सच के साथी वैक्सीन के लिए हाँ.

Vaccination और Covid-19 से संबंधित महत्वपूर्ण प्रश्न और मेडिकल एक्सपर्ट्स द्वारा दिए गए उनके उत्तर

प्रश्नः कोवैक्सीन, कोविशील्ड और स्पुतनिक-वी नामक अलग-अलग वैक्सीनों को किन कंपनियों ने विकसित किया है? इन तीनों में क्या अंतर है और ये शरीर के अंदर जाकर किस प्रकार काम करते हैं?

उत्तरः कोवैक्सीन भारत में बना हुआ है। इसका विकास इंडियन काउंसिल ऑफ मेडिकल रिसर्च और भारत बायोटेक ने मिलकर किया है। वायरस को निष्क्रिय करके इस वैक्सीन को बनाया गया है। भारत बायोटेक की फैक्टरी हैदराबाद में है। कोवैक्सीन को इंजेक्शन के जरिए लगाया जाता है।

भारत में सीरम इंस्टीट्यूट ऑफ इंडिया

लिमिटेड में कोविशील्ड का प्रोडक्शन हो रहा है। सीरम इंस्टीट्यूट पुणे में अवस्थित हैं और कंपनी की फैक्टरी भी वहीं पर स्थित है। यहवैक्सीन जगत की बहुत जानी-मानी कंपनी है। केवल कोविड-19 की वजह से नहीं, बल्कि कई बीमारियों को रोकने वाली वैक्सीन यहां बनती है। कंपनी द्वारा बनाए गए वैक्सीन की सप्लाई भारत से बाहर भी होती है। कोविशील्ड में एडेनोवायरस को लिया जाता है। इस वैक्सीन को ऑक्सफोर्ड ने डेवलप किया है। ब्रिटेन में इसे AstraZeneca ने बनाया है। सीरम इसे भारत में बना रही है भारत में इसे कोविशील्ड नाम दिया गया है।

स्पुतनिक रूस से आ रही है। भारत में वह डॉक्टर रेड्डीज लैब के साथ तालमेल करके अपना वैक्सीन ला रही है। ऐसा नहीं है कि स्पुतनिक केवल रूस से वैक्सीन ला रही है। भारत में रेड्डीज इसे बनाएगी। ये तीनों वैक्सीन हैं। ये तीनों सेफ हैं।

प्रश्नः भारत में पिछले एक-डेढ़ महीने से डबल म्यूटेंट का काफी असर देखा जा रहा है। क्याइसका कोई डेटा उपलब्ध है कि डबल म्यूटेंट पर इन तीनों वैक्सीन में से कौन कितना प्रभावी है या हैं भी या नहीं?

उत्तरः यह बहुत महत्वपूर्ण सवाल है। घर-घर में इस बात की चर्चा हो रही है। सबको इस बात की जानकारी है कि वायरस जब अपना आंकड़ा बढ़ाने की कोशिश करता है, तो उसमें थोड़ा-थोड़ा बदलाव आ जाता है। ये भी हो सकता है कि फैलने की वजह से वायरस कमजोर हो जाते हैं, लेकिन कोई-कोई वायरस सशक्त भी हो जाते हैं। डबल म्यूटेंट जल्द-से-जल्द फैलने में सक्षम है। ऐसे में यह सवाल अहम हो जाता है कि ये वैक्सीन इस डबल म्यूटेंट के खिलाफ कारगर साबित होंगे या नहीं। खुशखबरी ये है कि आईसीएमआर ने इसे टेस्ट किया है और यह देखा गया कि कोवैक्सीन और कोविशील्ड डबल म्यूटेंट, यूके वेरिएंट और ब्राजीलियन वेरिएंट के खिलाफ कारगर है। स्पुतनिक के

स्पुतनिक के बारे में डेटा उपलब्ध नहीं है। हमें दुविधा में नहीं पड़ना है। हमें वैक्सीन लगवाना चाहिए। हम इस चर्चा में रह जाते हैं कि म्यूटेंट तो आ गया, हम वैक्सीन लगवाएं या नहीं लगवाएं। ये कारगर रहेगा या नहीं। ये गलत है।

प्रश्नः वैक्सीन की प्रभाविकता क्या होती है? इसे कैसे तय किया जाता है? कोविशील्ड और कोवैक्सीन दोनों की प्रभाविकता कितनी है?

उत्तरः प्रभाविकता को इस तरह समझ सकते हैं कि आप शोध के दौरान दो अलग-अलग ग्रुप को लेते हैं। मान लीजिए कि एक ग्रुप में 100 ऐसे लोगों को शामिल किया गया, जिन्हें वैक्सीन लगायी गयी है। दूसरे ग्रुप में 100 ऐसे लोगों को लिया गया, जिन्हें वैक्सीन नहीं लगाई गई है। अब देखना है कि जिस ग्रुप को वैक्सीन लगाई गई है, उसे वायरस से किस तरह का खतरा है। वहीं, जिस ग्रुप को वैक्सीन नहीं लगी है, उसे वायरस से कितना खतरा है। इसी

आधार पर प्रभाविकता तय की जाती है। ये वैक्सीन संक्रमण को रोकने में सक्षम नहीं है। लेकिन इस वैक्सीन की वजह से वायरस से अगर आप संक्रमित होते हैं तो आपको ज्यादा गंभीर लक्षण नहीं होंगे। आप इसके जरिए हॉस्पिटलाइजेशन, ऑक्सीजन की जरूरत और दुर्भाग्यपूर्ण मौत को टाल सकते हैं। इसलिए वैक्सीन लगवाना बहुत जरूरी है। हालांकि, वैक्सीन लगवाने के बाद भी कोई भी व्यक्ति संक्रमित हो सकता है, क्योंकि यह संक्रमण रोकने वाली वैक्सीन नहीं है, लेकिन इसके साथ ही यह बहुत जरूरी है कि हम वैक्सीन लेने के बाद भी मास्क पहनकर चलें। हमें ये नहीं करना चाहिए कि हम वैक्सीन ले लिए तो गैर-जिम्मेदार हो जाएं और बाहर से वायरस लेकर घर आ जाएं। आपको एक जिम्मेदार नागरिक होने के नाते यह करना चाहिए वैक्सीन लगवाने के बावजूद मास्क पहनना चाहिए। इससे दूसरे लोगों को संक्रमण नहीं फैलेगा।

वैक्सीनेशन और मास्क लगाकर हम इस जंग को जीत सकते हैं।

प्रश्नः कुछ लोग बोलते हैं कि कोवैक्सीन ज्यादा प्रभावी हैं, हम तो कोवैक्सीन लगवाएंगे। लोग इंतजार कर रहे हैं कि वे कोवैक्सीन ही लगवाएंगे कोविशील्ड नहीं लगवाएंगे। क्या यह धारणा सही है?

उत्तरः लोगों को इस तरह से नहीं सोचना चाहिए। वैक्सीन गर्भवती महिलाओं पर सेफ हैं या नहीं इस बारे में ज्यादा डेटा उपलब्ध नहीं है। ये अलग केस है। लेकिन अन्य वयस्कों को अगर कोवैक्सीन या कोविशील्ड में से जो भी मिल रहा है, वह लगवा लेना चाहिए। हम यह नहीं बोल सकते हैं कि कोविशील्ड सेफ नहीं है, इसे सपोर्ट करने वाले आंकड़े नहीं हैं। अगर ये सेफ नहीं होता तो इसे मंजूरी ही नहीं मिलती। फेज- 1 ट्रायल सेफ्टी को लेकर ही होता है। हालांकि, कोई रेयर साइड इफेक्ट किसी भी वैक्सीन में हो सकता है। अभी बहुत

जरूरी है कि दूसरी लहर चल रही है कि हमें प्रोटेक्शन जल्द-से-जल्द लेना चाहिए। आप दुविधा में मत रहिए और वैक्सीन लगवाइए।

प्रश्नः ऐसा कहा जा रहा है कि कोवैक्सीन पूरी तरह भारत में विकसित वैक्सीन है, तो क्या यह भारतीय लोगों के लिए अच्छा है, क्योंकि यह भारत के लोगों को ध्यान में रखकर बनाया गया है। इस वजह से इसके साइड इफेक्ट कम हैं। इसमें कितनी सच्चाई है?

उत्तरः सोशल मीडिया पर ऐसी बातें चलते रहती हैं। हमें कभी-कभी इस बारे में जानकारी मिलती है। देखिए, साइंस एक ऐसा फील्ड है, जिसमें कोई भी देश अकेले कुछ नहीं कर सकता है। मान लीजिए कि भारत में बने कोविशील्ड या कोवैक्सीन को दूसरे देशों में भेजा गया है। साइंस में इंडियन, अमेरिकन या यूके नहीं होता है। हां जरूर, कोवैक्सीन बनाते समय भारतीय वैज्ञानिक, भारतीय कंपनी और आईएसएमआर ने एकसाथ

मिलकर इसका विकास किया। लेकिन इसका मतलब ये नहीं है कि यह वैक्सीन केवल भारत के लोगों पर कामयाब होगी और अन्य देशों के लोगों पर कारगर साबित नहीं होगी। वैक्सीन साइंस के आधार पर बनता है लेकिन यह हर देश में कामयाब हो सकता है। इसी वजह से हर देश में ड्रग कंट्रोलर या रेगुलेटर होते हैं जो इस बात को देखते हैं कि उनके देश की आबादी पर ये कामयाब हैं या नहीं।

प्रश्नः वैक्सीन लगवाने के बाद साइड इफेक्ट क्यों होते हैं?

उत्तरः यह बहुत महत्वपूर्ण सवाल है क्योंकि सभी को चिंता होती है कि मैं वैक्सीन लगवाने जा रहा हूं तो ना जाने किस तरह के साइड इफेक्ट हो जाएंगे। वैक्सीन लगवाने के सबसे आम लक्षण हैं सुई लगने की वजह से थोड़ा बहुत दर्द और थोड़ा बहुत बुखार। आप बुखार ठीक करने के लिए पैरासिटामोल खा सकते हैं।

इससे इम्युनिटी पर कोई फर्क नहीं पड़ता है। शरीर मैथेमैटिक्स तो नहीं है। अलग-अलग शरीर है, जो अलग-अलग तरीके से व्यवहार करता है। अगर वैक्सीन लगवाने के बाद कोई साइड इफेक्ट नहीं होता है तो यह कहना भी गलत होगा कि वैक्सीन ने काम नहीं किया है, इम्युनिटी पैदा नहीं हुआ है। मैं कहना चाहूंगा- आप डरिए मत, ज्यादातर मामलों में हल्का बुखार और दर्द जैसे साइड इफेक्ट देखने को मिले हैं। लेकिन ऐसे खास साइड इफेक्ट नहीं हैं कि हमें डरना चाहिए और वैक्सीन से पीछे हटना चाहिए।

प्रश्नः क्या पहले डोज के बाद एंटी बॉडी बनने लगती हैं? अगर ऐसा है तो दूसरा डोज लेने की क्या जरूरत है?

उत्तरः यह बहुत अहम सवाल है। आप जो वैक्सीन ले रहे हैं वह वायरस का एक रूप है। हालांकि, यह बीमारी नहीं फैला सकता है। यह निष्क्रिय रूप में या मृत अवस्था में होता है या वायरस

का छोटा एक टुकड़ा जैसे एडेनावायरस लगाया गया। इन्हें ही ये वैक्सीन के रूप में लगाया जाता है। इन्हें एंटीजेन कहा जाता है। एंटीजेन को देखते ही शरीर का इम्युन सिस्टम दो तरीके से इससे लड़ने के लिए तैयार हो जाता है। शरीर प्रोटीन बनाता है। वहीं होता है न्यूट्रिलाइजिंग एंटीबॉडी। शरीर यही नहीं रुकता। वह कुछ सेल बना लेता है लेकिन आप स्पोर्ट्स में देखते हैं कि फाइनल मैच से पहले एक बार प्रैक्टिस करके नहीं रुक जाते हैं। दूसरा डोज बूस्टर डोज का काम करता है। वैक्सीन के दो डोज के दो या तीन हफ्ते बाद शरीर में पूरी तरह से एंटी बॉडी बन जाते हैं। उसके बाद जब वायरस में सही में शरीर के अंदर आते हैं तो शरीर का इम्युन सिस्टम उसे तुरंत पहचान लेता है।

प्रश्नः आने वाले समय में क्या तीसरे डोज की जरूरत पड़ सकती है?

उत्तरः जब वायरस अपना आंकड़ा बढ़ाते हैं तो उसमें

कुछ बदलाव देखने को मिलता है। अब तक के शोध में यह पाया गया है कि कोवैक्सीन हो या कोविशील्ड हो या स्पुतनिक हो, ये सब कामयाब रहेंगे। ये अभी तक के उपलब्ध के आंकड़े पर आधारित हैं।

प्रश्नः कुछ ऐसे मामले सामने आए हैं, जिसमें दोनों डोज लगवाने के बाद भी लोगों की मौत हुई है। हालांकि, यह तादाद बहुत कम है लेकिन अगर ऐसा है तो इसकी क्या वजह हो सकती है?

उत्तरः ये वैक्सीन बीमारी के प्रभाव को कम करती है। इस वैक्सीन से यही उम्मीद है कि यह लक्षण और मौत को टालेगी। जिन लोगों की डेथ हुई है, इस पर वैज्ञानिक विश्लेषण करना चाहिए। लेकिन इस वजह से हम वैक्सीन से पीछे रहें ये गलत होगा।

प्रश्नः AstraZeneca वैक्सीन से खून में थक्का जमने की भी कुछ शिकायतें आई थीं, ब्रिटेन

में या अन्य देशों में। क्या कोविशील्ड से जुड़ा ऐसा कोई केस पाया गया है?

उत्तरः इस बारे में हमें रिपोर्ट मिली है। भारत में कोविशील्ड से ऐसा कोई खतरा देखने को नहीं मिला है। ऐसे में अपनी बारी आने पर वैक्सीन लगवाना चाहिए।

प्रश्नः मधुमेह, दमा, गुर्दे की किसी बीमारी या हृदय रोग से पीड़ित मरीजों को वैक्सीन लगवाना चाहिए या उन्हें अब रुकना चाहिए?

उत्तरः इन बीमारियों को हम कोमॉर्बिडिटीज कहते हैं। इसका मतलब ये है कि किसी व्यक्ति को कोई बीमारी है उसके साथ कोविड-19 संक्रमण हो जाता है। नेचुरल हिस्ट्री ऑफ द डिजीज साफ तौर पर इस बात की ओर इशारा करता है कि किसी को अगर पहले से गुर्दे की कोई बीमारी है, रक्तचाप है या शुगर है तो उन लोगों को कोविड-19 से ज्यादा खतरा है। उन लोगों में कॉम्पलिकेशन का खतरा ज्यादा रहता है। इसीलिए इन्हें वैक्सीनेशन की

शुरुआत में ही वैक्सीन देने के लिए चुना गया। अगर आपको इनमें से कोई बीमारी है तो आपको वैक्सीन लेने से पहले अपने फिजिशियन से यह जानकारी जरूर लेनी चाहिए कि वैक्सीनेशन से पहले या उसके बाद कौन सी दवा छोड़नी है और किस दवा को फिर से शुरू करना है।

प्रश्नः किसी ने कोविशील्ड की पहली डोज ले ली तो क्या वह दूसरी डोज कोवैक्सीन की ले सकता है या फिर इसका उल्टा कर सकता है? क्या ऐसा करना स्वास्थ्य के लिए ठीक रहेगा नहीं?

उत्तरः इस चीज को लेकर अब तक शोध नहीं हुई है कि अलग-अलग वैक्सीन की अलग-अलग डोज ली जा सकती है या नहीं। अगर आप पहला डोज कोवैक्सीन ले रहे हैं तो दूसरा डोज भी कोवैक्सीन की लीजिए और अगर पहला डोज कोविशील्ड की लेते हैं तो दूसरा डोज भी कोविशील्ड की लीजिए।

प्रश्नः क्या वायरस समय के साथ वैक्सीन रेजिस्टेंट हो जाते हैं। अगर हां तो आने वाले समय में हम इससे कैसे लड़ेंगे?

उत्तरः वायरस जब अपना आंकड़ा बढ़ाते हैं तो उसमें कुछ बदलाव आ जाते हैं तो वे वैक्सीन को एस्केप कर सकते हैं। उसी टाइम हम अपने वैक्सीन को चेंज कर सकते हैं। इसके लिए वार्षिक फ्लू टीका का उदाहरण ले सकते हैं। ये एक ही जैसा नहीं होता है। उसमें हम लोग बदलाव कर लेते हैं। इसलिए हम टीके में बदलाव कर लेते हैं। जिस तरह साइंस एडवांस स्टेज पर पहुंच गया है। ऐसा करना मुश्किल नहीं है।

प्रश्नः अगर किसी ने एक वैक्सीन के दोनों डोज ले लिए हैं और ये सोच लिया कि इसका असर पांच-छह महीने ही रहेंगे। उसके बाद फिर कोई और वैक्सीन लेने की सोचे तो क्या ऐसा किया जा सकता है या ऐसा करना खतरनाक साबित हो सकता है? क्या हमें ऐसा करना चाहिए?

उत्तरः हमें खुद ऐसे निर्णय नहीं करनी चाहिए क्योंकि दो डोज के बाद इम्युन मेमोरी बन जाता है। इम्युन मेमोरी एक साल तक रहेगा। इसके बीच आपको देखने को मिलेगा कि वायरस ही नहीं है और वैक्सीन लगवा रहे हैं। ऐसा किसके लिए? ऐसा मत कीजिए। ये सब नहीं करना चाहिए। वैज्ञानिक शोध से जो बात सामने आती है, उसे ही फॉलो कीजिए।

प्रश्नः 18 साल से कम उम्र के लोगों के लिए वैक्सीन आने में कितना समय लग सकता है?

उत्तरः ट्रायल चल रहा है। क्योंकि 18 साल से नीचे के लोग एडल्ट नहीं है तो हम यह जानकारी जुटा रहे हैं कि उनके शरीर पर वैक्सीन का क्या असर होता है। इसकी वजह है कि हमें सबसे पहले सेफ्टी सुनिश्चित करना होगा।

प्रश्नः डबल म्यूटेंट क्या है? ऐसे कुछ मामले पाए गए हैं, जहां लोगों को बाहर से बहुत कम कॉन्टैक्ट हुआ है। इसके बावजूद वे संक्रमित

हो गए हैं तो क्या यह इतना शक्तिशाली है? लोग इससे कैसे बच सकते हैं?

उत्तरः म्यूटेंट वायरस का परिवर्तित रूप है। डबल म्यूटेंट जल्द-से-जल्द फैल सकता है। लेकिन इसका मतलब यह नहीं है कि वह ज्यादा खतरनाक साबित होगा। हालांकि, वह खतरनाक रूप अख्तियार कर सकता है लेकिन ऐसा अब तक नहीं हुआ है। तो इसीलिए मैं यह कहना चाहूंगा कि पुराना म्यूटेंट या फिर डबल म्यूटेंट फैलता एक ही तरीके से है। अगर कोई बाहर जाता है लेकिन किसी तरह की ढिलाई बरतता है। फेस मास्क को ठीक ढंग से पहनना जरूरी है। फेस मास्क को अच्छे तरीके से पहनकर इससे बचा सकता है।

प्रश्नः अभी ब्लैक फंगस के भी मामले हैं। इसकी वजह क्या हो सकती है और इससे कैसे बचा जा सकता है?

उत्तरः भारत में बहुत सारे राज्यों में ऐसा पाया गया

है। कोविड-19 से ठीक हो चुके लोगों के नाक से ब्लैक फंगस या खून का निकलना पाया गया है। ब्लैक फंगस से म्युकोरमाइकोशिश नामक बीमारी होती है। यह एक तरह का फंगल इंफेक्शन है। अगर हम कोई ऐसी दवाई लेते हैं (जैसे स्टेरॉयड्स), जिससे हमारी इम्युनिटी कमजोर हो जाती है तो उससे ये फैल जाता है। कभी-कभी ऐसा भी होता है कि लोग सोशल मीडिया से लोग ये सीख लेते हैं कि हमें स्टेरॉयड्स इस्तेमाल करना चाहिए। हम दुकान जाकर बिना प्रिस्क्रिप्शन के लिए स्टेरॉयड ले लेते हैं। देखिए, बहुत जल्दी या बहुत ज्यादा स्टेरॉयड लेने या लंबे समय तक स्टेरॉयड लेने से दिक्कत आती है। देखिए, कभी-कभी स्टेरॉयड की जरूरत पड़ती है लेकिन डॉक्टर की सलाह पर ही स्टेरॉयड लेना चाहिए। इसी तरह अगर किसी को डायबिटीज है तो कई बार ऐसा देखा गया है कि कोविड-19 होने पर वह शुगर की दवा लेना छोड़ देते हैं तो दिक्कत हो जाती है। इस

वजह से कई बार पर्यावरण में रहने वाले फंगस हमारे अंदर चले जाते हैं। इसलिए तमाम तरीके की सावधानी बरतना जरूरी।

प्रश्नः क्या हम पहले की तरह जिंदगी जी पाएंगे?

उत्तरः जरूर, लेकिन ये दो चीज पर निर्भर है। यह केवल वायरस पर निर्भर नहीं है। वायरस म्यूटेट करते हैं। कुछ-कुछ म्यूटेंट जल्द फैल जाते हैं। ये वायरस के व्यवहार हैं। लेकिन हमारे व्यवहार में अगर हम बदलाव नहीं करते हैं और ढिलाई बरतते हैं तो ये जंग हम नहीं जीत पाएंगे। मैं ये कहना चाहूंगा कि हम तीसरी लहर को टाल सकते हैं लेकिन वैक्सीनेशन के साथ-साथ कोविड प्रोटोकॉल के पालन के जरिए हम यह लड़ाई जीत सकते हैं।

प्रश्नः डबल म्यूटेंट, वैक्सीन और वैक्सीनेशन के साइड इफेक्ट को लेकर कई तरह के फेक न्यूज भी वायरल होते रहते हैं, इससे लोग कैसे बच सकते हैं?

उत्तरः मैं कहना चाहूंगा कि सोशल मीडिया पर जो जानकारी आपको मिल रही है, उसकी एक बार छानबीन जरूर करें। इसके अलावा आइसीएमआर या मंत्रालय की ओर से कही जारी बातों पर गौर करें या इनकी वेबसाइट पर दी गई जानकारी को ही फॉलो करें। आप ऑथेंटिक वेबसाइट से ही जानकारी लीजिए। गलत सूचना से गलतफहमियां फैलती हैं। इसीलिए विश्वसनीय स्रोत से जानकारी लेना जरूरी है।

प्रश्नः कोविड -19 वायरस के शरीर के अंदर कैसे प्रवेश करता है। इसके बारे में बताइए?

उत्तरः कोविड-19 वायरस फेफड़ों के जरिए शरीर को संक्रमित करता है। यह सर्दी-जुखाम, निमोनिया, इंफ्यूइंजा के वायरस की तरह ही शरीर में प्रवेश करता है। जब हम एक-दूसरे से बातचीत करते हैं या फिर हमारे आसपास कोविड-19 मरीज मौजूद होते हैं, तो वायरस के फैलने का खतरा बढ़ जाता है। यही कारण

है कि लोगों को मास्क लगाने की सलाह दी जाती है। साथ ही सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करने का निर्देश दिया जाता है।

प्रश्नः कोविड-19 के लिए वैक्सीनेशन कितना और क्यों जरूरी है?

उत्तरः वैक्सीनेशन वायरस या बैक्टीरिया के खिलाफ लड़ाई में शरीर में रोग प्रतिरोधक क्षमता पैदा करने में मदद करती हैं। हम 3 से 4 वजह से टीकाकरण करते हैं। पहली शरीर में कोई गंभीर बीमारी ना हो, दूसरी असमय मौत ना हो और तीसरा दूसरे व्यक्ति को संक्रमित ना करूं। इसका चौथा कारण शरीर में रोग प्रतिरोधक क्षमता विकसित करना है। अभी तक की वैक्सीन गंभीर बीमारी की संभावना को कम देते हैं। असमय मृत्यु को कम कर देते हैं। हालांकि एक दूसरे से संक्रमण रोकने में कोई भी टीका सक्षम नहीं है। भारत में उपलब्ध टीके ही संक्रमण रोकने में 30 से 40 फीसद सक्षम हैं।

प्रश्नः वैक्सीनेशन से हमारे शरीर में कौन-से बदलाव होते हैं, जिसे हम कोविड-19 से सुरक्षित रह सकते हैं?

उत्तरः ऐसा समझिए, एक बड़ा परिवार है, जिसमें कई सारे लोग मौजूद है, जिसमें एक दबंग पहुंच जाता है, तो परिवार को परेशान करने का काम करता है। ऐसे में जब हम वैक्सीन इंजेक्ट करते हैं, तो शरीर के अंदर एक मैसेज जाता है कि शरीर में कोई दबंग घुस आया है। ऐसे में शरीर प्राइमरी तौर पर एंटी बॉडी प्रोड्यूस करता है। प्रोटीन के छोटे-छोटे टुकड़े होते हैं, जो वायरस और बैक्टीरिया को रोकने का काम करता है। साथ ही शरीर में कुछ अन्य सेल्स जैसे व्हाइट सेल होते हैं। इसमें से एक एंटी बॉडी प्रोड्यूस करता है। दूसरा मेमोरी बनाकर रखता है, जब दूसरी बार ऐसे वायरस आता हैं, तो वो उसके खिलाफ लडने में मदद करता है। साधारण शब्दों में कहें, तो यह एक कमांडो और एक पुलिसमैन का काम करता है।

प्रश्नः कोविड-19 का डबल म्यूटेंट है। क्या यह वायरस फैलने के सामान्य प्रक्रिया है।

उत्तरः वायरस समय-समय पर अपना स्वरूप बदलता रहता हैं, जिसे म्यूटेशन कहते हैं, जिससे शरीर वायरस को पहचान ना सके। RNA बेस्ड वायरस 10-15 बाद म्यूटेट करता रहता है। पिछली बार सार्स आया था और 2 से 3 माह में खत्म हो गया था, क्योंकि वो खुद को म्यूटेट नहीं कर पाया। लेकिन कोविड-19 खुद को म्यूटेट कर रहा है। पहले वायरस का म्यूटेशन ब्रिटेन फिर ब्राजील और साउथ अफ्रीका में हुआ। जहां म्यूटेशन होता है, उसके हिसाब से उसका नाम रखा जाता है। भारत वाले म्यूटेशन को B1-617 भी कहते हैं। यह म्यूटेंट ज्यादा खतरनाक है। पहली अप्रैल को 1 लाख केस हैं और 29 अप्रैल को 3 लाख 84 हजार केस हो गये हैं। यह काफी तेजी से फैल रहा है। यह जिस परिवार में एक बार फैल जाता है, उसके सभी सदस्य को संक्रमित करता है।

प्रश्नः **ट्रिपल म्यूटेंट के बारे में सुना जा रहा है। इसे बारे में क्या कहेंगे?**

उत्तरः यह B1.618 म्यूटेंट है। लेकिन यह B1-617 के मुकबले कमजोर है। इसे सबसे पहले कोलकाता में देखा गया है। ऐसे B1-618 ज्यादा खतरनाक है।

प्रश्नः **देश में करीब 14 करोड़ लोगों का वैक्सीनेशन हुआ है। क्या कोविशील्ड और कोवैक्सीन दोनों एक समान कोविड-19 के डबल म्यूटेंट से लड़ने में सक्षम है?**

उत्तरः अमेरिकन न्यूज में बताया गया कि कोविशील्ड और को-वैक्सीन डबल म्यूटेंट के खिलाफ लडने में सक्षम है। वैक्सीन शरीर में वायरस के खिलाफ लडने में एक दीवार पैदा करता है। यह दोनों वैक्सीन अच्छी खासी दीवार बनाते हैं। इससे वायरस कम नुकसान पहुंचाता है।

प्रश्नः **एक्सपर्ट की मानें, तो वैक्सीन लेने के बाद हमारे शरीर के टीश्यूज 2 से 4 साल तक**

वायरस को याद रखते हैं, अगर दोबारा वायरस का हमला होता है, तुरंत शरीर के टीश्यूज वायरस के खिलाफ लडने लगते हैं।

उत्तरः हमारे शरीर में दो V और T सेल्स होते हैं। V सेल्ड एंटीबॉडी प्रोड्यूस करते हैं। वहीं T सेल्ड मेमोरी सेल्स होते हैं, जो 2 से 3 साल बाद वायरस को पहचान सकते हैं और शरीर को वायरस के खिलाफ लड़ने में मदद करते हैं।

प्रश्नः वैक्सीन की प्रभावोत्पादकता (Efficacy) क्या है और इसे कैसे तय किया जाता है?

उत्तरः प्रभावोत्पादकता का मतलब है कि कितनी प्रभावी है। हमारी कोवैक्सीन की प्रभावोत्पादकता 75 से 80 फीसदी है। वहीं, कोविशील्ड की 70 से 80 फीसदी है। वैक्सीन के टेस्ट के दौरान संक्रमण नहीं, बल्कि कोविड के लक्षण पैदा होंगे या नहीं। मतलब मैं अगर 100 व्यक्तियों को टीका देता हूं, तो 70 फीसदी लक्षण वाले कोविड नहीं पैदा नहीं होंगे। लेकिन 30 फीसदी कर सकता है।

वैक्सीन हमें लक्षण यानी बीमारी से बचाती है। साथ ही वैक्सीन गंभीर बीमारी और मृत्यु से 95 फीसदी तक बचाती हैं।

प्रश्नः कोविड संक्रमण के बाद डबल म्यूटेंट से संक्रमण होने की संभावना है। साथ ही क्या टीका लगाना चाहिए ?

उत्तरः जिन्हें एक बार कोविड-19 संक्रमण हो चुका है, उसको दोबारा संक्रमण होने की संभावना काफी कम होती है। लेकिन अगर आपके शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता कम है, तो दोबारा कोविड-19 संक्रमित हो सकता है। साथ ही संक्रमण हो चुके व्यक्ति को टीका जरूर लगना चाहिए।

प्रश्नः कुछ लोगों ने वैक्सीन के दोनों डोज लगा लिये हैं। उसके 7 दिन बाद कोविड-19 संक्रमण हो गया है? इसके बारे में क्या कहेंगे?

उत्तरः मुझे वैक्सीन के दोनों डोज लगे करीब 2 माह हो गये हैं। लेकिन इसके बावजूद मुझे

कोरोना हो गया। हालांकि कोरोना संक्रमण बहुत हल्का था। मेरी उम्र में खतरे की संभावना ज्यादा रहती है। लेकिन सच्चाई यह है कि मैं कोरोना मरीज का इलाज करता हूं। ऐसे में मुझे हल्का संक्रमण होने की संभावना रहती है। लेकिन आम लोगों को वैक्सीन के दोनों डोज लगाने के बाद संक्रमण होने का खतरा बहुत ही कम होता है।

प्रश्नः अगर कोई व्यक्ति किसी बीमारी से ग्रस्त है, तो क्या वैक्सीनेशन के एक दो दिन बाद दवा दोबारा शुरू कर देना चाहिए?

उत्तरः अगर वैक्सीन का पहला टीका लिया और इसके बाद कोरोना संक्रमण हो गया हैं, तो संक्रमण के ठीक होने तक इंतजार करना चाहिए। इसके 2-3 महीने के बाद वैक्सीन की दूसरी डोज लेनी चाहिए। अगर पहले टीके और दूसरे टीके के बीच का अंतराल बढ़ भी जाएं, तो कोई फर्क नहीं पड़ता है। अगर आप या किसी अन्य बीमारी की दवा ले रहे हैं, तो

वैक्सीन लगाने के लिए कोई दवा बंद करने की जरूरत नहीं है। लेकिन वैक्सीन लगवाने से पहले टीका लगाने वाली नर्स या डॉक्टर को इसकी जानकारी देनी चाहिए। ब्लड थिनर को कोई दिक्कत नहीं होती है। हालांकि अपने डॉक्टर से जरूर इस बारे में सलाह ले लें।

प्रश्नः हर कोई कोविड-19 से बचने के तरीके बता रहे हैं? बिना लक्षण लिये लोगो कोविड-19 की दवा खा रहे हैं? इस बारे में क्या कहेंगे?

उत्तरः बेहतर है कि जब आप पॉजिटिव हो जाएं, या फिर कोविड-19 के लक्षण दिखें, तो डॉक्टर की सलाह से दवा लें। बिना ज्यादा कुछ बदलाव किये लोगों को संतुलित आहार लेना चाहिए।

प्रश्नः क्या वैक्सीन लगवाने के तुरंत बाद शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है। अगर ऐसा है, तो क्यों?

उत्तरः मौजूद वक्त में हर तीन में से 1 या 1.5 लोगो

पॉजिटिव होते हैं। मतलब करीब 33 फीसदी लोग पॉजिटिव होते हैं। दरअसल होता ये है कि अगर आप सभी लोगों का टेस्ट करेंगे, तो देखेंगे कि वो पॉजिटिव हैं, लेकिन कोविड-19 के लक्षण नहीं दिखते हैं। ऐसे लोग वैक्सीन लगवा लेते हैं, जिसके 3 से 4 दिन बाद उन्हें कोरोना हो जाता है तो इसका कारण वैक्सीन नहीं है। ऐसे में वैक्सीन लगवाने के तुरंत बाद शरीर की रोग प्रतिरोधन क्षमता कम होने की खबर गलत है।

प्रश्नः कोविड-19 के डबल म्यूटेंट से शरीर में ऑक्सीजन की कमी देखी जा रही है और ऐसा क्यों होता है?

उत्तरः कोविड-19 हमारे शरीर में सांस लेने तंत्र के जरिए प्रवेश करता है। ऐसे में सबसे पहले सांस लेने के तंत्र को डैमेज करता है। यही वजह है कि कोविड-19 हमारे फेफड़ों को सबे पहले संक्रमित करता है। ऐसे में संक्रमण बढ़ने पर शरीर में ऑक्सीन लेवल कम हो

जाता है। अगर ऑक्सीजन लेवल की बात करें, तो 94 से नीचे ऑक्सीजन लेवल आने लगें, तो यह चिंता की बात है। बता दें कि रात में सोते समय ऑक्सीजन लेवल कम हो जाता है।

प्रश्नः कोविड-19 के डबल म्यूटेंट में बिना कोई लक्षण दिखे अचानक ऑक्सीजन लेवल कम हो जाता है। इस बारे में क्या कहेंगे?

उत्तरः कुछ मामलों में अचानक ऑक्सीजन लेवल कम हो जाता है। ऐसे में लोगों को तुरंत अस्पताल ले जाना चाहिए।

प्रश्नः क्या लोगों को वैक्सीन ब्रांड चुनने का मौका मिलेगा?

उत्तरः अगर ऐसा होगा, तो भारतीयों को वैक्सीन ब्रांड चुनने का मौका सबसे ज्यादा मिलेगा, क्योंकि इस साल के अंत तक वैक्सीन के 4 से 5 ब्रांड आ सकते हैं। लेकिन कई कारणों की वजह से लोगों को वैक्सीन ब्रांड चुनने की छूट मिलने की संभावना कम है। मेरे मुताबिक

सभी वैक्सीन समान हैं। ऐसे में वैक्सीन ब्रांड चुनने के पीछे नहीं भागना चाहिए।

प्रश्नः रोग प्रतिरोधक क्षमता को अचानक से नहीं बढ़ाया जा सकता है। लेकिन रोग प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत करने के लिए क्या करना चाहिए?

उत्तरः लोगों को पॉजिटिविटी के साथ मौसमी सब्जियां और फल खाने चाहिए। साथ ही रोजाना तौर पर व्यायाम करना चाहिए।

Disclaimer:

All the answers above are given by Dr. NK Arora ((Executive Director, The INCLEN Trust International; President, AIIMS-Patna & AIIMS-Deoghar; Chairperson, Operational Research Group of the National Task Force for COVID 19, ICMR) and Dr. Samiran Panda (Head of Epidemiology & Communicable Diseases Division, ICMR) in exclusive interviews conducted by Jagran New Media's Pratyush Ranjan (Senior Editor - News) in Jagran Dialogues series.