

Biuletyn Informacji Publicznej Polskiej Akademii Nauk

Adres artykułu: <https://bip.pan.pl/arttykul/56-698-pomiedzy-falami-covid-19-uspokojenie-sytuacji-nie-powinno-uspic-naszej-czujnosci-stanowisko-nr-16-z-28-czerwca-2021-r>

Pomiędzy falami COVID-19. Uspokojenie sytuacji nie powinno uśpić naszej czujności (stanowisko nr 16 z 28 czerwca 2021 r.)

To od nas zależy, jak wysoka będzie czwarta fala zachorowań na COVID-19 i czy sparaliżuje ona system ochrony zdrowia. Dlatego obecne uspokojenie sytuacji nie powinno osłabiać naszej czujności.

Jaka będzie czwarta fala?

Od połowy maja 2021 roku obserwujemy w Polsce wygaszanie trzeciej fali pandemii: znacznie spadły liczby zakażeń, hospitalizacji oraz zgonów z powodu COVID-19. To wygaszenie zawdzięczamy nie tylko niedawnym surowym ograniczeniom kontaktów społecznych, ale też coraz liczniejszej grupie zaszczepionych osób.

Sprzyja nam aura – jest cieplej, więc sporo czasu spędzamy na zewnątrz i często wietrzymy pomieszczenia. Życie społeczne i gospodarcze w dużym stopniu wróciło do normalności – otwarte zostały szkoły, restauracje, obiekty sportowe i instytucje kultury, a na imprezach okolicznościowych obowiązują bardzo wysokie limity gości.

Polacy zaczynają mieć nadzieję, że doświadczamy trwałego wygaszenia pandemii. Jednak powinniśmy być przygotowani na znacznie trudniejszy scenariusz. **Obecna sytuacja w Polsce - otwarcie gospodarki i przywrócenie życia społecznego, wciąż niedostateczny poziom zaszczepienia oraz pojawienie się nowego, bardziej zaraźliwego wariantu wirusa - może przyczynić się do gwałtownego rozwoju epidemii i niebezpiecznej czwartej fali zakażeń.** Taki bardziej zaraźliwy wariant – tzw. wariant Delta po raz pierwszy zidentyfikowany w Indiach – już dominuje m.in. w Wielkiej Brytanii i zaczyna rozprzestrzeniać się w naszej populacji.

To od nas zależy, jak wysoka będzie czwarta fala i czy sparaliżuje ona system ochrony zdrowia. Dlatego obecne uspokojenie sytuacji nie powinno osłabiać naszej czujności.

Niebezpieczny wariant Delta

Badania wariantu Delta wskazują, że jest on bardziej zaraźliwy od wariantu Alfa (zwanego brytyjskim), który był dominujący podczas trzeciej fali zachorowań w Polsce w marcu i kwietniu 2021. Szacuje się, że wariant Delta może być nawet dwukrotnie bardziej zaraźliwy od innych wariantów, a co za tym idzie w ciągu dwóch miesięcy może w danej populacji całkowicie zdominować poprzednio krążące warianty. W Wielkiej Brytanii wariant Delta jest obecnie odpowiedzialny za 90% nowych zakażeń i sprawił, że liczba wykrytych przypadków w tym kraju wzrosła pięciokrotnie w ciągu niecałych czterech tygodni.

Jednocześnie liczba hospitalizacji i zgonów z powodu COVID-19 w Wielkiej Brytanii utrzymuje się na stabilnym i bardzo niskim poziomie. Jest to wynik stosunkowo wysokiego poziomu zaszczepienia. Co najmniej jedną dawkę przyjęło 65% populacji (w Polsce 44%), a w pełni zaszczepione jest już ponad 48% (w Polsce 33%) według stanu na dzień 26 czerwca 2021 roku. Jest to również wynik tego, że w Wielkiej Brytanii osoby starsze (60+) są już w większości zaszczepione. Choroba wciąż rozprzestrzenia się, jednak nie zbiera już tak śmiertelnego żniwa. W Polsce sytuacja może wyglądać niestety dużo bardziej dramatycznie.

Dane wskazują, że wariant Delta atakuje głównie osoby niezaszczepione - stanowią one ponad dwie trzecie wszystkich nowych przypadków.

Tymczasem osoby w pełni zaszczepione nadal osiągają wysoką odporność.

Pełne zaszczepienie istotnie zmniejsza ryzyko zachorowania, a w przypadku choroby bardzo znacząco redukuje ryzyko hospitalizacji. Dowodzą tego badania prowadzone przez Instytut Zdrowia Publicznego Wielkiej Brytanii dla szczepionki wektorowej (AstraZeneca) oraz szczepionki mRNA (BioNTech/Pfizer). Wiele wskazuje na to, że podobnie będzie w przypadku pozostałych dopuszczonych do obiegu szczepionek.

Coraz więcej badań pokazuje też, że nawet jeśli osoba zaszczepiona zachoruje, to stanowi ona znacznie mniejsze ryzyko zakażenia dla osób, z którymi mieszka i styka się na co dzień, niż chora osoba niezaszczepiona.

Jak chronić siebie i najbliższych?

Wariant Delta trafił już do Polski. Pierwsze, pojedyncze przypadki zanotowano pod koniec kwietnia. Obecnie wariant ten stanowi już kilka procent wszystkich zakażeń i jego rozprzestrzenianie się nabiera tempa. Można założyć, że już we wrześniu w całej Polsce stanie się wariantem większościowym. **Ze względu na swoją wysoką zaraźliwość oraz w połączeniu z otwarciem gospodarki i niskim poziomem pełnego zaszczepienia (szczególnie osób z grup ryzyka) wariant Delta jest**

dla Polski dużo większym zagrożeniem niż np. dla Wielkiej Brytanii. Wariant Delta w Polsce może skutkować koniecznością ponownego lockdownu.

To, czy uda się ograniczyć transmisję wirusa i tym samym uniknąć wysokiej czwartej fali zachorowań, zależy w dużej mierze od naszych zachowań w czasie najbliższych tygodni. Dlatego apelujemy o przestrzeganie kilku prostych zasad.

1. Na spotkania w dużych grupach **umawiajmy się na zewnątrz**. Unikajmy zamkniętych pomieszczeń i tłoku.
 2. Wstrzymajmy się z uczestnictwem i organizacją spotkań do momentu **aż wszyscy ich uczestnicy przejdą pełny cykl szczepienia**. Dostępność dawek jest obecnie w Polsce wysoka – każdy chętny może się zapisać na szczepienie w ciągu kilku dni.
 3. Pamiętajmy o **regularnym wietrzeniu pomieszczeń**. Nośmy maseczki w obecności osób niezaszczepionych lub jeśli nie mamy pewności, że wszyscy wkoło są zaszczepieni, np. w sklepie, w pracy, czy w czasie nabożeństwa.
 4. Zadbajmy tego lata o **pełne zaszczepienie siebie i swoich najbliższych**. Nabyta odporność pozwoli uniknąć wysokiej czwartej fali wirusa i ponownego zamykania szkół, sklepów, restauracji, hoteli, teatrów, muzeów, kin i kościołów. Obecnie szczepienia dostępne są dla wszystkich powyżej 12. roku życia. Aby powstrzymać transmisję wariantu Delta i uniknąć ponownego lockdownu, szczepienia dzieci i młodzieży powinny się odbyć przed powrotem uczniów do szkół. Zadbajmy o szczepienie naszych dzieci już teraz.
 5. **Odpocznijmy i zadbajmy o swoje zdrowie psychiczne**. Dobra kondycja i odporność psychiczna pozwolą skuteczniej poradzić sobie z czwartą falą pandemii.
 6. **Z rozważą wybierajmy kierunki wakacyjnych podróży**, omijając miejsca, w których zaczęła rosnać liczba zakażonych (aby uniknąć kłopotów z powrotem do domu), a przede wszystkim miejsca występowania wariantów wirusa o podwyższonej zakaźności. Na duże odległości wirus podróżuje wewnątrz naszych organizmów – nie ułatwiamy mu przyjazdu do Polski.
 7. W razie nawet niewielkich objawów **jak najszybciej zgłaszajmy się na badania**. Obecną dobrą sytuację epidemiologiczną można utrzymać poprzez testowanie, izolację chorych i kwarantannę niezaszczepionych osób z kontaktu. Diagnostyka to niezbędny pierwszy krok do efektywnego monitorowania stanu epidemii, w tym także wykrycia i zwalczania pierwszych ognisk nowych wariantów wirusa. Choroba może pokrzyżować plany wakacyjne, ale brak kontroli epidemii spowoduje konieczność ponownych ogólnokrajowych restrykcji, na których ucierpi każdy z nas.
-

Apel zespołu

Apelujemy do władz samorządowych, lokalnych społeczności i działających lokalnie organizacji, takich jak koła gospodyń wiejskich, wspólnoty parafialne, Ochotnicza Straż Pożarna – wspomóżcie akcję szczepień, propagujcie ją i ułatwajcie osobom starszym dostęp do punktów szczepień. Jeżeli jesteś osobą, która z przekonaniem zaszczepiła się, podczas wakacji przekonuj innych do tego samego.

Tego lata mamy unikalną szansę wykorzystać wcześniejsze doświadczenia w walce z pandemią. Wiemy, że wysoce zaraźliwy wariant Delta jest już obecny w Polsce. Nie można wykluczyć, że pojawią się też inne, nowe warianty.

Nie powtórzmy błędu sprzed roku i nie dajmy sobie wmówić, że wirus jest w odwrocie. Jesteśmy bogatsi o rok doświadczeń, a w walce z wirusem mamy po swojej stronie naukę i szczepienia. To od naszych działań zależy, jak będą wyglądały lato i jesień.

[Zespół doradczy ds. COVID-19 przy prezesie Polskiej Akademii Nauk](#)

(śródtytuły od redakcji)

Tagi: polska akademia nauk, pan, koronawirus, covid19, zespół doradczy, stanowisko

Metryczka

Wytworzył:	Zespół doradczy ds. COVID-19
Data wytworzenia:	28.06.2021
Opublikował w BIP:	Agnieszka Borowa-Malinowska
Data opublikowania:	28.06.2021 15:41
Ostatnio zaktualizował:	Agnieszka Borowa-Malinowska
Data ostatniej aktualizacji:	28.06.2021 15:42
Liczba wyświetleń:	140