

Profesor epidemiologie Jiří Beran: Do roka onemocníme koronavirem všichni!

- CZ24 News | 15. března 2020

ČESKO: Koronavir je hra o čas, říká profesor epidemiologie Jiří Beran. Nejdéle do roka podle něj koronavirem onemocníme všichni – a jde o to, aby se lidé s těžším průběhem choroby mohli během promořování populace vystřídat na JIP s řízenou ventilací. Důrazně varuje před hledáním skulinek, jak obcházet pravidla. A jako prevenci lidem doporučuje sportovat.

Profesor Beran upozorňuje, že panika, naštvanost nebo agrese, i kdyby jen slovní, v současné chvíli nepomůžou. „Je jasné, že nejdéle do roka onemocníme všichni, a jde jen o to, aby se všichni s těžším průběhem pneumonie mohli během promořování populace vystřídat na JIP s řízenou ventilací,“ dodává.

Jde tedy o poměr vážně nemocných a počtu JIP lůžek s ventilací v určitém časovém bodu. Vláda a Ministerstvo zdravotnictví dělají správné kroky k tomu, aby se epidemie koronaviru na území Česka výrazně zpomalila a aby byl pořád dostatek zdravotnických kapacit pro všechny potřebné.

Mezi nejvíce ohrožené patří skupiny seniorů (jichž je nejvíce), chronicky nemocných, hospitalizovaných a osob s oslabeným imunitním systémem (přírozeně, nebo v důsledku léčby). „Zbytek populace by měl jako celek vyjádřit úctu ke starším, je velmi žádoucí se snažit o minimální kontakt i mezi doposud zdravými mladými, a tím zabránit přenosu viru mezi nejvíce vnímavé,“ připomíná profesor Beran.

„Ve chvíli, kdy si budeme chtít prosazovat svoje osobní zájmy, budeme chtít jít, kam chceme, a budeme pořád hledat skulinky, jak doporučení obejít – tak tím ukazujeme, že je nám jedno, jak se s tím ohrožená populace vypořádá,“ dodává Beran. Při obcházení pravidel se v jeden časový okamžik změní poměr lehce a těžce nemocných, a nakonec to může zasáhnout naši rodinu, naše rodiče či prarodiče. I oni potřebují na individuální úrovni čas na oddálení onemocnění.

Čas je potřebný také k tomu, aby se dořešily všechny návrhy výzkumníků na léčbu onemocnění. Ukazují se slibné cesty s antivirotem remdesivir, které je ve Spojených státech v klinickém hodnocení, a pokud se prokáže jeho efekt, mohlo by být k dispozici na konci dubna.

Současná pandemie doposud potvrdila, že klasická, jednoduchá a staletími prověřená protiepidemická opatření mohou velmi efektivně fungovat i nyní. Koronavirus, stejně jako jiné respirační infekce, se přenáší hlavně kontaktem, kdy dávka přenosu je vyšší a doba expozice je podstatně delší než při přenosu vzduchem. „Proto je dobré mýt si ruce mýdlem – ne hystericky, stačí šestkrát za den, a tím se sníží počet virových partikulí na kůži. Mýdlo totiž efektivně ruší obálku viru, a proto se stále používá při vymývání rány po poranění vzteklým zvířetem, proti přenosu vztekliny,“ připomíná profesor.

Ještě efektivnější je, pokud si lidé po důkladném omytí rukou s mýdlem omyjí ještě obličej, bude to efektivnější. „Oběma způsoby velmi výrazně snižujeme infekční dávku. Pokud se však malé množství viru dostane do dýchacích cest, ještě nic není ztraceno,“ píše Beran.

Přibližuje, že v dýchacích cestách, na buňkách, v nichž se chce pomnožit virus, máme sliznici s vrstvičkou hlenu, která je zásadní pro ochranu před vniknutím viru. Hlen se výrazně ztlušťuje, pokud měníme například teplotu na sliznici saunováním, pokud pobýváme u moře a slaný vzduch dráždí k

další produkci hlenu.

Pomocť může ale i sport, když běháme třeba několik desítek kilometrů týdně. „Výrazná část naší populace si téměř odvykla sportovat, a i toto je částečně důvod, proč vznikají u tolika osob respirační onemocnění a proč se tak snadno šíří. Moře nemáme, abychom k němu chodili každé ráno inhalovat slaný vzduch, a tak nám nezbyvá nic jiného než běhat,“ dodává.

„Myslím si, že v tuto chvíli kritizovat nebo obcházet nařízení či doporučení vlády a Ministerstva zdravotnictví není vhodné, a měli bychom je dodržovat. Připravovat se na další epidemii můžeme třeba tím, že po skončení koronavirové pandemie budeme více sportovat,“ uzavírá profesor epidemiologie Jiří Beran.