



DAILY NEWS BULLETIN

LEADING HEALTH, POPULATION AND FAMILY WELFARE STORIES OF THE DAY
Thursday 20200730

कोरोना वायरस

भारत में 150 दिन में ठीक हुए कोरोना के 10 लाख मरीज, रिकवरी दर में आ रही है तेजी (Amar Ujala: 20200730)

<https://www.amarujala.com/india-news/coronavirus-recoveries-rate-in-india-india-logs-10-lakh-recoveries-in-150-days-53-percent-from-3-states>

देश में जहां कोरोना वायरस की रफ्तार बढ़ रही है, वहीं इससे ठीक होने वाले मरीजों की संख्या में भी इजाफा हो रहा है। भारत में बुधवार को कोरोना वायरस से ठीक होने वाले मरीजों की संख्या 10 लाख को पार कर गई। यह भारत के लिए इस वायरस की लड़ाई में एक आशा की तरह है क्योंकि तेजी से बढ़ रहे संक्रमण के मामलों की वजह से लचर स्वास्थ्य व्यवस्था पर खासा दबाव है।

बुधवार रात तक, कोरोना संक्रमित कुल 15,82,730 मरीजों में से 10,19,297 (64.4%) मरीज इस बीमारी से उबर चुके थे। वहीं, अब तक इस वायरस से 33,236 लोगों की मौत हुई है। बुधवार तक देश में सक्रिय मामलों की कुल संख्या 5,28,459 रही।

बीमारी से उबर रहे लोगों और सक्रिय मामलों के बीच अंतर एक मुख्य आंकड़ा है, जिससे कोविड-19 के खिलाफ देश की इस लंबी लड़ाई में आशा मिलती है। हालांकि, यह अंतर हमेशा से नहीं था।

28 मई को, देश में कोरोना के सक्रिय मामलों की संख्या ठीक हो चुके मरीजों की संख्या से 23,000 से ज्यादा थी। हालांकि, इसके बाद बीमारी से उबरने वाले लोगों की संख्या में इजाफा देखा गया और 13

जून आते-आते यह अंतर खत्म हो गया। वहीं, बुधवार तक सक्रिय मामलों और ठीक हो चुके मरीजों की संख्या में 4,90,838 का अंतर रहा।

कोरोना वायरस से ठीक होने वाले मरीजों की संख्या को 10 लाख पहुंचने में दो मार्च के बाद से 150 दिन लगे हैं, लेकिन हर तिमाही में ठीक होने की रफ्तार में तेजी देखी गई। कोरोना से ठीक होने वाले मरीजों को संख्या को 2,50,000 पहुंचने में 114 दिनों का समय लगा। अगले 2,50,000 मरीजों को ठीक होने में 17 दिन लगे। वहीं, ठीक होने वाले मरीजों की संख्या को 7,50,000 पहुंचने में 11 दिन और आखिरी 2,50,000 मरीज केवल आठ दिन में ठीक हुए।

देशभर में, 64.4% मरीज कोरोना वायरस से ठीक हुए हैं, जबकि दुनियाभर में यह आंकड़ा 61.9% पर है। दिल्ली में कोरोना के कुल 1,33,310 मामलों में से 89 फीसदी को अस्पताल से छुटी दी जा चुकी है और देश में ठीक होने का अनुपात सबसे अधिक यहीं है।

लद्दाख (80 फीसदी), हरियाणा (78 फीसदी), असम (76 फीसदी) और तेलंगाना (75 फीसदी) देश के वो पांच राज्य हैं, जहां कोरोना से ठीक होने की दर सबसे अधिक है।

महाराष्ट्र में 2,39,755 मरीज कोरोना से ठीक हुए हैं, जबकि राज्य में अब तक 4,00,651 लोग कोविड-19 से संक्रमित हुए हैं। महाराष्ट्र में जितने मरीज ठीक हुए हैं, वो देश के कुल उबर चुके मरीजों की संख्या का एक-चौथाई है। वहीं, तमिलनाडु में सामने आए 2,34,114 मामलों में से 1,72,883 मरीज इलाज के बाद ठीक हुए हैं।

देश के कुल 53 फीसदी उबर चुके मरीज महाराष्ट्र, तमिलनाडु और दिल्ली से हैं। गौरतलब है कि वायरस से सबसे ज्यादा प्रभावित राज्यों की सूची में भी यही राज्य शामिल हैं, जहां देश के 48.5 फीसदी मामले सामने आए हैं।

देश में 10 लाख लोगों ने कोरोना को मात दी

नई दिल्ली | विशेष संवाददाता

राहत

देश में बढ़ते संक्रमण के बीच राहत की बात यह भी है कि अब 10 लाख लोग कोरोना को मात दे चुके हैं। वर्ल्डोमीटर के मुताबिक बुधवार रात स्वस्थ होने वाले लोगों की संख्या 10,20,337 हो गई थी।

इस राहत भरी खबर के बीच चिंता की बात यह भी है कि दो दिन के अंदर कोरोना संक्रमण के करीब एक लाख मामलों का इजाफा हुआ है। कोविड-19 के कुल मामलों की संख्या 15 लाख के पार हो चुकी है। दो दिन पहले

- वर्ल्डोमीटर के मुताबिक, 10 लाख 20 हजार मरीज ठीक हो चुके
- 15 लाख के पार हुए कोरोना वायरस के कुल मामले

यह आंकड़ा 14 लाख के पार पहुंचा था। केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय के सुबह आठ बजे तक जारी आंकड़ों के अनुसार पिछले एक दिन में संक्रमण के 48,513 केस सामने आए। जिससे बुधवार को संक्रमितों की संख्या 15,31,670 पर पहुंच गई। > 20 हजार केस पेज 17

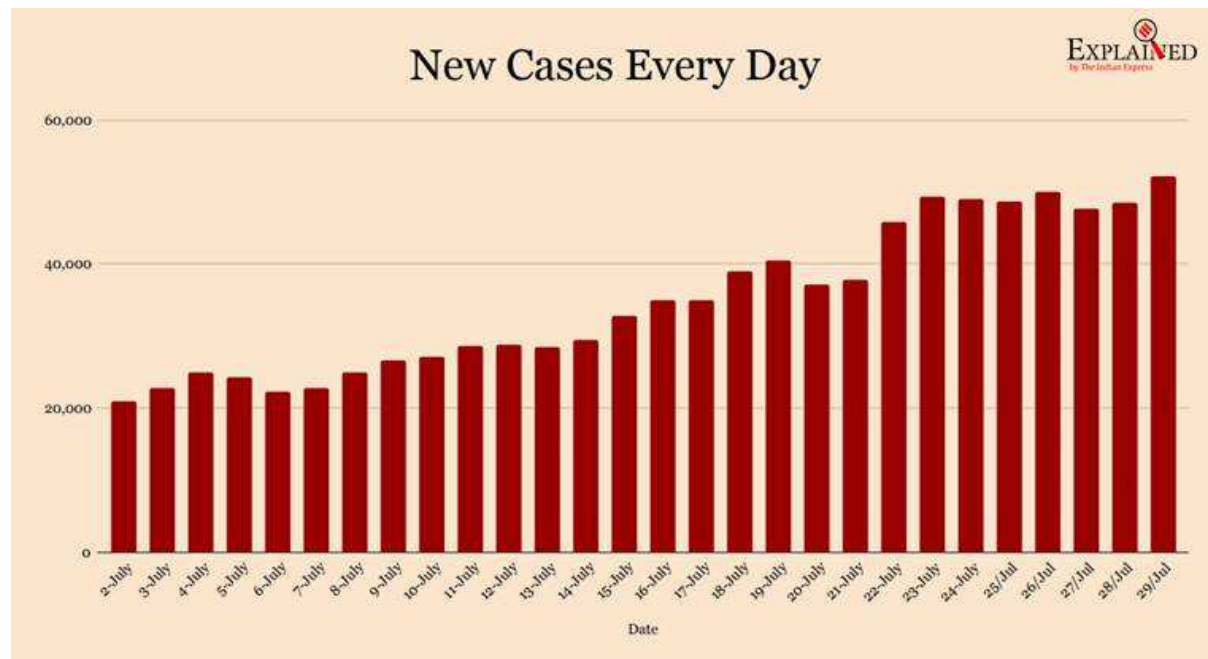
India coronavirus numbers explained: 50,000-figure breached, recoveries cross one million (The Indian Express: 20200730)

<https://indianexpress.com/article/explained/india-coronavirus-numbers-explained-cases-deaths-recoveries-andhra-pradesh-maharashtra-6530429/>

India Coronavirus Cases: The number of new cases in the country crossed the 50,000-mark for the first time on Wednesday. On the same day, the number of people who have already recovered from the disease crossed the one million mark.

India Coronavirus Cases: Andhra Pradesh detected more than 10,000 new cases of novel Coronavirus infections on Wednesday, and it was the first time since mid-March that any state had reported more cases than Maharashtra on any day. Maharashtra found 9,211 new cases on Wednesday, and the number of people who have been infected in the state so far went past 4 lakh.

It was also only the second time that any state had reported more than 10,000 positive cases in a single day. On July 22, Maharashtra had detected over 10,500 new cases.



coronavirus, coronavirus news, covid 19, india covid 19 cases, coronavirus india update, coronavirus cases today update, coronavirus cases, delhi corona news, gujarat coronavirus, andhra pradesh coronavirus, west bengal coronavirus, up coronavirus news, maharashtra coronavirus Daily Covid-19 cases in India in July. The number of new cases crossed the 50,000-mark for the first time on Wednesday, July 29, 2020.

Ever since the first infections in Maharashtra were detected in the second week of March, the state has been contributing the highest number of positive cases in the country. Even in the initial days, there were only a couple of occasions when other states –the outbreak was confined to Kerala, Delhi, Telangana and Rajasthan at that time – had reported more cases than Maharashtra, but those days daily new discoveries were still in single digits.

As it raced ahead, Maharashtra’s contribution to the national tally was far greater than others. At its peak, during the month of May, more than 40 per cent of all cases detected in India every day were coming from Maharashtra. The state also accounted for more than 35 per cent of the country’s total caseload in those days.

These contributions have progressively come down now. These days, less than 20 per cent of all cases detected in the country every day are in Maharashtra. And the state’s share of the total national caseload has fallen to just about 25 per cent (four lakh in national tally of 15.85 lakh).

Even then, Maharashtra’s position had remained unchallenged as far as absolute numbers of daily new cases was concerned. Andhra Pradesh is the first state to have gone past Maharashtra’s daily tally.

Andhra Pradesh has seen a phenomenal growth in its cases in this month. Its total cases have risen from less than 15,000 at the end of June to more than 1.2 lakh now, an increase of almost 725 per cent. Usually, states with large caseloads don’t have long durations of high growth. Their growth tends to fall off after a few days. That is because, states would have to discover higher number of positive cases every day to sustain that growth. States like Telangana, Tamil Nadu or Karnataka, which showed a surge in this month, slowed down or stabilised after a few days or weeks. Even if, in absolute numbers, they continued to detect similar number of cases every day, the growth, in percentage, has fallen off.

Andhra Pradesh, however, has defied that trend and sustained a very high growth for a long time now. In July, its cases have grown at an average of 7.55 per cent per day. The only comparable state has been Karnataka, which has grown by 7.14 per cent per day during this time. Karnataka’s caseload has increased from 15,242 to 112,504 during this month, an increase of 638 per cent. But Karnataka’s growth seems to tapering off now, at least in comparison to Andhra Pradesh.

Top ten states with maximum caseload:

STATE	TOTAL POSITIVE	NEW CASES	TOTAL RECOVERIES	DEATHS
Maharashtra	400,651	9,211	239,755	14,463
Tamil Nadu	234,114	6,426	172,883	3,741
Delhi	133,310	1,035	118,633	3,907
Andhra Pradesh	120,390	10,093	55,406	1,213

Karnataka	112,504	5,503	42,901	2,155
Uttar Pradesh	77,334	3,383	45,807	1,530
West Bengal	65,258	2,294	44,116	1,490
Telangana	60,717	1,811	44,572	505
Gujarat	59,126	1,144	43,195	2,396
Bihar	45,919	2,328	30,504	273

Thanks largely to Andhra Pradesh, which reported more than 10,000 cases on Wednesday, compared to between 7,000 and 8,000 it was reporting these days, the total number of new cases in the country crossed the 50,000-mark for the first time. For over a week now, this number had been hovering around 50,000 but stopping just short of that. On Wednesday, however, 52,123 new cases were detected, to take the total number of people found infected with the disease in India till now to 15.83 lakh.

The number of people who have already recovered from the disease also crossed the one million mark on Wednesday. More than 10.2 lakh people, or about 64 per cent of those infected, have now recovered.

Over half of Haryana's Covid cases, over 60% deaths in 2 districts (The Indian Express: 20200730)

<https://indianexpress.com/article/cities/chandigarh/over-half-haryana-covid-cases-60-deaths-2-districts-6530456/>

Both Faridabad and Gurgaon have till date, reported 17,207 cases and 251 deaths, while the remaining 20 districts of Haryana have so far got 16,424 cases and 162 deaths till date.

More than half of Haryana's positive cases of coronavirus infections and nearly 61 per cent deaths are only in two districts of Faridabad and Gurgaon.

Both the districts have, till date, reported 17,207 cases and 251 deaths, while the remaining 20 districts of Haryana have so far got 16,424 cases and 162 deaths till date.

Haryana added another 755 cases of new infections and seven deaths in the last 24 hours. Faridabad reported maximum 198 cases and Gurgaon reported 91. Other districts that

reported cases were Sonipat (26), Rohtak (35), Bhiwani (4), Rewari (32), Karnal (35), Ambala (75), Jhajjar (2), Palwal (17), Mahendragarh (10), Hisar (14), Panipat (38), Nuh (13), Kurukshetra (13), Sirsa (21), Jind (43), Fatehabad (18), Panchkula (46), Yamunanagar (14), Kaithal (7) and Charkhi Dadri (3). Panchkula district administration's Covid bulletin released on Wednesday evening, however, mentioned 50 new cases in the last 24 hours.

A total of 662 patients also recovered taking the number of total recovered patients to 26420. State's recovery rate touched 78.56 per cent while the fatality rate was 1.23 per cent, Wednesday evening.

Among the seven patients, who lost their lives due to Covid in the last 24 hours, two patients each died in Faridabad and Panipat, while one each died in Gurgaon, Sonipat and Rohtak.

According to state Covid bulletin, there were 6,798 active Covid patients across the state including 147 critical patients out of which 129 were on oxygen support and 18 were on ventilator support.

Faridabad and Gurgaon continue to be far ahead in case count for over a month now.

Till date, while Gurgaon has reported 8,912 cases (1,018 active), Faridabad has reported 8,295 cases (1,645 active). Remaining all districts across Haryana have below 500 active cases, while five districts have below 50 active cases, as on date — Bhiwani has 44 active cases, Charkhi Dadri (48), Nuh (59), Kaithal (68), and Jind (77).

9 more testing labs in next 10 days

CM Manohar Lal Khattar directed officers to set up nine new Covid-19 testing laboratories in the next 10 days and conduct a special campaign to motivate people to wear masks during Unlock-3. Khattar directed officers that at least one Covid-19 testing lab should be opened in each district where the testing is facilitated by RT-PCR system instead of antigen testing.

Additional Chief Secretary, Medical Education and Research Department, Alok Nigam said, "At present, there are 16 Covid-19 testing labs in the state including 11 in government and five in private hospitals. The Chief Minister has ordered that one new lab each in four district government hospitals and in five medical colleges should be set up within the next 10 days."

Khattar presided over the meeting of disaster management committee with various departments to take stock of the Covid-19 situation.

Police told to act tough

Police officers have also been asked to spread awareness at traffic intersections regarding wearing masks or covering the mouth and nose with a 'gamchcha'. "The Chief Minister also directed the police department to strictly enforce the wearing of masks and issue challans on the offenders on the spot giving them at least five masks. If a person does not deliberately wear a mask, he should also be told that the challan amount could be increased from Rs 500 to Rs 1000 at any time in future," the government spokesman said.

No plans to impose lockdown

“Some states such as Karnataka, Assam, Meghalaya, Uttarakhand, Jammu and Kashmir and Maharashtra have implemented lockdown at their level of one week, one day, or weekend. However, there were no such plans as far as Haryana is concerned,” the spokesman added.

Additional Chief Secretary, Health Department, Rajeev Arora said, “The average Covid-19 positive rate in the state is 5.82 per cent while it is 8.56 percent in the whole country. Haryana’s recovery rate is 78.35 per cent while it is 64.23 per cent in the country. State government has also floated tenders for inviting three lakh corona antigen kits out of which two lakh kits have been received.”

Free ambulance for re-test

The Chief Minister has directed officers to provide free ambulance services to patients who have recovered from COVID-19 when they return for re-testing. Apart from this, plasma banks are also being set up in Panchkula, Rohtak, and Gurgaon. People are being encouraged to donate plasma. CM also asked officers of AYUSH department to distribute immunity boosting kits in large numbers, across the state.

Send e-Rakhis: Khattar

On Wednesday, Khattar also appealed that “people should continue to celebrate upcoming festivals like Rakshabandhan and Eid in the same way that they celebrated other festivals during the lockdown in a simple manner. Brothers and sisters should exchange their messages through mobile and send e-Rakhi”. CM also directed that even during the festivals of Rakshabandhan and Eid, only 35 passengers should travel per bus.

Fine for flouting wedding restrictions

Chief Minister said that “during wedding ceremonies conducted in banquet hall there should not be a gathering of more than 50 people”. The government has decided that for the first time violator, a fine of Rs 1 lakh will be imposed, while Rs 3 lakh for the second time and Rs 5 lakh for more than twice. However, if the owner continues to violate the norms, it could result in cancellation of their licence.

Covid-19 virus has been circulating in bats for decades: Study (The Tribune: 20200730)

<https://www.tribuneindia.com/news/health/covid-19-virus-has-been-circulating-in-bats-for-decades-study-119890>

An international team of researchers has discovered that the lineage that gave rise to the SARS-CoV-2, the virus that is responsible for the Covid-19 pandemic, has been circulating in bats for decades and likely includes other viruses with the ability to infect humans.

The findings, published in the journal Nature Microbiology, have implications for the prevention of future pandemics stemming from this lineage.

"Coronaviruses have genetic material that is highly recombinant, meaning different regions of the virus's genome can be derived from multiple sources," said study researcher Maciej Boni from Penn State University in the US.

"This has made it difficult to reconstruct SARS-CoV-2's origins. You have to identify all the regions that have been recombining and trace their histories. To do that, we put together a diverse team with expertise in recombination, phylogenetic dating, virus sampling, and molecular and viral evolution," Boni added.

The team used three different bioinformatic approaches to identify and remove the recombinant regions within the Covid-19 virus genome.

Next, they reconstructed phylogenetic histories for the non-recombinant regions and compared them to each other to see which specific viruses have been involved in recombination events in the past.

They were able to reconstruct the evolutionary relationships between Covid-19 virus and its closest known bat and pangolin viruses.

The researchers found that the lineage of viruses to which Covid-19 virus belongs diverged from other bat viruses about 40-70 years ago.

Importantly, although SARS-CoV-2 is genetically similar (about 96 per cent) to the RaTG13 coronavirus, which was sampled from a *Rhinolophus affinis* horseshoe bat in 2013 in Yunnan province, China, the team found that it diverged from RaTG13 a relatively long time ago, in 1969.

"The ability to estimate divergence times after disentangling recombination histories, which is something we developed in this collaboration, may lead to insights into the origins of many different viral pathogens," said study researcher Philippe Lemey.

The team found that one of the older traits that SARS-CoV-2 shares with its relatives is the receptor-binding domain (RBD) located on the Spike protein, which enables the virus to recognize and bind to receptors on the surfaces of human cells.

"This means that other viruses that are capable of infecting humans are circulating in horseshoe bats in China," said study researcher David L Robertson from the MRC-University of Glasgow Centre for Virus Research.

The team concluded that preventing future pandemics will require better sampling within wild bats and the implementation of human disease surveillance systems that are able to identify novel pathogens in humans and respond in real-time.

RTPCR Test (Hindustan: 20200730)

https://epaper.livehindustan.com/imageview_224004_86398182_4_1_30-07-2020_5_i_1_sf.html

मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को दिया आदेश, कोविड जांच के सभी नियमों का कड़ाई से पालन किया जाए

लक्षण हैं तो जरूर करें आरटीपीसीआर जांच



नई दिल्ली | वरिष्ठ संवाददाता

मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने कहा कि अगर किसी में कोरोना के लक्षण हों, लेकिन एंटीजन जांच में रिपोर्ट निगेटिव आती है तो उसकी आरटीपीसीआर जांच अनिवार्य रूप से कराई जानी चाहिए। कोविड प्रबंधन की बैठक में मुख्यमंत्री ने स्वास्थ्य विभाग को यह निर्देश जारी किया है। उन्होंने ट्वीट करके इसकी जानकारी दी। इसके बाद माना जा रहा है कि दिल्ली में आरटीपीसीआर जांच में तेजी आएगी।

दिल्ली में जुलाई के पहले सप्ताह से आरटीपीसीआर जांच की संख्या में तेजी से कमी आई है। इसे लेकर एक याचिका पर सुनवाई के दौरान हाईकोर्ट ने सरकार से आरटीपीसीआर जांच बढ़ाने को कहा था। माना जा रहा है कि सरकार इस जांच में दोबारा तेजी लाएगी। अभी रोजाना 5000 के करीब आरटीपीसीआर जांच और 15 हजार से अधिक एंटीजन जांच हो रही हैं। दिल्ली में आरटीपीसीआर जांच की क्षमता 11000 प्रतिदिन की है।



दरियागंज स्थित कोविड सेंटर में बुधवार को कोरोना जांच के लिए स्वैब नमूना एकत्र करना स्वास्थ्य कर्मचारी। • संघित खन्ना

24 घंटे में कुल 17392 लोगों की जांच हुई

स्वास्थ्य विभाग के मुताबिक, बीते 24 घंटों में कुल 17392 लोगों की जांच हुई। इनमें 12318 एंटीजन किट से व 5074 आरटीपीसीआर व अन्य जांच हुई हैं। राजधानी में प्रति 10 लाख की आबादी पर 52327 जांच हो चुकी है। वहीं, कुल 994219 टेस्ट हो चुके हैं। कटेनमेंट जोन की संख्या भी घटकर 704 हो गई है।

केजरीवाल ने लक्षण वाले व्यक्ति का रैपिड एंटीजन जांच में निगेटिव आने के बाद आरटीपीसीआर जांच कराने का निर्देश ऐसे ही नहीं दिया है। आंकड़े बताते हैं कि एंटीजन जांच के बाद आरटीपीसीआर जांच कराने वाले 14.33 फीसदी लोग पॉजिटिव मिले

थे। स्वास्थ्य अधिकारियों की मानें तो सभी पॉलीक्लोनलिक में आरटीपीसीआर जांच बढ़ाने का निर्देश जारी किया गया है। दिल्ली में बीते 18 जून को एंटीजन जांच की शुरुआत हुई थी। 18 जून से 24 जुलाई के बीच 4.04 लाख रैपिड एंटीजन जांच हुई थी। उसमें 2818

1035

कोरोना संक्रमित मिले हैं पिछले 24 घंटे में और 26 मरीजों की इस दौरान मौत हुई है

133310

कुल संक्रमितों का आंकड़ा हो गया है दिल्ली में। इनमें से 3907 मरीजों की मौत हो चुकी है

1125

मरीजों को छुट्टी दे दी गई बुधवार को इलाज के बाद। फिलहाल अभी 10770 सक्रिय मरीज हैं

आरटीपीसीआर जांच में तीन गुना तक की कमी

आरएमएल अस्पताल में कोरोना की आरटीपीसीआर जांच के लिए आने वाले लोगों की संख्या में लगभग तीन गुना तक की कमी हो गई है। एक डॉक्टर ने नाम नहीं छापने की शर्त पर बताया कि दो सप्ताह पहले तक यहां 800 से 900 लोग हर रोज आरटीपीसीआर जांच के लिए आते थे, लेकिन अभी रोजाना सिर्फ 250 से 300 मरीज ही आरटीपीसीआर जांच के लिए आ रहे हैं।

लोग ऐसे थे जिनमें लक्षण होने के बाद भी एंटीजन जांच में निगेटिव रिपोर्ट आई थी। लेकिन, आरटीपीसीआर जांच में इनमें से 404 लोगों संक्रमित मिले।

तीन बड़े अस्पतालों में भी होगी एंटीजन जांच: दिल्ली के आरएमएल अस्पताल में आम लोग भी एंटीजन जांच

एंटीजन-आरटीपीसीआर जांच में ये है अंतर

- आरटीपीसीआर जांच में नाक और मुंह दोनों से सैंपल लिया जाता है, जबकि रैपिड एंटीजन टेस्ट में सिर्फ नाक से सैंपल लिया जाता है
- आरटीपीसीआर जांच लेब में होती है। इसकी रिपोर्ट मिलने में 48 घंटे भी लग जाते हैं। वहीं, एंटीजन जांच के परिणाम 30 से 40 मिनट में आ जाते हैं
- आरटीपीसीआर जांच में वायरस के आरएमएल या डीएनए का पता लगाया जाता है। कोरोना एक आरएमएल वायरस है तो इसकी जांच में आरएमएल का पता लगाते हैं

रोजाना 15 हजार रैपिड एंटीजन जांच की जा रही

राजधानी में रोजाना औसतन 15 हजार जांच सिर्फ रैपिड एंटीजन किट के माध्यम से ही हो रही हैं। स्वास्थ्य विभाग के मुताबिक, दिल्ली में अब तक 4.35 लाख लोगों की एंटीजन जांच की जा चुकी है। इनमें से 10 फीसदी लोग संक्रमित मिले हैं। आईसीएमआर के अनुसार, अगर किसी मरीज में कोरोना के लक्षण हैं और एंटीजन जांच में रिपोर्ट निगेटिव आती है तो उसे दोबारा आरटीपीसीआर जांच करानी चाहिए।

करा सकेंगे। इसके लिए नया जांच केंद्र तैयार किया जा रहा है। वहीं, लेडी हॉर्डिंग व सफदरजंग में भी मरीजों और उनके तीमारदारों की एंटीजन जांच होगी। आरएमएल में कोई भी सुबह 9 बजे से शाम पांच 5 तक एंटीजन जांच करा सकता है।

कोरोना वैक्सीन

रूस ने बनाया दुनिया की पहली कोरोना वैक्सीन लाने का प्लान, 10 अगस्त को हो सकता है बड़ा ऐलान ! (Dainik Jagran: 20200730)

https://www.jagran.com/world/russia-russia-plans-to-approve-worlds-first-covid19-vaccine-by-august-10-202073034.html?itm_source=website&itm_medium=homepage&itm_campaign=p1_component

रूस ने कथित तौर पर कहा है कि एक बार वैक्सीन के सार्वजनिक उपयोग के लिए मंजूरी मिलने के बाद इसे पहले फ्रंटलाइन हेल्थकेयर वर्कर्स को दिया जाएगा।

मॉस्को, एनएनएन। दुनियाभर में लोग कोरोना वैक्सीन का इंतजार कर रहे हैं। इस बीच सबकी नजरें दुनिया की पहली कोरोना वैक्सीन के आने पर टिकी हैं। रूस ने दुनिया की पहली कोरोना वैक्सीन लाने का प्लान बना लिया है। इसको लेकर रूस तैयारी कर रहा है। सीएनएन ने बताया है कि दुनिया के कई देश फिलहाल कोरोना के खिलाफ जंग लड़ रहे हैं, इस बीच रूस 10 अगस्त तक दुनिया की पहली कोरोना वैक्सीन को मंजूरी दिलाने की कोशिशों में जुट गया है। रूस ने इसको लेकर खास रणनीति तैयार की है।

सोवियत संघ द्वारा दुनिया के पहले उपग्रह के 1957 के प्रक्षेपण का जिक्र करते हुए रूस के संप्रभु धन कोष के प्रमुख किरिल दिमित्रिव (Kirill Dmitriev) ने कहा है कि यह एक विशेष क्षण है। गौरतलब है कि रूस का संप्रभु धन कोष (Sovereign Wealth Fund), कोरोना वैक्सीन की फंडिंग कर रहा है। उन्होंने कहा कि अमेरिकियों को आश्चर्य हुआ जब उन्होंने स्पुतनिक के बीपिंग के बारे में सुना। कोरोना वैक्सीन के साथ भी ऐसा ही है। रूस यहां भी पहले पहुंचेगा।

सीएनएन ने बताया कि रूस 10 अगस्त तक वैक्सीन को मंजूरी देने की योजना बना रहा है, जिसे मॉस्को स्थित गैमलेया संस्थान (Gamaleya Institute) ने बनाया है। रूस ने कथित तौर पर कहा है कि एक बार वैक्सीन के सार्वजनिक उपयोग के लिए मंजूरी मिलने के बाद इसे पहले फ्रंटलाइन हेल्थकेयर वर्कर्स को दिया जाएगा। रिपोर्टों के अनुसार रूस की कोरोना वैक्सीन को अपना दूसरा चरण पूरा करना बाकी है, जबकि दुनिया भर में शोध किए जा रहे कुछ अन्य वैक्सीनों का ट्रायल तीसरे चरण में है।

रूस के रक्षा मंत्रालय ने कथित तौर पर कहा है कि सैनिकों ने मानव ट्रायलों में स्वेच्छा से भाग लिया है। परियोजना के निदेशक अलेक्जेंडर गिन्सबर्ग को यह कहते हुए उद्धृत किया गया कि उन्होंने पहले ही टीका के साथ खुद को इंजेक्शन लगा लिया है।

फिटनेस

स्वस्थ रहने और इंजुरी से बचे रहने के लिए दौड़ते वक्त रखें इन बातों का ध्यान (Dainik Jagran: 20200730)

<https://www.jagran.com/lifestyle/health-keep-these-things-in-mind-while-running-20572826.html>

शारीरिक स्थिति क्षमता ऊर्जा और उम्र के अनुसार दौड़ने से ही सेहत को लाभ होता है। फिटनेस के लिए दौड़ना चाहते हैं तो जरा रुकें इन नियमों को जानें फिर आगे बढ़ें।

दौड़ने के कुछ नियम होते हैं, जिनका फॉलो करना जरूरी है। हर व्यक्ति की शारीरिक क्षमता, बॉडी टाइप और जरूरतें अलग होती हैं, इसी के हिसाब से दौड़ने के नियम तय होते हैं। इसके अलावा जो ऊर्जा 15-20 की उम्र में होती है, वही 30-40 की उम्र में नहीं हो सकती। हर पहलू को समझने के बाद ही दौड़ना चाहिए।

1. दौड़ने से पहले वॉर्म-अप करें, जिससे दौड़ते वक्त किसी तरह की इंजुरी होने की संभावना न रहे। ब्रिस्क वॉक या हलकी-फुलकी जॉगिंग बेहतर रहेगी। 10-15 मिनट की वॉक से ही बॉडी एक्टिव हो जाती है।
2. दौड़ने के लिए सुबह का समय अच्छा होता है। रात भर सोने से सुबह शरीर में बेहतर ऊर्जा बनी रहती है। हालांकि कुछ लोग शाम को भी दौड़ते हैं, लेकिन इस समय दिन भर काम करने के बाद शरीर थका-थका सा रहता है।
3. दौड़ने के लिए छोटे-छोटे कदम सही रहते हैं। शुरुआत में किसी पार्क के ट्रैक पर दौड़ें। कुछ दिन सीधी-समतल जगह पर दौड़ें।

4. छोटे-छोटे लक्ष्य बनाएं। जैसे, पहले दिन तीन से पांच मिनट ही दौड़ें। इस नियम को एक हफ्ते तक जारी रखें। अगले सप्ताह 7 मिनट, फिर 10 मिनट मतलब धीरे-धीरे ही रनिंग टाइम बढ़ाएं। पहली बार दौड़ने वाले आमतौर पर यह गलती करते हैं कि वे किलोमीटर में सोचते हैं। जबकि शुरुआती दौर में किलोमीटर नहीं, मिनट पर सोचें। 5 मिनट-10 मिनट जैसे छोटे लक्ष्य बनाएं, उसे कम से कम एक हफ्ते तक चलाएं। सप्ताह भर में उसमें 10 प्रतिशत से ज्यादा इजाफा न करें।
5. साफ-सुथरी जगह पर दौड़ें। शुरुआत में सड़क पर दौड़ना ठीक नहीं, इसमें असंतुलन का खतरा रहता है। इयरफोन लगा कर न दौड़ें साथ ही भीड़-भाड़ वाली जगह पर भी न दौड़ना करें अवॉयड।
6. दौड़ते हुए मुंह बंद रखें, नाक से सांस लें। मुंह खुलने से गला सूखेगा और थकान जल्दी महसूस होगी। दौड़ते हुए कभी बीच में पानी न पिएं, कोई भी सॉफ्ट या एनर्जी ड्रिंक्स न लें। दौड़ने से कुछ देर पहले पानी पी सकते हैं।
7. दौड़ते हुए शरीर का ऊपरी हिस्सा सही पॉजिशन में रहना चाहिए। अगर सही पोस्चर नहीं होगा तो बांहों, कंधों, गर्दन या पीठ में दर्द हो सकता है। दौड़ते हुए हाथों को कमर तक रखें। ध्यान दें कि हाथ 90 का कोण बना रहे हों। शरीर को सीधा रखें, आगे झुक कर न दौड़ें। सिर ऊपर की तरफ हो, पीठ सीधी हो और कंधे झुके हुए न हों।
8. दौड़ने की जरूरी शर्त है कि इसमें दबाव न महसूस करें। अपने शरीर की जरूरत और क्षमता को जानें। उत्साह और खुशी के लिए दौड़ें, थकने के लिए नहीं। शरीर पर दबाव पड़े तो रुक जाएं। किसी भी फिजिकल एक्टिविटी में ब्रेक का बड़ा महत्व है।

एंटीजन जांच

दिल्ली के तीन बड़े अस्पतालों में अब कोई भी करा सकेगा एंटीजन जांच (Amar Ujala: 20200730)

<https://www.amarujala.com/delhi-ncr/everyone-will-be-able-to-get-antigen-test-in-three-big-hospitals-of-delhi?pageId=1>

राजधानी के राम मनोहर लोहिया अस्पताल, लेडी हार्डिंग और सफदरजंग अस्पताल में अब कोई भी एंटीजन जांच करा सकेगा। सके लिए किसी डॉक्टरी पर्च की जरूरत नहीं होगी। इसके लिए नया केंद्र तैयार किया जा रहा है। इसके अलावा दिल्ली सरकार के लेडी हॉर्डिंग और सफदरजंग में भी सभी मरीजों और उनके तीमारदारों की एंटीजन जांच होगी। आरटी-पीसीआर जांच कराने के लिए अब कम मरीज ही अस्पताल आते हैं। इसे देखते हुए इन अस्पतालों ने यह निर्णय लिया है।

राम मनोहर लोहिया अस्पताल में कम्युनिटी मेडिसिन के डॉक्टर मनीष प्रभाकर के मुताबिक, दिल्ली में रैपिड एंटीजन जांच की संख्या लगातार बढ़ाई जा रही है। इससे आरटीपीसीआर जांच लगभग आधी रह गई हैं। आरटी-पीसीआर जांच के परिणाम आने में तीन से चार दिन लगते हैं। एंटीजन किट से आधे घंटे में जांच रिपोर्ट मिल जाती है। लिहाजा, अधिकतर लोग एंटीजन जांच को महत्व दे रहे हैं। लोग यह जानते हैं कि वे कोरोना की जांच करा रहे हैं। उन्हें यह नहीं पता होता कि कोरोना की कौन सी जांच सही है और कौन सी सिर्फ स्क्रीनिंग के मकसद से हो रही है।

आरएमएल में तीन गुना कम हुए लोग

आरएमएल में कोरोना वायरस की आरटी-पीसीआर जांच के लिए आने वाले लोगों की संख्या लगभग तीन गुना कम हो गई है। एक डॉक्टर ने बताया कि दो सप्ताह पहले तक उनके यहां 800 से 900 लोग प्रतिदिन आरटी-पीसीआर जांच के लिए आते थे, लेकिन अब यह संख्या बहुत कम हो गई है। यहां रोजाना 250 से 300 मरीज ही प्रतिदिन जांच के लिए आते हैं।

रोजाना हो रही 15 हजार एंटीजन जांच

राजधानी में रोजाना औसतन 15 हजार जांच सिर्फ रैपिड एंटीजन किट से हो रही हैं। स्वास्थ्य विभाग के आंकड़ों के मुताबिक, अब तक 4.35 लाख लोगों की एंटीजन किट से जांच की जा चुकी है। इनमें से 10 फीसदी लोग संक्रमित मिले हैं।

लक्षण दिखने पर जरूरी है आरटी-पीसीआर जांच

आईसीएमआर के अनुसार, अगर किसी मरीज में कोरोना के लक्षण हैं और एंटीजन जांच में रिपोर्ट निगेटिव आती है तो उसे दोबारा आरटी-पीसीआर जांच करानी चाहिए। स्वास्थ्य विभाग के एक अधिकारी के मुताबिक, 26 जुलाई तक जितने लोगों की एंटीजन जांच की गई, उसमें करीब 1800 लोग ऐसे थे जिनमें कोरोना के लक्षण थे और वह एंटीजन जांच में निगेटिव आए थे। ऐसे सभी लोगों की दोबारा आरटी-पीसीआर जांच कराई गई। इनमें से 300 संक्रमित निकले। यानी, एंटीजन जांच के परिणाम फिलहाल 78 फीसदी ठीक आ रहे हैं।

ये हैं दोनों जांच में अंतर

1. सफदरजंग अस्पताल में मेडिसिन विभाग के अध्यक्ष डॉक्टर जुगल किशोर ने बताया कि आरटी-पीसीआर जांच में नाक और मुंह दोनों से सैंपल लिया जाता है, जबकि रैपिड एंटीजन टेस्ट में सिर्फ नाक से ही सैंपल लिया जाता है।
2. आरटी-पीसीआर जांच में वायरस के आरएनए या डीएनए का पता लगाया जाता है। कोरोना एक आरएनए वायरस है तो इसकी जांच में आरएनए का पता लगाते हैं।
3. एंटीजन टेस्ट में वायरस के एंटीजन का पता लगाया जाता है। ये ऐसे बाहरी तत्व होते हैं जो प्रतिरक्षा तंत्र को एंटीबॉडी बनाने के लिए प्रेरित करते हैं। एंटीजन जांच में अगर वायरस का एंटीजन या प्रोटीन नहीं मिलता है तो उसके दो अर्थ हो सकते हैं कि या तो व्यक्ति में वायरस नहीं है या फिर उसके एंटीजन अभी कम हैं जो जांच में दिखे नहीं।

Despite accuracy concerns, Chandigarh to introduce antigen test (The Tribune: 20200730)

<https://www.tribuneindia.com/news/coronavirus/despite-accuracy-concerns-chandigarh-to-introduce-antigen-test-119678>

The UT Administration is set to introduce the rapid antigen test for the first time for the diagnosis of Covid-19.

According to sources, the UT will procure around 2,000 kits in the coming days. A tender has been floated on the GeM portal.

The UT will use the antigen test for asymptomatic patients only. Those who test positive will be considered Covid patients. As per the ICMR advisory, symptomatic patients with negative antigen results have to go in for the RT-PCR test for confirmation. However, no RT-PCR test confirmation is required for asymptomatic individuals testing negative in the antigen test.

However, the antigen test has been widely condemned for its low sensitivity as compared to the RT-PCR test. In its advisory, the ICMR said it had evaluated the antigen kits' performance in two labs and had found its sensitivity to be 50.6 per cent and 84 per cent.

Recently, the Delhi High Court had asked the Delhi Government why it was going in for the rapid antigen test, which had a high rate of false negative results, as the primary test for Covid.

An official said on condition of anonymity, "The antigen test at times gives a false negative result and warrants confirmation using the RT-PCR test. Around 90 per cent of the tests had to be repeated using the RT-PCR method in line with the previous ICMR advisory."

The decision to start the rapid antigen test was taken on the advice of the PGI authorities, who apprised the UT Administrator on its feasibility.

Know the difference

Real-time RT-PCR is the gold standard front line test for diagnosis of Covid. The time taken for the test varies from two to five hours, including the time taken for sample transportation.

Known as the Standard Q Covid-19 Ag kit, the antigen test does not require any specialised machine. The test can be interpreted as positive or negative after 15 minutes of using the sample. It can be read with a naked eye. The maximum duration for interpreting a test is 30 minutes.

बढ़ती आबादी

असंतुलन पैदा करती बढ़ती आबादी (Amar Ujala: 20200730)

<https://www.amarujala.com/columns/opinion/increasing-population-causing-imbalance>

आजादी के समय भारत की जनसंख्या 33 करोड़ थी, जो अब करीब 135 करोड़ हो चुकी है। भारत का क्षेत्रफल मात्र 2.46 प्रतिशत है, जबकि दुनिया की लगभग 16 प्रतिशत आबादी यहां रहती है। भारत में आज जन्मदर प्रति हजार चालीस से ऊपर है। आबादी की वृद्धि के कारण जनघनत्व जो 1901 में प्रति वर्ग किलोमीटर 165 था, वह बढ़कर 2001 में 689 हो गया। चीन में वृद्धि दर 1.0 प्रतिशत है, तो भारत में दोगुनी यानी सालाना दर 1.93 प्रतिशत है। इस दर से आबादी का बढ़ना देश के हित में नहीं है। जनसंख्या की यह वृद्धि प्रगति के सारे प्रयत्नों को निरर्थक व निष्फल कर रही है।

प्रथम पंचवर्षीय योजना (1951-56) में स्वीकार किया गया था कि जनसंख्या वृद्धि व सीमित संसाधनों पर पड़ते दबाव को देखते हुए परिवार नियोजन तथा जनसंख्या नियंत्रण की गंभीर आवश्यकता है, जन्म दर को कम कर अर्थव्यवस्था के अनुरूप लाना होगा। परंतु वृद्धि दर में अपेक्षित कमी नहीं आई है व जनसंख्या नियंत्रित नहीं हुई। भारत में कई राज्यों की जनसंख्या की बराबरी दुनिया के बड़े देशों के साथ की जा सकती है। भारत हर साल ऑस्ट्रेलिया की कुल आबादी के बराबर आबादी बढ़ा लेता है।

1977 में परिवार नियोजन कार्यक्रम में तेजी हुई, परंतु ठीक से लागू नहीं होने के कारण राजनीतिक उलटफेर हुआ, जिससे इस कार्यक्रम का नाम ही बदलकर परिवार कल्याण कर दिया गया। वर्ष 1993 में डॉ. एम.एस.स्वामीनाथन समिति की रिपोर्ट के आधार पर 2000 में राष्ट्रीय जनसंख्या नीति की घोषणा की गई। भारत जनसंख्या स्थिरीकरण की चुनौती से पिछले 70 साल से जूझ रहा है। शहरों और ग्रामों के बीच की खाई बढ़ती जा रही है। पूर्व में मृत्यु दर अधिक होने से जन्म-मरण के बीच संतुलन हो जाता था व आबादी नहीं बढ़ती थी। 1901 से 1921 के बीच आबादी नहीं बढ़ी। जैसे-जैसे राज्यों में चिकित्सा सुविधाओं का विस्तार हुआ मृत्यु दर घटी और जन्म दर कम नहीं होने के कारण 1901 व 1961 के बीच 60 वर्षों में अत्यधिक वृद्धि दिखाई दी।

जनसंख्या का नियंत्रण नहीं होना कई क्षेत्रों में चुनौती पैदा कर रहा है। सबसे बड़ी चुनौती आर्थिक क्षेत्र में है। जनसंख्या के बेतहाशा बढ़ने से भोजन, वस्त्र, मकान, शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार, पेयजल आदि क्षेत्रों में संकट पैदा हो गया है। जनसंख्या का दुष्प्रभाव पर्यावरण पर भी पड़ रहा है। भूमि, वन, पहाड़,

खनिज सभी प्राकृतिक संसाधनों का दोहन बढ़ रहा है। नदियों का जल दूषित हो रहा है। भूमिगत जल दूषित हो रहा है, प्रदूषण बढ़ रहा है। प्राकृतिक असंतुलन बढ़ रहा है।

इसलिए जरूरी है कि जनसंख्या विस्फोट की रोकथाम को प्रत्येक धर्म समुदायों का राष्ट्रीय कर्तव्य घोषित किया जाए, जिस पर अमल करने की बाध्यता भी आवश्यक हो। धर्म के हानि-लाभ, चुनावी आंकड़ों से इसे अलग रखना चाहिए। समाज में असमानता भी जनसंख्या वृद्धि का कारण है। संयुक्त राष्ट्र के अनुसार, कन्या भ्रूण हत्या के कारण भारत में एक हजार पुरुषों पर सिर्फ 918 महिलाएं हैं। ग्रामों में परिवार नियोजन के प्रति उदासीनता है, लोग अधिकाधिक बच्चे पैदा करने को गौरव की बात मानते हैं।

जनगणना आंकड़ों ने परिवारों को उपलब्ध सुविधाएं, पक्के आवास, पेयजल व बिजली की आपूर्ति, सरकार के दावों को समाप्त कर दिया है। ग्रामीण क्षेत्रों में 43 प्रतिशत परिवार दो कमरे के मानदंड को पूरा नहीं करते, सुरक्षित पेयजल आपूर्ति अभी कोसों दूर है। ग्रामीण क्षेत्रों व शहरी अल्प आय वर्ग में विवाहित दंपतियों के लिए अलग शयन कक्ष उपलब्ध नहीं है। समग्र देश में केवल 36.7 प्रतिशत परिवारों को नल से पेयजल उपलब्ध है। ग्रामीण क्षेत्रों में केवल 25 प्रतिशत परिवारों को यह सुविधा है।

ग्रामीण क्षेत्रों में राजस्थान में 22 प्रतिशत, बिहार में 1.4 प्रतिशत, ओडिशा में 2.8 प्रतिशत, असम व छत्तीसगढ़ में पांच प्रतिशत, पश्चिमी बंगाल में सात प्रतिशत, मध्य प्रदेश में नौ प्रतिशत है। परिवार नियोजन के लक्ष्य हासिल करने के लिए हमें स्वास्थ्य तंत्र को अधिक चुस्त व जिम्मेदार बनाना होगा। दो बच्चों को जन्म दे चुके परिवार को नियोजन के लिए प्रेरित किया जाए। नसबंदी कराने वाले स्त्री-पुरुषों को विविध प्रकार की आर्थिक सुविधाएं दी जाएं।

हाथों में दर्द और गुदगुदी की समस्या

हाथों में दर्द और गुदगुदी की समस्या को हल्के में न लें, तुरंत करवा लें ये टेस्ट (Hindustan: 20200730)

<https://www.livehindustan.com/lifestyle/story-health-tips-do-not-take-hand-pain-and-tingling-problem-lightly-immediately-get-this-test-done-3383320.html>

क्या आपके हाथों में अक्सर दर्द होता है? कलाई के आसपास के हिस्से में रह-रहकर गुदगुदी सी भी महसूस होती है? अगर हां तो एक बार कोलेस्ट्रॉल की जांच जरूर कराएं। 'द अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन' ने अपने हालिया अध्ययन के आधार पर यह सलाह दी है।

शोधकर्ताओं के मुताबिक शरीर में प्लेक (फैट, कैल्शियम, कोलेस्ट्रॉल या जैविक कचरा) बढ़ने पर रक्त धमनियां जाम होने लगती हैं। चिकित्सकीय भाषा में यह अवस्था 'एथेरोस्क्लेरोसिस' कहलाती है। उन्होंने बताया कि कोलेस्ट्रॉल न सिर्फ धमनियों, बल्कि हाथ की नसों में भी इकट्ठा हो सकता है। इससे खून के प्रवाह में बाधा पड़ने से व्यक्ति को रह-रहकर तेज दर्द उठने की शिकायत सता सकती है।

मुख्य शोधकर्ता जेसिका निब्स के अनुसार कोलेस्ट्रॉल खून को गाढ़ा भी बनाता है। इससे नसों में खून का प्रवाह धीमा होने से कभी-कभार गुदगुदी का एहसास हो सकता है। उन्होंने बताया कि हाथों में गुदगुदी महसूस होने के लिए टाइप-2 डायबिटीज भी जिम्मेदार हो सकती है। सिगरेट-शराब का ज्यादा सेवन करने पर भी यह समस्या पनप सकती है। ऐसे में ब्लड शुगर की जांच कराना भी जरूरी है।

Immunoprotein

Explained: Immunoprotein found to impair coronavirus-cell interaction (The Indian Express: 20200730)

<https://indianexpress.com/article/explained/explained-immunoprotein-found-to-impair-coronavirus-cell-interaction-6529929/>

The protein, called LY6e, is produced by the human immune system.

A new study has found that an endogenous protein (one that originates within the body's systems) prevents coronaviruses, including SARS-CoV-2, from fusing with host cells. The protein, called LY6e, is produced by the human immune system. Researchers from Germany, Switzerland have published their findings in the journal Nature Microbiology.

LY6e was discovered in 2017, during research by virologist Stephanie Pfänder (then with the Institute of Virology and Immunology in Switzerland, now with Ruhr-Universität Bochum in Germany) in Charles Rice's lab at Rockefeller University in New York, in order to identify genes that prevent coronavirus infections.

Since then, further investigations has shown that the protein exerted this inhibitory effect on all analysed coronaviruses, including. Tests with different cell cultures have shown that LY6e affects the ability of the virus to fuse with the host cells.

This was validated in an animal model. Mice lacking Ly6e in immune cells were found highly susceptible to a normally non-lethal mouse coronavirus and succumb to infection.

Herd Immunity (The Asian Age: 20200730)

<http://onlinepaper.asianage.com/articledetailpage.aspx?id=15010443>

■ BMC hopes that herd immunity, at least in slum pockets, can be attained '57% of Mumbai slum dwellers have antibodies'

AGE CORRESPONDENT
MUMBAI, JULY 29

Buoyed by the results of sero-prevalence survey, in which 57 per cent people tested in Mumbai slums were found to have antibodies to Covid-19, the Brihanmumbai Municipal Corporation (BMC) hopes that herd immunity in Mumbai, at least in the slum pockets, can be attained soon.

Mumbai is the worst coronavirus-affected city in Maharashtra with over 1.20 lakh Covid-19 patients and over 6,200 deaths so far. Nearly 60 per cent pop-

ulation of the metropolis resides in the slums, which are found to be major hotspots of coronavirus.

The SARS-CoV2 sero-prevalence study was conducted by the BMC jointly with Niti Aayog and Tata Institute of Fundamental Research (TIFR) on almost 7,000 people in three civic wards in the city. According to the survey, 57 per cent of the people tested in slum pockets had antibodies to Covid-19 as against 16 per cent in non-slum pockets.

"These results will be valuable to learn more



A health worker while conducting screening for Covid-19 at a child's home in Mumbai. — PTI

about herd immunity. Although it is still unclear what level of prevalence leads to herd immunity, findings indicate that at least in slums this could be attained sooner than

later, if the immunity exists and persists in a significant proportion of the population. Herd immunity can be achieved when around 60 per cent of the population has been exposed to the virus," said Dr Daksha Shah, BMC deputy executive health officer.

Herd immunity is the resistance to the spread of a contagious disease within a population that results if a sufficiently high proportion of individuals are immune to the disease. The survey showed prevalence in women was marginally

higher than in men, but the age wise prevalence in the population was comparable in these wards. The BMC is planning to carry out a repeat survey in the same three wards in August to capture changes in prevalence rates.

"While the survey provided information on presence of neutralizing antibodies and risk factors on SARS-CoV2 infection, the planned repeat surveys will provide information about infection spread in both slums and non-slums and could inform about herd immunity," said a BMC official.

Clinical Trial

Drug Regulator asks Serum Institute to furnish revised protocol for COVID-19 vaccine clinical trial (New Kerala: 20200730)

<https://www.newkerala.com/news/2020/134360.htm>

New Delhi July 29: The Central Drugs Standard Control Organisation (CDSCO) has advised the Serum Institute of India (SII) to submit a revised protocol to perform the clinical trials in India for potential COVID-19 vaccine.

The move comes when the Subject Expert Committee evaluated the submitted protocol by SII and it has recommended several observations to the pharma giant to furnish revised protocol.

The domestic pharma giant has partnered with AstraZeneca for manufacturing the Oxford vaccine candidate for highly infectious disease COVID-19

"Our Subject Experts Committee reviewed the Serum Institute thoroughly and it has observed several recommendations like--assessment and statistical analysis, drop-out rate, immunity analysis etc. It is a comprehensive scientific analysis," a senior health ministry official informed ANI.

On July 25, ANI reported that SII had submitted its application to the Drugs Controller General of India (DCGI) seeking permission to perform the phase 2/3 human clinical trials of the potential vaccine.

The pharmaceutical company will perform an observer-blind, randomised controlled study enrolling at least 1,600 participants to determine the safety and immunogenicity of 'Covishield'.

A Lancet medical journal report has stated that a vaccine candidate developed at the University of Oxford has shown encouraging results and it appears to be "safe, well-tolerated, and immunogenic.

Last week, Oxford University announced the satisfactory progress with the vaccine, making it one of the leading ones among the dozens of vaccine candidates being developed around the world. The clinical trials of a potential COVID-19 vaccine on humans began in April.

There was no immediate response from SII when ANI contacted them to take their version.

Mental Health

How to help someone who is having a panic attack (Medical News Today: 20200730)

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/how-to-help-someone-who-is-having-a-panic-attack>

How to help

Breathing techniques

What not to do

Warning signs and getting help

Symptoms

Summary

A panic attack is a sudden, intense episode of overwhelming fear and anxiety. There are several ways to help a person who is having a panic attack. These include using grounding techniques and helping them get their breathing under control.

In this article, we discuss how to help someone during a panic attack. We cover grounding tips, early warning signs, and when to get help.

How to help someone during a panic attack

Suggesting grounding techniques, such as sitting down or counting to 10, may help a person experiencing a panic attack.

Due to the extreme nature of the symptoms, it is important to understand how to react when someone has a panic attack, as they may feel as though they are dying during an episode.

Certain strategies and methods can help alleviate panic, ease the situation, and even stop the symptoms from getting worse. The ways a person can help include:

Remaining calm

Panic attacks are unpredictable and happen for different reasons. Among those who experience panic attacks, some may only have a couple of attacks in their lifetime, while others have recurrent attacks. One 2016 report shows that most people who have one panic attack will likely have more.

As panic attacks come without warning, they can be very scary, and it is important for everyone else to stay calm. A panicked response can make the situation worse.

Symptoms of a panic attack typically reach peak intensity in 10 minutes. So it is important that people act quickly to help alleviate the symptoms where possible.

Making conversation and positive affirmations

What a person says in response to someone having a panic attack is just as important as what they do. Engaging in conversation can distract from the extreme symptoms and help the person regulate their breathing. It is important to ask whether a person requires help rather than just assuming that they do. Here are some guidelines on what to say and do:

Ask questions: Introduce yourself and ask if the person needs help. If so, ask them if they think that they are having a panic attack and whether they have had one before. This prompt may remind them about previous attacks and how they recovered.

Stay or go: Let the person know that they do not have to stay where they are. Leaving a certain situation can take the pressure off someone having a panic attack. Find out what makes them feel most comfortable.

Kind words: Staying positive and nonjudgmental is important. Help the person understand that you are there to assist them, they are safe, and they are going to get through this. Remind them that the panic attack is only temporary.

Have a friendly conversation: An engaging chat can help distract a person from their symptoms. If you are a friend, gently bring up a topic that they are interested in to help them think of something else.

Suggesting grounding techniques

When a person has lost control of themselves and their surroundings, grounding techniques can help them come back to the present moment. These techniques include:

Sitting down: Relaxing in a comfortable chair sounds simple, but it can be extremely effective. With the feet comfortably on the floor, a person should focus on breathing in and out slowly and how it feels sitting on the chair.

The 5-4-3-2-1 technique: Focusing on other things in the room and different senses can distract the person from the panic attack. They can focus on identifying five items to see, four objects to touch, three noises to hear, two different smells, and one taste.

Simple maths: Counting from one to 10 out of order or performing simple mathematical calculations, such as times tables, provides something else on which to concentrate.

Focus: Ask the person what day of the week it is, who they are with, and where they are.

Providing ongoing help

Some people may feel embarrassed about having a panic attack, as well as finding it stressful. Continuing support and engagement will help ease their anxiety. Reach out by checking in now and again. Finding out more about the condition may also help if the situation happens again.

How to help someone breathe during a panic attack

When a person is experiencing a panic attack, it is important that they get their breathing under control. Someone trying to help should not give them a paper bag to inhale and exhale from, as this could make them pass out.

Instead, it is better not to bring attention to their breathing and to keep calm and breath normally so that they can mirror this pattern. This method should hopefully get their breathing back under control.

What not to do when someone is having a panic attack

Helping someone who is having a panic attack can be very stressful, so it is important that a person is mindful of what actions could make a panic attack worse.

Actions that could make a panic attack worse include:

Saying “calm down”: While getting a person to talk is vital, phrases such as “calm down,” “don’t worry,” and “try to relax” could make the symptoms worse.

Becoming irritated: Remain patient to help a person deal with a panic attack and do not belittle their experience. The focus should be on them, for however long it takes the symptoms to pass.

Making assumptions: Always ask a person what help they need, rather than assuming or guessing the correct advice.

Warning signs and when to get help

While a panic attack can happen very suddenly, the person will often experience warning signs. These may include:

shortness of breath

feelings of terror or dread

shaking and dizziness

heart palpitations

feeling as though they are dying

Someone having a panic attack may not feel comfortable asking for help. However, the symptoms could last for hours with one panic attack rolling into another, so a person should get medical assistance if they feel that it is necessary.

Pain in the arms or shoulders is also a concern, as the symptoms of a heart attack and panic attack can be similar. If a person has not had a panic attack before, has chest pain, and is vomiting, dial 911 immediately.

People who frequently have panic attacks may wish to consider joining a support group or, if possible, relying more on family members and friends to help prevent panic attacks from reoccurring.

Panic attack symptoms

Panic attacks can start without warning, and they can be frightening. An attack can happen when a person is relaxed or even asleep. While the symptoms vary, common ones include:

rapid heart rate

sweating, trembling, or shaking

shortness of breath

feeling sick or nauseated

a loss of control

sense of impending danger

chest pain and stomach cramps

lightheadedness or faintness

People who have panic attacks may receive a diagnosis of panic disorder. According to the Anxiety and Depression Association of America, statistics show that panic disorder affects about 6 million adults in the United States, or 2.7% of the population.

Summary

Panic attacks are scary for everyone involved, especially when they happen suddenly.

As the person's stress levels rise, it is essential for others to stay calm and empathetic. How they respond to the person experiencing the attack can influence its severity.

If a person is experiencing other symptoms, such as nausea and vomiting, they may be having a heart attack. In this case, it is essential to dial 911 immediately.

Hepatitis C

Hepatitis C infection: 'Not a death sentence, it is highly curable' (Medical News Today: 20200730)

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/hepatitis-c-infection-not-a-death-sentence-it-is-highly-curable>

For World Hepatitis Day, Medical News Today spoke with Dr. Alexandra Buzea about hepatitis C — how the infection manifests, what treatments are available, and how to fight harmful stereotypes and misinformation about this illness.

Medication can cure 95% of HCV infections, Dr. Alexandra Buzea pointed out.

July 28 is World Hepatitis Day, the yearly day of awareness of hepatitis, a viral infection that affects the liver. It can result from different strains of the hepatitis virus: A, B, C, D, or E.

Hepatitis C infections are some of the most common that affect the liver. They are caused by the hepatitis C virus (HCV).

Globally, HCV affected an estimated 71 million people in 2015, and between 2013 and 2016, about 2.4 million people in the United States were living with HCV infections.

If a person does not receive a diagnosis and treatment, an HCV infection can become chronic, leading to a risk of cirrhosis, which is scarring of the liver.

Because initial symptoms of an HCV infection can go undiagnosed for a long time, the Centers for Disease Control and Prevention (CDC) now advise “one-time hepatitis C testing of all adults (18 years and older) and all pregnant women during every pregnancy.”

To better understand how HCV infections manifest, what treatment options there are, and how to combat harmful stereotypes about the condition, MNT has spoken with Dr. Alexandra Buzea.

Dr. Buzea is a vascular surgeon with additional experience in liver, or hepatic, transplantation affiliated with the Ponderas Academic Hospital, in Bucharest, Romania.

We have lightly edited the interview transcript for clarity.

HCV cannot be contracted through hugging, ‘so hug away!’

MNT: What is hepatitis C, and what are its effects on health?

Dr. Alexandra Buzea: HCV is a well-known virus that can affect the liver, both in an acute form and in chronic form. HCV can lead to hepatitis — characterized by inflammation of the liver cells — ranging from a mild form lasting a few weeks to a lifelong disease.

What people need to understand is that this virus, although highly curable, if left untreated, becomes one of the main causes of cirrhosis and liver cancer.

Most people do not exhibit any symptoms, but a few “unlucky” ones may experience fatigue, fever, nausea, vomiting, abdominal pain, and even jaundice.

MNT: How can a person contract HCV?

Dr. Alexandra Buzea: The most common way of becoming infected is through exposure to infected blood. A small quantity of it is enough for someone to contract the virus.

Although the most cited means of infection are through intravenous drug use, unsafe injection practices, contaminated blood transfusions or blood products, or inadequate sterilization of medical equipment, sometimes a small cut on the finger will suffice.

We should also mention other, less common ways of contracting HCV, like unsafe sexual practices or through birth. A mother who has contracted HCV can pass it on to her baby, but not through breast milk.

Hepatitis C is also not transmitted through sharing food or water with an infected person or through hugging them, but small gestures such as these can help them feel loved and safe in their community and help them recover faster — so hug away!

MNT: What are some therapeutic options?

Dr. Alexandra Buzea: Unfortunately, there is no vaccine available at the moment, but there are a few treatment options, and, of course, prevention plays a key role in medical practice.

Antiviral medication, pangenotypic direct-acting antivirals, can cure up to 95% of patients. We have to be aware that only about 30% of patients clear the virus spontaneously in 6 months and do not require treatment.

The rest will develop a chronic infection and will need antiviral medication, usually over 12–24 weeks, depending on the presence or absence of cirrhosis.

For people already infected with HCV, immunization with the hepatitis A and B vaccines is crucial in preventing co-infection and protecting the liver.

‘People need to be more empathetic and minimize the stigma’

MNT: Studies such as this one, published in Public Health Reports in 2016, suggest that baby boomers are the generation with the highest rate of HCV infections. Why is that?

Dr. Alexandra Buzea: HCV infections occur worldwide, but depending on the country, the virus can be concentrated in certain populations and, yes, even in certain age groups.

A few factors to blame could be infection control practices that were historically insufficient in HCV infection, the generation’s low compliance with screening, misinformation, the fear of disease — any disease — and the fact that, in many countries, the genotype distribution remains unknown.

Also, approximately 80% of people do not exhibit any symptoms after infection, or [they] experience general ones, such as fatigue, fever, or nausea, that do not prompt them to seek medical attention right away.

MNT: There are many harmful myths about HCV infections, such as the belief that they are incurable. How might the media and healthcare organisations fight such disinformation and encourage people to seek treatment and support?

Dr. Alexandra Buzea: Healthcare organizations can fight disinformation only through the help of mass media. Any means of communication is encouraged — newspapers, TV, radio, social media apps... even smoke signals, if that leads to a higher understanding of diseases.

However, the information sources must be reliable. The World Health Organization (WHO) and the CDC are trustworthy and offer helpful explanations.

Taking the advice of a neighbor who recommends a tea because they used it and it “helped with liver problems” is not the best idea, because it can delay access to a treatment plan and affect the patient’s general health status.

Our collaborators in public relations carry the burden of developing informative campaigns that reach a broad spectrum of audiences.

I believe that understanding the implications of HCV infections motivates people to seek medical attention and screening, even in the absence of any symptoms.

MNT: Is there anything else you would like to mention to our readers, as we draw to a close?

Dr. Alexandra Buzea: I just want to point out that having an HCV infection is not a death sentence.

It is highly curable, as long as people know about it and seek care from healthcare specialists. As soon as we can diagnose it, we can treat it.

There are therapy options, even in more advanced phases of the disease — hepatic transplant is becoming more and more accessible, and antiviral treatments are increasingly affordable.

People need to be more empathetic with those who have HCV infections and minimize the stigma — if society would stop seeing it as a “shameful” disease, maybe more people would seek help for it without the fear of becoming outcasts.