عدة أمور تساعد بتقليل خطر الإصابة بكورونا الحاد!

ويُعتقد أن زيادة الرطوبة في الهواء بين فم الشخص وقناعه، تساعد جسم مرتديه على إزالة الجزيئات الفيروسية من الممرات الهوائية.

ووجد خبراء من معاهد الصحة الوطنية الأمريكية (NIH)، أن الرطوبة التي يسببها القناع تعمل على ترطيب الجهاز التنفسي وتسمح بتنظيف المخاط المصاب، ما يمنعه من الوصول إلى الرئتين حيث يمكن أن يسبب ضررا ويؤدي إلى حالات خطيرة من "كوفيد".

وشرع فريق المعاهد الوطنية للصحة في معرفة المزيد عن الأبحاث السابقة، التي وجدت أن الأشخاص الذين يرتدون أقنعة غالبا ما تكون لديهم أشكال أقل خطورة من "كوفيد-19".

وقال الدكتور أدريان باكس، المعد الرئيسي للدراسة الجديدة: "ثبت أن مستويات الرطوبة العالية تخفف من شدة الإنفلونزا، وقد تكون قابلة للتطبيق على شدة "كوفيد-19" من خلال آلية مماثلة''.

واختُبرت أربعة أقنعة لمعرفة مدى تأثيرها على مستوى الرطوبة.

وقام أحد المتطوعين بالزفير في صندوق سعة 95.3 لترا، بينما لا يرتدي قناعا، وقناع N95 وقناع جراحي، وقناع من طبقتين من القطن والبوليستر، وقناع قطن ثقيل.

وقُضي على أي تسرب حول حواف القناع عن طريق تركيب رغوة مطاطية عالية الكثافة حول القناع وعلى وجه المتطوع. وجرى قياس محتوى الماء في الهواء في كل حالة للكشف عن كمية الماء التي يحبسها القناع.

وأخذت قراءات الرطوبة عند ثلاث درجات حرارة: 8 درجة مئوية و22 درجة مئوية و37 درجة مئوية.

وكتب المعدون في الورقة البحثية: "إن قدرة أنواع مختلفة من الألياف الاصطناعية والطبيعية على امتصاص الماء تعتمد بشدة على درجة الحرارة. والألياف الطبيعية مثل الصوف والقطن والحرير فعالة بشكل خاص في امتصاص الماء، في حين أن ألياف البوليستر أو النايلون الاصطناعية تفعل ذلك بدرجة أقل بكثير".

وفي درجة حرارة الغرفة، زاد القناع الجراحي من رطوبة الهواء المستنشق بأكثر من الثلث (38%)، في حين زادت الأغطية N95 والأغطية القطنية المصنوعة من البوليستر من محتوى الماء في الهواء المستنشق، بنسبة تصل إلى 60%.

ووجد الباحثون أن الأقنعة القطنية الثقيلة أدت إلى تضاعف رطوبة الهواء المستنشق.

وقال الدكتور باكس: "إن زيادة مستوى الرطوبة هو شيء ربما يشعر به معظم مرتدي الأقنعة دون أن يتمكنوا من التعرف عليه، ودون إدراك أن هذه الرطوبة قد تكون جيدة بالفعل بالنسبة لهم".

وأضاف الدكتور غريفين رودجرز، مدير المعهد الوطني للسكري والجهاز الهضمي والكلى التابع للمعاهد الوطنية للصحة: "حتى مع بدء تلقيح المزيد من الناس على مستوى البلاد، يجب أن نظل يقظين بشأن القيام بدورنا لمنع انتشار فيروس كورونا الذي يسبب "كوفيد-19"'. ويدعم هذا البحث أهمية ارتداء القناع كطريقة بسيطة وفعالة لحماية الأشخاص من حولنا ولحماية أنفسنا من عدوى الجهاز التنفسي، خاصة خلال أشهر الشتاء هذه عندما تزداد القابلية للإصابة بهذه الفيروسات.

المصدر: ديلي ميل