ISBN: 978-81-974990-9-8

4. कोविड–19 का शारीरिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभाव

संगीता अजगल्ले

सहायक प्राध्यापिका,
विमल बिभुति कालेज आफ एजुकेशन, सबौर, भागलपुर, बिहार.

सारांशः–

कोविड–19 रोग की पहचान सबसे पहले दिसंबर 2019 में वुहान शहर में हुई थी, जिसके बाद यह बीमारी हुबेई प्रांत और चीन के अन्य हिस्सों में फैल गई। चीन के बाद फरवरी 2020 तक, Covid–19 अमेरिका, इटली, स्पेन, जर्मनी, फ्रांस, भारत सहित कई अन्य देशों में फैल गई। अप्रैल माह तक 198 देशों में Covid–19 फैल चुका था। दुनियाभर में लगभग 2.4 मिलियन पृष्ट मामले और 150,000 मौते हो चुकी है। फ्रंटलाइन हेल्थकेयर वर्कर्स को अत्यधिक Covid–19 जोखिम के कारण संक्रमण और मृत्यु का काफी जोखिम होता है। कोविड–19 एक महामारी है इसका मानव शरीर पर प्रघातक प्रभाव पड़ता है। कोविड–19 के आम लक्षणों में शारीरिक लक्षणों में बुखार, खासी और सांस लेने में कठिनाई शामिल है। कोरोना वायरस मुख्य रूप से एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलता है, यहाँ तक की ऐसे व्यक्ति से भी जो संक्रमित है लेकिन उसमें कोई लक्षण नहीं है जब Covid–19 से पीड़ित व्यक्ति खांसता, छीकता, साँस लेता, गाता या बात करता है, तो उसकी सांसो की बूंदों से Covid–19 वायरस से दूसरे व्यक्ति भी संक्रमित होते हैं।

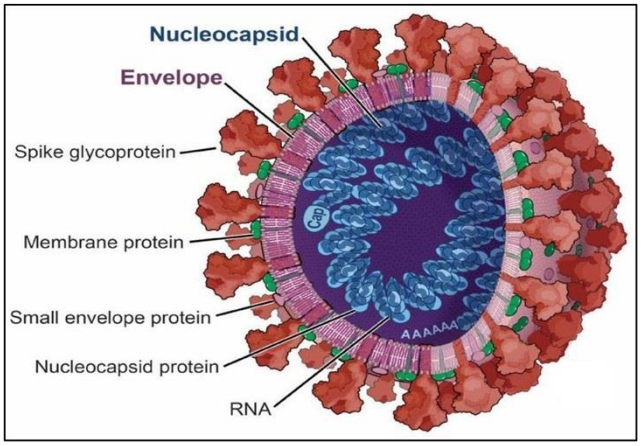
प्रस्तावना –

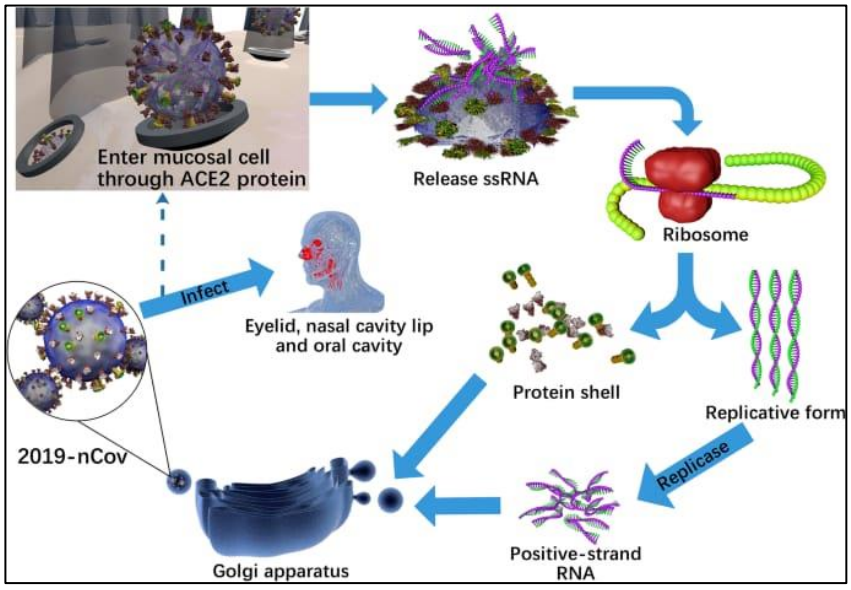
पूरा विश्व कोविड–19 की अभूतपूर्व चुनौती से गुजर रहा था, जिसने व्यक्तियों के जीवनशैली व्यवहार को प्रभावित किया है। प्रस्तुत समीक्षा भारतीय आबादी के बीच जीवनशैली व्यवहार पर महामारी कोविड–19 के प्रभाव को प्रस्तुत करने का एक प्रयास है। चीन के वुहान प्रांत में उत्पन्न ब्वतवदं अपतने (Covid&19) 11 March 2020 को वैश्विक माहामारी घोषित किया गया। तब से यह सीमाओं से परे फैल गया है और लोगों की जीवनशैली को प्रभावित किया है। कोराना वायरस इंसानों में चमगादड़ से आया था चमगादड़ ऐसे जीव–जंतुओं में शामिल है जिनमें कई वायरस जो इंसानों में भी फैल सकते हैं।

WHO के शोध के मुताबिक यह बात भी सामने आई है कि पैंगोलिन या मिंक भी वो जीव–जंतु हो सकते थे जिन्होंने इंसानों को संक्रमित किया हो। SARS Covid–2 के लिए अति–संवेदनशील जानवरों की बढ़ती संख्या में जंगली जानवर भी शामिल थे।

कोरोना वायरस का अर्थ–

कोरोना वायरस, कोरोना विरिडे परिवार से संबंधित वायरस है। कोरोना वायरस विरिऑन (वायरस कण) होते हैं जिनका व्यास लगभग 120 एन एम (१ एन.एम = 10 मी.) होता है। इसका आकार क्लब जैसा या मुकुट जैसा ग्लाइकोप्रोटीन स्पाइक जो कोरोनल रूप देता है। इसमें न्यूक्लियो कैप्सिड, एक प्रोटीन शेल से बना होता है जिसे कैप्सिड के रूप मे जाना जाता है जिसमें वायरल न्यूक्लिक एसिड होता है। यह हेलिकल या ट्यूबलर होता है। कोरोना वायरसू जीनोम में पॉजिटिव–सेंस आर, एन, ए (राइबो–न्यूक्लिक एसिड) का एक स्ट्रैंड होता है। यह सार्स कोरोना वायरस है जो एक अत्यधिक संक्रामक श्वसन रोग का कारण बनता है, जिसमें बुखार, खांसी और मांसपेशियों में दर्द के लक्षण होते हैं, अकसर सांस लेने में प्रगतिशील कठिनाई होती है।





COVID–19 कैसे होता है?

SARS&CoV–2, वह वायरस जो COVID–19 का कारण बनता है, आपके मुंह, नाक या आंखों के माध्यम से आपके शरीर में प्रवेश करता हैं (सीधे हवा में मौजूद बूंदों से या आपके हाथों से आपके चेहरे पर वायरस के स्थानांतरण से)। फिर यह आपके नाक के मार्ग के पीछे और आपके गले के पीछे श्लेष्म झिल्ली तक जाता है। यह वहां कोशिकाओं से जुड़ता है, गुणा करना शुरू करता है और फेफड़ों के ऊतकों में चला जाता है। वहां से, वायरस शरीर के अन्य ऊतकों में फैल सकता है।

Covid-19 के प्रमुख लक्षण–

Covid-19 के लक्षणों में शामिल हैं–

- सबसे आम लक्षण
- दस्त
- सिरदर्द
- बदन दर्द
- गले में खराश
- लाल आँखें होना
- त्वचा पर दाने या त्वचा फटना
- हाथ–पैरों की उंगलियों का रंग बदलना

Covid–19 के गंभीर लक्षण–

- सांस लेने में तकलीफ होना
- सांस उखड़ कर आना
- बोलने या चलने में दिक्कत
- भ्रम होना या सीने में दर्द

कोविड के शुरुआती लक्षण है–

- हल्का बुखार
- सर दर्द
- सर्द

कोविड के गम्भीर लक्षण है–

- सांस लेने मे दिक्कत या सांस फलना
- ओक्सिजन का कम होना
- स्वाद ना आना
- सीने मे दर्द होना
- कमजोरी महसूस होना

कम दिखने वाले लक्षण/नए लक्षण–

- आंखो का लाल या गुलाबी होना
- सुनने मे परेशानी
- जीभ पर जलन/ कोविड टंग
- पेट या आंत मे परेशानी होना
- कोविड का गम्भीर कोम्प्लिकेसन
- बाल झड़ने की समस्या

कोरोना से ठीक हुए लोगो मे बाल झड़ने की समस्या सामने आयी है। डॉक्टर के मुताबिक, 100 मे से 25 मरीजो मे यह समस्या हो रही है। बाल झड़ने की परेशानी मध्यम या गंभीर मरीजो मे पायी जा रही ळें डॉक्टर के अनुसार बायोटिन विटामिन कम होने के कारण यह हो रहा है।

यह समस्या के कारण छतीसगढ के सरकारी एवं निजी अस्पतालों मरीज आ रहे और रायपुर मे ऐसे केस सामने आए है।

कमर और पैर दर्द–

कोरोना से ठीक हुए लोगो मे कई साइड इफेक्ट देखे जा रहे, जिसमे सबसे आम कमर दर्द और पैरों मे खिचाव है। डॉक्टर ऐसे मरीजो को विटामिन डी और सी खाने की सलाह दे रहे।

टयूबरकुलोसिस (टी बी)–

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय ने शनिवार को सभी कोरोना सकारात्मक मरीजो के लिए टी.बी.जांच और सभी टी.बी. मरीजो के लिए कोरोना जांच की सिफारिश की।

कोरोना किसी भी संक्रमित व्यक्ति को टयूबरकुलोसिस के लिए सवेदंशील बना सकता है, हालांकि अभी इसका कोई पक्का सबूत नही है की ये वायरल बिमारी से फैलता है।

एवस्कुलर नेक्रोसिस– एवस्कुलर नेक्रोसिस, या हड्डी के टीसु की मृत्यु, दो महीने पहले म्यूकोर्मिकोसिस या ब्लैक फन्गस के प्रकोप के बाद अब पोस्ट कोविड रोगियों में अगली दुर्बल करने वाली स्थिति हो सकती है।अब तक इसके 3 मरीज मुंबई मे मिल चुके है और डॉक्टर को डर है की ब्लैक फन्गस के तरह इसका भी आउटब्रेक ना हो। ये भी स्टेरॉईड का साइड इफेक्ट के कारण हो रहा है।

रेस्पाईरेटरी प्रॉब्लम–

रेस्पाईरेटरी प्रॉब्लम ज्यादतर कोविड मरीज को हो रही है जिसमे ठीक से सांस ना आना, सीने मे दर्द रहना शामिल है।कोरोना का सबसे ज्यादा प्रभाव रेस्पाईरेटरी पार्ट पर ही पड़ता है, जिसके कारण कई परेशानी भी हो रही है जैसे ऐक्यूट रेस्पाईरेटरी फेलियर, ऐक्यूट कर्डिक इन्जूरी, इत्यादी।

फ्लारेसीस– फ्लारेसीस भी कोरोना का कोम्प्लिकेसन है जिसमे पैर काफी हद तक फुल जाते है।इसे हाथी पैर भी कहते है। इसमे चलने मे परेशानी होता है क्योंकि पैर भारी हो जाता है।

ब्लैक फंगस–

केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय ने गुरुवार को कहा, देश में अब तक म्यूकोर्मिकोसिस या श्ब्लैक फंगस के 45,374 मामले सामने आए हैं। जबकि देशभर में इस बीमारी से अब तक 4,332 मरीजों की मौत हो चुकी है।ब्लैक फंगस को विज्ञान भाषा में म्यूकोरमीकोसिस कहते है, इस बीमारी से मरीजो की तकलीफे बढ़ गयी थी। ये स्टेरॉइड का साइड इफेक्ट के करण हो रहा है। हालाकि अब तो इसके केस देश मे काफी हद तक कम हो गए है। ये फंगस मिटटी, खाद, सड़े फल या सब्जियों में पनपता है जो की हवा और इंसान के बलगम में भी पाया जा सकता है।ये नाक से, मिटटी के संपर्क या खून के जरिये शरीर में दाखिल हो सकता है और त्वचा, दिमाग, और फेफड़ो को निशाना बना सकता है, इसमें मृत्यु दर 50 प्रतिशत तक हो सकती है। इसके इलाज में मरीजो के आँख तक निकलने की नवबत आ सकती है।

Covid–19 का शारीरिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभाव–

1) श्वसन तंत्र पर प्रभाव –

गंभीर मामलों में निमोनिया, तीव्र श्वसन, से लेकर सिंड्रोम और श्वसन विफलता हो सकती है, जिसके लिये वेटिलेशन की आवश्यता पड़ती है।

2) हृदय पर प्रभाव –

वायरस से हृदय की मांसपेशियों में सूजन, हृदय गति में अनियमितता,और हृदय विफलता हो सकती है।

3) रक्त संचार तंत्र पर प्रभाव –

रक्त के थक्के बनने का खतरा बढ़ सकता है, जिससे स्ट्रोक या पल्मोनरी एमबोलिज्म जैसे गंभीर स्थितियां हो सकती है।

4) मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र पर प्रभाव –

कुछ मामलों में, तंत्रिका संबंधी लक्षण जैसे सिरदर्द, चक्कर आना, भ्रम और दौरे हो सकते हैं।

5) गुर्दा पर प्रभाव –

गंभीर संक्रमण से किडनी डैमेज का कारण बन सकता है।

6) पाचन तंत्र पर प्रभाव –

कुछ लोगों को उल्टी और दस्त का सामना करना पड़ता है।

7) प्रतिरक्षा प्रणाली पर प्रभाव –

गंभीर संक्रमण से शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर हो जाती है जिससे अन्य संक्रमणों का खतरा बढ़ जाता है।

8) कोशिकाओं पर प्रभाव –

वायरस शरीर में कोशिकाओं में प्रवेश करके संक्रमित करता है वहां आक्रमणकारी अपनी प्रतिया बनता है और पूरे शरीर में फैलता है

Covid–19 के परिणाम–

मॉडल के लिए आधारभूत धारणाएं यह थीं कि अधिकतम संक्रामकता लक्षण की शुरुआत के मध्य में होती है और संक्रमित 30: व्यक्तियों में कभी लक्षण विकसित नहीं होते हैं और वे उन लोगों की तुलना में 75 प्रतिशत अधिक संक्रामक होते हैं जिनमें लक्षण विकसित होते हैं।

संयुक्त रूप से, इन आधारभूत धारणाओं का तात्पर्य है कि संक्रमित व्यक्ति जिनमें कभी लक्षण विकसित नहीं होते हैं, वे सभी संक्रमणों का लगभग 24 प्रतिशत हिस्सा हो सकते हैं।

इस आधारभूत मामले में, सभी संक्रमणों का 59 प्रतिशत स्पर्शोन्मुख संक्रमण से आया, जिसमें 35 प्रतिशत लक्षण–पूर्व व्यक्तियों से और 24 प्रतिशत ऐसे व्यक्तियों से आया जिनमें कभी लक्षण विकसित नहीं होते हैं।

इनमें से प्रत्येक धारणा के लिए मूल्यों की एक विस्तृत श्रृंखला के तहत, अनुमान लगाया गया था कि नए SARS&CoV–2 संक्रमणों का कम से कम 50 प्रतिशत संक्रमण वाले लेकिन बिना लक्षण वाले व्यक्तियों के संपर्क में आने से उत्पन्न हुआ है।

निष्कर्ष और प्रासंगिकता–

कोविड–19 से संक्रमित बिना लक्षण वाले व्यक्तियों के अनुपात और संक्रामक अवधि के कई परिदृश्यों के इस निर्णय विश्लेषणात्मक मॉडल में, बिना लक्षण वाले व्यक्तियों से संक्रमण का अनुमान सभी संक्रमणों के आधे से अधिक के लिए लगाया गया था। लक्षण वाले कोविड–19 वाले व्यक्तियों की पहचान और अलगाव के अलावा, प्रसार के प्रभावी नियंत्रण के लिए ऐसे लोगों से संक्रमण के जोखिम को कम करना होगा जिनमें लक्षण नहीं हैं।

इन निष्कर्षों से पता चलता है कि मास्क पहनना, हाथ की स्वच्छता, सामाजिक दूरी और बीमार न होने वाले लोगों की रणनीतिक जांच जैसे उपाय कोविड–19 के प्रसार को धीमा करने के लिए आधारभूत होंगे जब तक कि सुरक्षित और प्रभावी टीके उपलब्ध न हो जाएं और व्यापक रूप से उपयोग न किए जाएं।

संदर्भ ग्रंथ सूची–

1. https://bit।ly/2VJHgeH
2. https://bit।ly/3xH6Vlo
3. https://bit।ly/2XfTyMx