

سوره المرحوم

بیماری وبا

تهیه کننده :

دکتر مهرزاد جعفرزاده

پریسا خان محمدی

شبکه بهداشت شمال غرب ۱

دانشگاه علوم پزشکی ایران

توصیه های بهداشتی جهت پیشگیری

- ✓ از آب آشامیدنی سالم استفاده شود.
- ✓ در مناطقی که دسترسی به آب تصفیه شده و لوله کشی وجود ندارد و از آب چاه، تانکرها، آب چشمه ها و ... استفاده می گردد مثل مواقع حوادث غیرمترقبه از جمله زلزله، سیل و جنگ و ... حتماً قبل از مصرف، آب جوشانده و یا کلرزنی شود.
- ✓ از سبزیجات و میوه جات شسته شده و ضدعفونی شده استفاده گردد.
- ✓ قبل از تهیه غذا و توزیع غذا، قبل از خوردن غذا، قبل از دادن شیر یا غذا به کودک حتماً دستها با آب و صابون شسته شود
- ✓ باید دستها در موارد زیر با آب و صابون به طور کامل شسته شود:
- ✓ بعد از اجابت مزاج
- ✓ بعد از شستن و تمیز کردن کودک
- ✓ بعد از دست زدن به مواد غذایی خام نظیر سبزیجات، گوشت، ماهی و مرغ
- ✓ از مصرف غذاهای آماده و غیربهداشتی مثل آب میوه، معجون، بستنی، ساندویچ و شیرموز خودداری گردد.
- ✓ در آب رودخانه و جوی ها یا استخرهای آلوده شنا نکنید.
- دورنگهداشتن مواد غذایی از دسترس مگس و آلودگی های دیگر
- از مصرف یخ غیربهداشتی خودداری کنید.

علائم بیماری وبا

- ✓ اسهال آبکی شدید با دفعات اجابت مزاج
- ✓ غیرقابل شمارش شبیه لعاب برنج و بد بو
- ✓ علائم دل درد و دل پیچه **ندارد**
- ✓ استفراغ بدون حالت تهوع قبلی
- ✓ گرفتگی عضلات پشت ساق پا
- ✓ احساس پری و غرغرشکم
- ✓ عطش فراوان
- ✓ فقدان تب
- ✓ فقدان خون در مدفوع

در صورت مشاهده علائم بیماری وبا چه باید کرد؟

- مراجعه به نزدیک ترین مراکز درمانی، پایگاه سلامت و یا خانه بهداشت
- تامین آب و املاح بدن با استفاده از مایعات سالم مانند چای کم رنگ، آب سالم، محلول خوراکی (ORS)
- خودداری از مصرف خودسرانه داروهای اسهالی
- در صورتیکه فرد قادر به نوشیدن نباشد، تزریق سرم به صورت اورژانسی در مراکز بهداشتی و درمانی
- تکمیل دوره درمان و استفاده کامل از آنتی بیوتیکهایی که پزشک تجویز نموده است.

طرز تهیه محلول " او آراس ":

- هر بسته از پودر ORS را در یک لیتر آب جوشیده سرد شده حل می کنیم و به مرور به بیمار می خورانیم.

آشنایی با بیماری وبا

وبا یک بیماری اسهالی حاد عفونی و به شدت مسری است که به دنبال خوردن آب یا غذای آلوده به باکتری ویبریوکلرا ایجاد می‌شود و در صورتی که به موقع درمان نشود، موجب کم‌آبی شدید بدن و مرگ انسان می‌شود. این میکروب از طریق مدفوع انسان دفع می‌شود و می‌تواند موجب آلودگی آب و مواد غذایی شود



فاضلاب مدرن و تصفیه آب، وبا را در بیشتر کشورها به طور موثر از بین برده است، اما هنوز در کشورهای آسیا، آمریکای لاتین، آفریقا، هند و خاورمیانه یک مشکل محسوب می‌شود. کشورهایی که تحت تأثیر جنگ، فقر و بلاهای طبیعی بوده‌اند، بیشترین خطر شیوع وبا را

نکات مهم هنگام مصرف آب و غذا

افراد در فصل گرما، مراقب مواد غذایی که مصرف می‌کنند، باشند؛ بنابراین از بهداشتی و سالم بودن مواد غذایی اطمینان حاصل کنند، همچنین از آن جایی که وبا از طریق آب منتقل می‌شود، اگر در محیط‌های کم‌آب حضور دارند، از آب‌های معدنی بسته‌بندی شده، استفاده کنند. اگر افراد از بهداشتی بودن آب مطمئن نیستند، آن را بجوشانند و مصرف کنند، این موضوع تنها برای نوشیدن آب نیست، بلکه باید از بهداشتی بودن آبی که برای شست‌وشوی مواد غذایی مانند میوه‌ها، سبزی‌ها یا ظروف استفاده می‌شود، اطمینان حاصل کرد. وبا بیشتر از طریق آب و تا حدودی از طریق مواد غذایی منتقل می‌شود.

راه‌های دیگر انتقال وبا

وبا از طریق مدفوع نیز قابل انتقال بوده، ممکن است محیط اطراف را آلوده کند و امکان انتقال آن به سایر افراد وجود داشته باشد؛ به‌طور معمول توصیه‌های بهداشتی لازم به افرادی که در معرض فرد مبتلا قرار دارند، صورت می‌گیرد تا مراقبت بیشتری داشته باشند.

امکان انتقال وبا از کشورهای همسایه به ایران

التور و وبا هر سال در فصل گرما در برخی مناطق دارای کمبود آب یا در مکان‌هایی که رفت و آمد بسیاری وجود دارد به‌ویژه در مرزها مشاهده می‌شود، وبا از نظر شیوع و بروز ممکن است کم یا زیاد باشد، اما به‌طور معمول رخ می‌دهد و از آن جایی که در کشورهای همسایه وبا وجود دارد، ممکن است افرادی که وارد کشور می‌شوند، باکتری وبا را به کشور منتقل کنند.

محل‌های پرخطر از نظر ابتلا به بیماری وبا:

- در مناطقی که آب آشامیدنی سالم در دسترس نیست.
- در مناطقی که فاضلاب، فضولات و زباله بصورت غیربهداشتی دفع می‌شود.
- در مناطقی که بهداشت فردی رعایت نمی‌شود.