کودکان و عوارض عینی هم بیشتر در بزرگسالان بروز می‌کند. از کار افتادن حس بویایی و چشایی، ریزش مو، احساس خستگی، کوتاهی تنفس، تغییرات در حافظه (بیشتر در کودکان دیده می‌شود)، اختلال در خواب، تپش قلب، سرگیجه‌ها، احساس گزگز انگشتان دست و پا، درد در مفاصل و استخوان‌ها، افسردگی و اضطراب، درد در ناحیه گوش، شنیدن صدا، احساس بیماری در برخی افراد، درد در ناحیه معده، کاهش اشتها، سرفه، سردرد، گلودرد یا حتی راش در سطح پوست از جمله عوارضی هستند که افراد بعد از بهبودی یا آن مواجه شده‌اند.

اینکه گفته می‌شود علاوه بر کرونا،

واکسن‌ها هم در بروز و تقویت این عوارض مؤثر بوده و منجر به ماندگار شدن عوارض لانگ‌کووید شده‌اند، درست است؟

به هیچ عنوان واکسیناسیون علیه کرونا باعث ایجاد چنین عوارضی نبوده است. براساس مطالعات انجام شده، واکسن تا ۱۵درصد مانع از لانگ‌کووید در افراد مبتلا شده است. البته در موارد واکسن‌ها یا پلتفرم‌های مختلف (mRAN، وکتور، ریکامبت، ویروس ضعیف‌شده و…) عوارضی گزارش شده که متفاوت بوده‌اند اما مشابه عوارض لانگ‌کووید نیستند. حتی اگر واکسن‌ها را دارایی عرضه بدانیم این نکته مهمی است که در سویه اومیکرون و پیش‌بینی ضعیف شدن ویروس، یک مسئله باعث مدیریت این پاندمی سخت و مرگبار شد که آن هم واکسیناسیون بود. البته تمام دارو‌ها عوارض دارند و همه این عوارض در بروشور این محصول قید شده است. پس هیچ زمانی نمی‌توان ادعا کرد که داروی بدون عارضه وجود ندارد. واکسن هم از این شرایط مستثنی نیست، اما در شرایط فعلی اهمیت

استفاده از واکسن‌ها برای مدیریت بیماری در مقابل عوارض نسبتاً کم آنها را چیت دارد. ممکن است در برهه‌ای از زمان دارویی با عوارض بسیار بالا به تشخیص پزشکان مورد استفاده قرار بگیرد تا عامل خطر‌ساز برای انسان‌ها حذف شود. درباره واکسن‌ها هم همین اولویت در نظر گرفته شد. البته واکسن‌ها براساس پلتفرم مورد استفاده، عوارضی هم داشته‌اند. مثلاً در یک دوره درباره واکسن آسترانژکا، عارضه‌ای تحت عنوان TTS گزارش شد که منجر به ایجاد لخته خون در بدن می‌شد. میزان بروز آن بسیار کم بود و از هر ۰۰ هزار نفر در ۲ تا ۳آفر مشاهده می‌شد که همان عارضه هم در صورت تشخیص به موقع درمان پذیر بود. این در حالی است که عوارض مصرف استامینوفن نسبت به واکسن آسترانژکا بسیار بیشتر است اما به‌اندازه عارضه محدود این واکسن مورد توجه قرار ندارد. بیشترین تعداد واکسن‌های زده شده در دنیا هم آسترانژکا است و در این جمعیت وسیع، عوارض آن بسیار کم بوده است.

عارضه مشخص واکسن‌ها چیست و اگر با عوارض لانگ‌کووید هم‌زمان باشند، می‌تواند برای افراد مشکل‌ساز شود؟

درباره واکسن‌ها برخی عوارض زودرسند و برخی دیگر که بسیار نادرند، تحت عنوان دیررس مطرح می‌شوند. در حالی است که عوارض بدن درد، احساس شبه آنفلوآنزا و بدن درد است که طی ۴۸ تا ۷۲ساعت پس از تزریق برطرف می‌شوند. برخی عوارض مثل همان TTS در واکسن آسترانژکاست که ۴ تا ۲۰روز بعد از تزریق واکسن بروز می‌کند. یکی دیگر از عوارض بسیار نادر احساس درد در ناحیه قفسه سینه است که با عنوان سکنه قلبی پس از تزریق واکسن مطرح می‌شود اما تعداد آنها به‌دلیل تریق واکسن باشد و هر عامل دیگری هم منجر به بروز این سکنه خواهد شد. خود واکسن‌ها به‌دلیل اینکه پلتفرم‌های غیرفعال شده سیستم دفاعی را تحریک می‌کند باعث نوعی التهاب در بدن هستند که می‌تواند در برخی افراد باعث ایجاد لختگی خون هم بشود اما بروز همین عارضه هم بسیار کم گزارش شده است. به این عوارض لانگ‌کووید نمی‌گویند بلکه عوارض دیررس یا زودرس واکسن‌ها هستند. درباره عوارض دیررس اگر مداخلات پزشکی صورت بگیرد کاملاً قابل درمان خواهند بود و جای نگرانی وجود ندارد. نکته مهم این است که واکسن‌ها به‌شرا از شر پاندمی کووید-۱۹ نجات داد آن هم با تلفات کم. این پاندمی بدون واکسن‌ها می‌توانست چندین برابر تلفاتی را که اکنون ثبت شده رقم بزند. البته باید بررسی کرد که کدام‌یک از عوارض لانگ‌کووید با عوارض واکسن‌ها هم‌پوشانی پیدا می‌کند. اگر این مسئله درباره عوارض دیررس و نادر رخ دهد می‌تواند مخاطره‌آمیز باشد اما جای نگرانی ندارد چرا که به هیچ عنوان شایع نیست و با مداخلات زودهنگام هم قابل درمان

خواهند بود.

کدام‌یک از عوارض لانگ‌کووید

تاکنون بیشتر شایع بوده است؟

مطالعات انجام‌شده درباره لانگ‌کووید زیاد است. هم از نظر پاتوبیولوژی و هم شیوع و درمان آنها جمعیت‌های متنوعی مورد مطالعه قرار گرفته‌اند. بیشترین عوارض شایع آن هم از دست رفتن یا کاهش حس بویایی و چشایی، ریزش مو و درد درباره واکسن آسترانژکا، عارضه‌ای تحت عنوان TTS گزارش شد که منجر به ایجاد لخته خون

در بدن می‌شد. میزان بروز آن بسیار کم بود و از هر ۰۰ هزار نفر در ۲ تا ۳آفر مشاهده می‌شد که

همان عارضه هم در صورت تشخیص به موقع

درمان پذیر بود. این در حالی است که عوارض مصرف استامینوفن نسبت به واکسن آسترانژکا بسیار بیشتر است اما به‌اندازه عارضه محدود این واکسن مورد توجه قرار ندارد. بیشترین تعداد واکسن‌های زده شده در دنیا هم آسترانژکا است و در این جمعیت وسیع، عوارض آن بسیار کم بوده است.

عارضه مشخص واکسن‌ها چیست

و اگر با عوارض لانگ‌کووید هم‌زمان باشند، می‌تواند برای افراد مشکل‌ساز شود؟

درباره واکسن‌ها برخی عوارض زودرسند و برخی

دیگر که بسیار نادرند، تحت عنوان دیررس مطرح می‌شوند. در حالی است که عوارض بدن درد، احساس شبه آنفلوآنزا و بدن درد است که طی ۴۸ تا ۷۲ساعت پس از تزریق برطرف می‌شوند. برخی عوارض مثل همان TTS در واکسن آسترانژکاست که ۴ تا ۲۰روز بعد از تزریق

واکسن بروز می‌کند. یکی دیگر از عوارض بسیار نادر احساس درد در ناحیه قفسه سینه است که با عنوان سکنه قلبی پس از تزریق واکسن مطرح می‌شود اما تعداد آنها به‌دلیل تریق واکسن باشد و هر عامل دیگری هم منجر به بروز این سکنه خواهد شد. خود واکسن‌ها به‌دلیل اینکه پلتفرم‌های غیرفعال شده سیستم دفاعی را تحریک می‌کند باعث نوعی التهاب در بدن هستند که می‌تواند در برخی افراد باعث ایجاد لختگی خون هم بشود اما بروز همین عارضه هم بسیار کم گزارش شده است. به این عوارض لانگ‌کووید نمی‌گویند بلکه عوارض دیررس یا زودرس واکسن‌ها هستند. درباره عوارض دیررس اگر مداخلات پزشکی صورت بگیرد کاملاً قابل درمان خواهند بود و جای نگرانی وجود ندارد. نکته مهم این است که واکسن‌ها به‌شرا از شر پاندمی کووید-۱۹ نجات داد آن هم با تلفات کم. این پاندمی بدون واکسن‌ها می‌توانست چندین برابر تلفاتی را که اکنون ثبت شده رقم بزند. البته باید بررسی کرد که کدام‌یک از عوارض لانگ‌کووید با عوارض واکسن‌ها هم‌پوشانی پیدا می‌کند. اگر این مسئله درباره عوارض دیررس و نادر رخ دهد می‌تواند مخاطره‌آمیز باشد اما جای نگرانی ندارد چرا که به هیچ عنوان شایع نیست و با مداخلات زودهنگام هم قابل درمان

با ماندگاری چند ماهه است و اگر دسترسی به داروهای مورد تأیید وجود ندارد، باید صبوری بیشتری وجود داشته باشد تا درمان شود. برخی عوارض از جمله اختلال در عادات ماهانه زنانه و ریزش مو هم با گذشت زمان با گذشت به حالت طبیعی مشاهده شده است. اما درباره دیگر عوارض از جمله ماندگاری درد در قفسه سینه و نفس تنگی با توجه به تداخل آنها با برخی بیماری‌های قلبی –عروقی ضرورت دارد که حتماً به پزشک مراجعه شود. دردهای استخوانی هم همانطور که می‌دانیم در بیماری‌های کووید به‌ویژه ابتلا به فرم شدید بیماری، این دردها پس از بهبودی ایجاد می‌شود اما با گذشت زمان بهبودی پیدا می‌کند.

میزان این عوارض عموماً چقدر است؟
میزان این عوارض عموماً چقدر است؟
سویه کرونا بیشتر و کدام‌یک کمتر بوده است؟
بیشترین عوارض لانگ‌کووید به‌دلیل شدت و درگیری بالا در نواحی پایین سیستم تنفسی در واریانت دلتا وجود داشته است. در واریانت اومیکرون هم به‌دلیل اینکه قسمت‌های فوقانی سیستم تنفسی را درگیر می‌کرد و حتی زیر سویه‌های آن از جمله BA2 با وجود قدرت سرایت، بیماری‌زایی شدیدی نداشته است. لانگ‌کووید کمتر دیده می‌شود. بیماران مبتلا به اومیکرون کمتر از درگیری سیستم بویایی هنگام ابتلا مواجه شده‌اند و این مسئله باعث شده که بر عکس واریانت دلتا، عارضه ضایع از دست رفتن حس بویایی و چشایی در سویه اومیکرون کمتر دیده شود و تاکنون بیشترین موارد ابتلا به لانگ‌کووید به همان واریانت دلتا و سپس دیگر سویه‌ها مربوط است.

چه روش‌های درمانی برای این افراد به‌ویژه کسانی که حس بویایی و چشایی خود را به‌مدت طولانی از دست داده‌اند، مطرح شده است؟

از دست رفتن یا کاهش حس چشایی و بویایی یکی از عوارض شایع لانگ‌کووید است. در یک مطالعه با استفاده از قطره‌های ویتامین «ا» با غلظت خاص که برای داخل بینی تهیه شده، بهبودی در افرادی که حس بویایی‌شان را به‌مدت طولانی از دست داده‌اند، دیده شده است.

این قطره در برخی کشورها در حال استفاده است، اما نمی‌دانم که در ایران هم وجود دارد یا خیر. به هر حال جزو مطالعاتی است که در رفع اختلالات بویایی لانگ‌کووید مؤثر بوده است. از نسوی دیگر ویتامین B، خصوصاً B1 هم در ترمیم اعصاب می‌تواند مؤثر باشد و در این باره مورد استفاده قرار گرفته است که البته مصرف آن باید با تجویز پزشکان صورت بگیرد. به هر حال این اختلالات بویایی و چشایی با هر عارضه دیگری در لانگ‌کووید، در برخی افراد کوتاه‌مدت

نکته

چه گروه‌هایی در معرض لانگ‌کووید قرار دارند؟

دلایل ابتلا به کووید

طولانی (لانگ‌کووید)

هنوز هم برای

متخصصان حوزه

سلامت مهم است.

مطالعات دقیقی هم

درباره اینکه چگونه

می‌توان از افزایش موارد

ابتلا به لانگ‌کووید

جلوگیری کرد، وجود

ندارد اما به گفته

کارشناسان، ۶گروه از

افراد پس از ابتلای اولیه

به عفونت ویروس کرونا

بیشتر در معرض خطر

ابتلا به کووید طولانی

هستند.

ابتلای چندباره

گفته می‌شود افرادی که به‌طور مکرر به کووید-۱۹ مبتلا شده‌اند، بدون در نظر گرفتن شدت بیماری، در معرض خطر ابتلا به کووید طولانی هستند. نتایج یک مطالعه نشان داد خطر ابتلا به لانگ‌کووید با هر بار عفونت مجدد افزایش پیدا می‌کند.

ابتلا به نوع حاد

براساس مطالعه‌ای که اخیراً منتشر شده، به‌نظر می‌رسد کووید طولانی احتمالاً در میان افرادی که بار ویروسی بیشتری در زمان ابتلا به عفونت حاد داشته‌اند، ایجاد می‌شود.

بیمارانی با آنتی‌بادی‌های خودایمنی

بررسی‌ها نشان داده چگونه بیمارانی که آنتی‌بادی‌های خودایمنی دارند، بیشتر در معرض خطر ابتلا به کووید طولانی قرار دارند. کارشناسان تعداد فزاینده‌ای از آنتی‌بادی‌های را در خون این افراد مشاهده کرده‌اند، اما هنوز مشخص نیست که چگونه و چرا چنین است.

بیماران مبتلا به ویروس ایتس‌تین بار

بنا بر اعلام مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها در ایالات متحده (CDC) بسیاری از مردم این کشور در دوران کودکی به این ویروس آلوده می‌شوند. ایتس‌تین بار می‌تواند باعث سندروم خستگی مزمن شود که علائمی شبیه به کووید طولانی دارد.

بیماران با علائم عصبی

شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد افرادی که علائم عصبی مانند سردردهای شدیدی را در طول عفونت حاد کرونا تجربه می‌کنند، می‌توانند طولانی مدت به کووید-۱۹ مبتلا شوند. ثورون‌های آسیب‌دیده از سوی کروناویروس باعث ایجاد علائم طولانی‌مدت مانند تنگی نفس و خواب‌آلودگی می‌شوند.

افراد واکسینه نشده

اگرچه درباره اینکه آیا واکسن‌های کووید-۱۹ می‌توانند خطر ابتلای کووید طولانی را کاهش دهند یا خیر داده‌اند، متناقضی وجود دارد اما بسیاری از کارشناسان معتقدند که واکسن به کاهش عوارض جدی ناشی از ویروس کمک می‌کند.

منبع: مجله فورچون (Fortune)

سلامت

ابتلا به کرونا ۴رقمی شد، مرگ ۲رقمی

با افزایش دوباره موارد ابتلا و بستری در کشور، متخصصان به استفاده از ماسک و تزریق واکسن تأکید کردند

زیرسویه‌های جدید اومیکرون (BA4، BA5) با علائم از جمله تب، خستگی، سردرد، بدن‌درد، سرفه، آبریزش بینی، التهاب گلو و گلودرد، خس‌خس و سسگینگی سینه و علائم گوارشی از جمله اسهال، آمار ابتلا به کرونا را در کشور افزایش داده است. بیشترین آمار اعلام شده از سوی وزارت بهداشت برای ابتلا و مرگ طی یک ماه گذشته برای دپریوز ثبت شد و بیماران بستری کووید ۱۹ هم در ۱۶ استان کشور افزایش پیدا کرد. شهرستان‌های قرمز (۴شهر) و نارنجی (۱۴شهر) هم به نقشه رنگ‌بندی کشور برگشته‌اند. موارد ابتلا اوایل هفته گذشته ۳رقمی بود و حالا به ۲۳۷۵مبتلای جدید رسیده است. پس از گذشت دو ماه مرگ‌های تک‌رقمی هم متوقف شده و در ۲۴ساعت گذشته ۰ نفر جان خود را به‌دلیل ابتلا به کرونا از دست دادند. بخش‌های اورژانس مراکز درمانی هم با افزایش مراجعات بیماران مشکوک به کرونا مواجه شده‌اند و تهران در هفته‌ای که گذشت در صدر بیشترین موارد بستری در مقایسه با سایر استان‌های کشور قرار گرفت. علیرضا زالی، فرمانده عملیات مدیریت بیماری کرونا در تهران در این باره می‌گوید: «میزان مراجعات به مراکز بهداشتی و درمانی تهران با علائم مشکوک کرونا افزایش پیدا کرده و در موارد بستری هم به‌تدریج آمار تهران در حال تغییر است. پیش‌بینی می‌شود در هفته‌های آینده شاهد موج‌های جدیدی از ویروس باشیم.» این در حالی است که رعایت پروتکل‌های بهداشتی در کشور با کاهش شدید همراه شده و به تأکید متخصصان استفاده از ماسک به ۱۰درصد رسیده است. آنها معتقدند عادی‌نگاری‌های القا شده به جامعه در کاهش رعایت پروتکل‌ها تأثیر داشته و باید با توجه به افزایش موارد ابتلا در کشورهای همسایه از یک ماه گذشته تاکنون، نظام مراقبت در کشور نسبت به بروز موج جدید بیماری آگاهانه‌تر رفتار می‌کرد و رصدهای مرزی و غربالگری بیماران، تقویت می‌شد. حمید سوری، اپیدمیولوژیست در این باره به همشهری می‌گوید: «در بحث رصد و بیماریابی ما رتبه مناسبی در دنیا نداریم. ایران در میان کشورهای دنیا از نظر تست در هر یک میلیون نفر، رتبه ۱۱۸ را دارد و بسیاری از موارد ابتلا را پیدا نمی‌کنیم.» او معتقد است ارزیابی وضعیت بیماری براساس مرگ و بستری شاخص‌های درستی برای تحلیل وضعیت اپیدمی نیست و این نوسانات مرگ تا زمانی که اپیدمی حذف و ریشه‌کن نشود، وجود خواهند داشت. «در حالی

که ثبت روزهای با صفر مرگ ناشی از کووید ابراز شادمانی کردیم که این شاخص‌ها و آمار نوسانی باعث می‌شود که جامعه دچار عادی‌نگاری شده احتمالی موارد ابتلا و مرگ کاهش، در نخستین روز اعلام صفر مسورد مرگ، ۶۳۱کشور دیگر زودتر از ما صفر مورد مرگ را گزارش کرده بودند و بار دوم هم هم‌زمان با ایران ۱۳۱۷کشور دیگر صفر مرگ کووید داشتند. ذوق‌زدگی غیرعلمی در چنین مواردی شاید تأثیر مثبت گذرا در سطح جامعه داشته باشد ولی با گذشت زمان، موجب بی‌اعتمادی مردم می‌شود و همراهی آنها در رعایت پروتکل‌های بهداشتی را سخت‌تر می‌کند.» البته با توجه به افزایش موارد ابتلا، عباس شیراژون، سخنگوی ستاد ملی مقابله با کرونا از الزامی شدن استفاده از ماسک در شهرهای قرمز و نارنجی خبر می‌دهد. او در مصحبت توپیک خود نوشت: «با توجه به افزایش موارد ابتلا، بستری و سرپایی، استفاده از ماسک در کلیه فضاهای باز و سر پوشیده در شهرهای قرمز و نارنجی ضروری است و در شهرهای آبی و زرد هم مردم باید در نقاط سر پوشیده یا پر ازحام از ماسک استفاده کنند.» شیراژون همچنین بر تزریق واکسن یادآور تأکید کرده است: «تزریق توپ یادآور واکسن در کشورهای مختلف باعث کاهش موارد ابتلا به بیماری کرونا شده است. این کاملاً دانشمند و زمان‌بندی از تزریق واکسن گذشته، مجدداً موارد ابتلای فراوان گزارش شده است.» از نسوی دیگر حمید فدایی، عضو کمیته علمی کشوری مقابله با کرونا هم نسبت به مسری‌تر و واکسن‌گر‌ب‌تر بودن زیرسویه‌های BA4 و BA5اومیکرون هشدار می‌دهد. او به ایسنا گفته «هم‌اکنون کرونا در کشور در حال افزایش است و هم به‌نظر می‌رسد که به‌دنبال افزایش موارد بیماری در کشورهای همسایه، موارد ابتلا جدیدی افزایش شده است. مثالی واضح آن کشور ترکیه است که مدت‌هاست برای جذب توریست اعلام کرده که نیازی به استفاده از ماسک نیست. در هوپاما و فرودگاه‌های این کشور کسی ماسک نمی‌زند و شرایط مناسب برای انتقال کرونا فراهم است.» عمادی با بیان اینکه موارد سرپایی ناشی از بیماری و بستری در کشور افزایش پیدا کرده، تأکید می‌کند: «بارند موجود، به‌احتمال زیاد در هفته آینده موارد مرگ‌ومیر هم افزایش خواهد داشت و امیدواریم که شرایط مانند شرایط شیوع دلتا نشود. این اتفاق تا زمانی رخ می‌دهد که همین زیرسویه‌ها وجود داشته باشند، اگر ویروس جهش جدیدی داشته باشد، ممکن است شرایط متفاوت شود. در این مقطع لازم است که افرادی که تاکنون واکسن تزریق نکرده‌اند، واکسن بزنند و سایر افراد هم نسبت به تکمیل واکسیناسیون خود اقدام کنند. همچنین کسانی که ۶ماه از تزریق واکسن‌شان گذشته‌اند، دوز یادآور را تزریق کنند.»