أعلنت منظمة الصحة العالمية أن فيروس "زيكا" يشكل تهديدا للصحة في العالم.

وينتشر مرض زيكا عبر بعوضة "الزاعجة المصرية"، وهو ما يثير الكثير من القلق، خاصة أنه لا يوجد أي مصل للوقاية من فيروس زيكا حتى الآن، ولا يتوقع أن يتم اعتماد مصل للوقاية منه قبل عدة شهور أو ربما سنوات.

وفي محاولة للبحث عن سبل للوقاية من هذا المرض، توصلنا إلى العديد من النصائح، لعلها تفيد في الوقاية من المرض وتجنب الإصابة به.

1. تجنب لسعات البعوض قدر الإمكان، ويمكن استخدام بعض الدهانات الطاردة للبعوض على الأجزاء المكشوفة من الجسم، وينبغي وضع الدهان بصفة دورية بعد اتباع الإرشادات الموضحة على العبوة بمجرد بداية لسعات البعوض.

كما ينبغي وضعها بعد دهانات الحماية من أشعة الشمس وليس قبلها، حيث يمكن أن تعمل تلك الدهانات كطبقة واقية للدهانات الطاردة للبعوض، ويجب أن أن تكون آمنة على صحة الحوامل، ولابد من استشارة أطباء الولادة قبل استخدامها.

ولا ينبغي وضع أي دهان طارد للبعوض تحت الملابس، نظرا لأن الأنسجة ستمنع عملية التبخر، ومن ثم تقلل فاعليتها.

2. ارتداء أكمام طويلة وسميكة على نحو يحمي الشخص من لسعات البعوض، ويوجد ملابس مخصوصة تحتوي على مادة "بيرمثرين"، وهي عبارة عن مبيد صناعي يدخل في تركيب نسيج الملابس، وذلك قد يتوافر فقط في دول معينة.

3. وقاية المنزل من البعوض والنوم في أماكن يتوافر بها "موانع للوقاية" قدر الإمكان، مثل أبواب مغلقة ونوافذ محكمة الإقفال، إضافة إلى ضرورة وجود شبكات سلكية للنوافذ لمنع دخول البعوض.

ويجب الحرص في النهار أكثر من الليل، فالمسألة لا تتعلق فقط بالحرص مع حلول الظلام، فبعوضة "الزاعجة المصرية"، التي تحمل فيروس زيكا، لسعتها شديدة وتفضل ضوء النهار حتى غروب الشمس.

4. الحذر من النباتات الموضوعة في الأواني وعدم وضعها في أماكن المعيشة لأنها تكون بيئة تكاثر مثالية بالنسبة للبعوض، وكذلك الابتعاد عن المياه الراكدة التي قد تحتوي على يرقات البعوض مثل البرك والدلاء والمزهريات وأواني غذاء الحيوانات الأليفة وأقفاص الطيور والنباتات الموضوعة في أواني.

ويجب التخلص من أي مياه راكدة لفترة تجاوزت خمسة أيام على أرض جافة، لأن يرقات البعوض ستموت بعد فترة قصيرة عندما تتبخر المياه. فكمية صغيرة جدا من المياه تكفي لبقاء البعوض على قيد الحياة، لذا من بالغ الأهمية ألا تكون المناطق جافة فحسب، بل نظيفة بصفة مستمرة.

5. إحكام غلق القمامة: النفايات المنزلية تعد ساحة مناسبة أيضا لتكاثر البعوض بسبب المياه المتراكمة، ولذلك ينبغي وضع القمامة في أكياس بلاستيكية مغلقة، وكذلك التخلص من الإطارات القديمة ومواد البناء الموضوعة

خلف المنازل، حيث يمكن أن تصبح مأوى ليرقات البعوض.

.6 استخدام أجهزة مكافحة البعوض، وهي مختلفة الأشكال والأنواع ومتوفرة في أنحاء العالم، كما أنها ليست باهظة الثمن.

كاتب المقالة :
تاريخ النشر : 02/02/2016
من موقع : موقع الشيخ الدكتور/ محمد فرج الأصفر
رابط الموقع : www.mohammdfarag.com