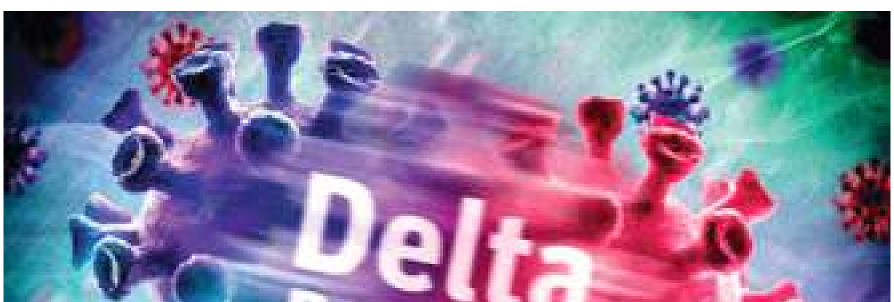
ලංකාදීප සුව සෙවණ

අලුතෙන් ආපු ඩෙල්ටා බොහොම සැරයි

ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර විශ්ව විද්‍යාලයේ අසාත්මිකතා හා ප්‍රතිශක්ති විද්‍යා හා සෛල ජෛව විද්‍යා ආයතනයේ අධ්‍යක්ෂ, ආචාර්ය

චන්දිම ජීවන්දර



- **පැතිරීම වේගවත්**
- **රෝග ලක්ෂණවලත් වෙනසක්**
- **ආරක්ෂා වෙන්න සෞඛ්‍ය පිළිවෙත් අනුගමනය අත්‍යවශ්‍යයි**

ඉන්දියාවේ ශීඝ්‍රයෙන් පැතිර යන කොරෝනා ඩෙල්ටා ප්‍රභේදය හෙවත් B.1.617.2 මෙරටේ නිරෝධායන මධ්‍යස්ථානයකින් නොවන තැනකින් පසුගියදා වාර්තා වී තිබුණි. ලංකාවේ ඩෙල්ටා ප්‍රභේදයට අමතරව අප්‍රේල් මාසයේ සිට මේ දක්වා තවමත් බහුලව පැතිර ඇත්තේ එංගලන්ත ප්‍රභේදයයි. ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය මගින් මේවා හඳුන්වා දී ඇත්තේ ගැටලුකාරී ප්‍රභේද වශයෙනුයි. එබඳු ප්‍රභේද 04ක් ඇත.

- ඇල්ෆා (එංගලන්ත ප්‍රභේදය)
- බීටා (දකුණු අප්‍රිකානු ප්‍රභේදය)
- ගැමා (බ්‍රසීල ප්‍රභේදය)
- ඩෙල්ටා (ඉන්දීය ප්‍රභේදය)

වැඩිපුර අවධානයට යොමු කළ යුතු ඉහත ප්‍රභේදවලින් මෙරටින් තුනක් වාර්තා වී ඇත. ඒ වැඩිපුරම රෝගීන් වාර්තා වෙන ඇල්ෆා ප්‍රභේදය සහ ඩෙල්ටා ප්‍රභේදයි.

පරණ රැල්ලට හේතුවූ සියලුම ප්‍රභේද බොහෝවිට ලංකාව තුළ ඇති ප්‍රභේද නොවේ. පිටරටවල සිට පැමිණි පුද්ගලයන් ආසාදිතයන් වීම නිසා මෙරටට පැමිණි ප්‍රභේදයි. සංචරණ සීමා පනවා රට හුදෙකලා කළ නිසා මේ කිසිම ප්‍රභේදයක් රට තුළ ව්‍යාප්ත නොවී සමනය විණි. පෑලියගොඩ මත්ස්‍ය වෙළෙඳ සංකීර්ණය ආශ්‍රිතව පැතිර ගිය දෙවැනි රැල්ලේදී හමුවූ ප්‍රධාන වයිරස් ප්‍රභේදය ශ්‍රී ලාංකික ප්‍රභේදයයි. එය ඉතා බහුලව මාර්තු අග සිට අප්‍රේල් මාසය මුල වනතෙක් පැතිරුණු ප්‍රභේදයයි. මෙහි විශේෂ ලක්ෂණ නම් රෝග ලක්ෂණ ඉතාමත් අඩුවෙන් පෙන්නුම් කිරීමයි. ඒ අනුව උණ, කැස්ස, ඇඟපත වේදනාව, ගඳ සුවඳ නොදැනීම ආදිය වාර්තා විය. අප්‍රේල් මැද වනවිට මෙරටේ වාර්තා වෙන රෝගීන්ගේ වැඩි වීමත්, රෝගීන් නියුමෝනියා තත්ත්වයට පත් වීමත් වැඩි වීම නිසා කළ පරීක්ෂණවලින් ලංකා ප්‍රභේදයත්, ඇල්ෆා ප්‍රභේදයත් වාර්තා විණි. මේ ප්‍රභේද දෙකෙහි රෝග ලක්ෂණ සමානය. ඇල්ෆා ප්‍රභේදයේ රෝග ලක්ෂණ පෙන්වන රෝගීන්ගේ රෝග ලක්ෂණවල වැඩිවීමක් පෙන්වීය. ඒ අනුව උණ, කැස්ස, ගඳ සුවඳ නොදැනීම වැනි ලක්ෂණ ඇතිවිය.

විද්‍යාඥයන් පෙන්වන පරිදි ඇල්ෆා සහ ශ්‍රී ලංකානු ප්‍රභේදයට අමතරව ඩෙල්ටා ප්‍රභේදය නිසා ඇතිවන රෝග ලක්ෂණවල යම් වෙනස්කමක් පවතී. විශේෂයෙන් හිසරදය සහ සොටු දියර ගැලීම වැනි රෝග ලක්ෂණවල වැඩි වීමක් දක්නට ඇත. බොහෝ විට ඩෙල්ටා ප්‍රභේදය ආසාදිත වීම නරක හෙම්බිරිස්සා තත්ත්වයක් මෙන් සිරුරට දැනිය හැකිය. පෙර ප්‍රභේදවලදී සොටු දියර ගැලීම දක්නට නොලැබුණු අතර ඩෙල්ටා ප්‍රභේදයේදී එම තත්ත්වය සුලබව පෙන්නුම් කෙරිණ. ඩෙල්ටා ප්‍රභේදය ගැන මේ දිනවල පරීක්ෂණ මට්ටමේ පවතින බැවින් ව්‍යාප්තිය ගැන නිශ්චිත තොරතුරක් තවම කිව නොහැකිය. මෙම ප්‍රභේදය දිවයිනේ තවත් පැතිර ඇතිදැයි සෙවීමට තවත් පරීක්ෂණ වටයක් ඉදිරි සතියේදී ඇරැඹීමට නියමිතය. ජාන විශ්ලේෂණ තාක්ෂණය සඳහා මෙතෙක් භාවිත කළ ඉලුමිනා තාක්ෂණය මෙන්ම ඔක්ස්ෆර්ඩ් නැනෝ තාක්ෂණය ප්‍රථම වතාවට මේ සඳහා යොදා ගැනීමට නියමිතය.

දැනට වාර්තා වී ඇති ප්‍රභේදවල ව්‍යාප්තිය ගැන කතා කළොත් ශ්‍රී ලාංකීය ප්‍රභේදයට වඩා සියයට පනහක ප්‍රතිශතයකින් ඇල්ෆා ප්‍රභේදය ව්‍යාප්ත වේ. ඇල්ෆා ප්‍රභේදයට සාපේක්ෂව සියයට පනහක වේගයකින් ඩෙල්ටා ප්‍රභේදය ව්‍යාප්ත වේ.

ශ්‍රී ලාංකීය ප්‍රභේදයට වඩා වැඩියෙන් ඩෙල්ටා ප්‍රභේදයේ රෝග ලක්ෂණ පෙන්වයි. රෝගය දරුණු වීමේ හැකියාව ද වර්ධනය වේ.

චීනයේ වාර්තා වූ මූලික වයිරසයට ගැළපෙන ආකාරයට එන්නත් සාදා තිබේ. විවිධ විකෘති එනවිට ඒවාට එන්නත්වල බලපෑම කෙතරම් දුරට ගැළපේද යන්න ලෝක අවධානයයි. විකෘතිතා මතු වීමත් සමග එන්නත්වල ක්‍රියාකාරීත්වය මින් අපේක්ෂා කෙරේ. ඒ අනුව ඇල්ෆා ප්‍රභේදය ආශ්‍රිතව සිදු කළ සියලුම පරීක්ෂණ මේ වනවිට අවසන් නිසා දැනට මෙරටේ භාවිත වූ ප්‍රධානතම එන්නත් ඇල්ෆා ප්‍රභේදයට වඩාත් කාර්යක්ෂමව කටයුතු කර ඇත. එහෙත් ඩෙල්ටා ප්‍රභේදය සම්බන්ධයෙන් ගැටලුකාරී තත්ත්වයක් මතු වී ඇත. විශේෂයෙන් මේ සම්බන්ධයෙන් ඇස්ට්‍රාසෙනිකා සහ ෆයිසර් එන්නත් අධ්‍යයනය කර ඇති අතර මාත්‍රා දෙකම ලබාගෙන නොමැතිනම් ආරක්ෂාව අඩු ය. දළ වශයෙන් අගයක් ගතහොත් තනි මාත්‍රාවකින් සියයට තිස්තුනක පමණ ආරක්ෂාවක් සැපයේ. මාත්‍රා දෙකම ලබාගැනීම තුළ ෆයිසර් එන්නතෙන් සියයට අසූඅටකුත් ඇස්ට්‍රාසෙනිකා සියයට හැටක ආරක්ෂාවකුත් සැපයේ. ඒ අනුව බලන විට තනි මාත්‍රාවේ ආරක්ෂාව කිසිසේත්ම ප්‍රමාණවත් නොවේ. එක මාත්‍රාවක් ලබාගත් අය මාත්‍රා දෙකම ලබාගත් පුද්ගලයන්ට වඩා වැඩි අගයක් ගැනීම කොරෝනා විවිධ ප්‍රභේද හමුවේ උපරිම ආරක්ෂාව කියන කාරණය සැපිරීමට අපොහොසත් වනු ඇත.

මේ වනවිට සංචරණ සීමා පනවා ඩෙල්ටා ප්‍රභේදය හමු වුණු රෝගීන් වාර්තා වූ ප්‍රදේශ හුදෙකලා කර ඇති හෙයින් ව්‍යාප්තියේ බලපෑම බොහෝ දුරට අඩු වනු ඇති බවට නිගමනය කළ හැකිය. එහෙත් එය සියයට සියයේ විශ්වාසයෙන් පැවසිය නොහැකිය. ලෝක ව්‍යාප්තිය හා සැසඳීමේදී ආසාදිතයන්ගේ වර්ධනයක් පෙන්නුම් කළ හැකිය. එංගලන්තය, ඇමෙරිකාව, සිංගප්පූරුව, ඉන්දියාව ගත්ත ද චීනය, ඕස්ට්‍රේලියාව ගත්ත ද ශීඝ්‍රයෙන් ඩෙල්ටා ප්‍රභේදය ව්‍යාප්ත වෙමින් පවතී. එක තැනකින් පටන්ගෙන සමනය නොවී ඉතා වේගවත්ව සැම තැනම මෙය පැතිරීම සුලබව සිදුවේ. රෝගය බෝවීමේ හැකියාව ඉතා වැඩි නිසා පැතිරීමත් ශීඝ්‍රයෙන් වැඩි වේ.

මේ දරුණු ප්‍රභේදවලින් බේරීමට අනුගමනය කළ යුතු සෞඛ්‍ය මාර්ගෝපදේශ මූලික කරුණු 06ක් යටතේ දැක්විය හැකිය.

එන්නත්කරණය සඳහා අවස්ථාවක් ලැබෙන මුල් අවස්ථාවේදීම නොබියව එය ලබාගන්න.

බොහෝවිට විවිධ හේතු දක්වමින් එය මගහැරීමට කටයුතු කරන අයුරු අපට දක්නට ලැබේ. අවුරුදු 60ට වැඩි වයස්ගත පුද්ගලයන්ට සංකූලතා වැඩි වීමත් සමඟ කොරෝනා ආසාදනය වුවහොත් දරුණු විය හැකිය. ලංකාවේ මිය යන පුද්ගලයන්ගේ ප්‍රතිශතය වැඩිවීමත් නිසා එන්නත් මාත්‍රා දෙකම ලබාගැනීම අනිවාර්ය වේ.

අනවශ්‍ය ආකාරයෙන් ගමන් බිමන් යාමෙන් වළකින්න. නිවසින් පිටතදී අඩි හයේ පරතරය රැක ගන්න. සමාජ දුරස්ථභාවයට මුල් තැන දෙන්න. නිවැරැදි ආකාරයෙන් මුහුණු ආවරණ පලඳින්න. නිතරම සබන් සහ විසබීජ නාශක දියර යොදා දෑත් සෝදන්න.

සංවෘත ස්ථානයක ඔබට සිටීමට සිදු වුවහොත් දොර ජනෙල් විවෘත කළ හැකි හොඳින් වාතාශ්‍රය පිටතට යන ස්ථානයක් නම් වඩා සුදුසුය. නොදැනුම්වත්ව හෝ කොරෝනා ආසාදිතයකු පැමිණියහොත් වාතය සංචරණය වීම මත ඔබට රෝගය බෝ වීමේ හැකියාව අඩු වේ.

ඉහත සියලුම කරුණු කාරණා සැපිරීමෙන් වැළඳීමේ සම්භාවිතාවේ අඩු වීමක් මිස මුළුමනින්ම වැළකීමක් නොවනු ඇත. වසංගත තත්ත්වයක ස්වභාවය නම් එයයි. වයරසයක් හැමවෙලේදීම ව්‍යාප්තියට උත්සාහ දරන බැවින් මහජනතාව ලෙස විනයගරුකව ජීවත් වී වසංගතය මැඩලීමට උත්සාහ දැරීම සිදු කළ යුතුය. සංචරණ සීමා පනවා තිබියදීත් බොහොමයක් දෙනා නිවසින් පිටතට යාම වැඩිපුර සිදු කරන්නේ නම් සෞඛ්‍ය උපදෙස් පිළි නොපදින්නේ නම් වසංගත තත්ත්වය මීටත් වඩා දරුණු වී අසුබ මතක ගොන්නක් පමණක් ඉතිරි වනු ඇත.

සටහන - මාධවී ධර්මරත්න