

آشنایی با بیماری وبا

گروه هدف : عموم مردم



تهیه کنندگان : گروه آموزش به بیمار مرکز
با نظارت دکتر فاطمی ، متخصص بیماری های عفونی
بازبینی بهار ۱۴۰۳

غیر مترقبه از جمله زلزله ، سیل و ... بایستی اقدامات احتیاطی زیر رعایت شود:

- فقط از آب های لوله کشی شده بهداشتی، بطری پلمپ شده و کاملاً مطمئن استفاده شود.

- غذاهایی میل شود که تازه پخته شده و هنوز کاملاً داغ هستند.

- فقط از میوه هایی استفاده شود که کاملاً شسته و ضد عفونی شده و توسط خود شخص پوست کنده شده اند .

- از مصرف مواد غذایی نیم پخته یا خام به شدت خودداری شود. - در طول سفر از مصرف سالاد خودداری شود.

- از خرید مواد خوراکی از فروشندگان دوره گرد و فروشگاههای غیر معتبر و فاقد مدارک بهداشتی خودداری شود.

دستها در موارد زیر بایستی 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

قبل از تهیه و توزیع غذا و نیز قبل از غذا خوردن .

منبع: pishgiri.ir

راههای پیشگیری از بیماریهای اسهالی از جمله وبای التور چیست ؟

- در مناطقی که دسترسی به آب تصفیه شده و لوله کشی وجود ندارد استفاده از آب جوشیده شده و یا کلر زنی شده

- استفاده از سبزیجات و میوه جات شسته شده و ضد عفونی شده

- شست و شوی مرتب دستها با آب و صابون

- استفاده از آب آشامیدنی سالم

- عدم مصرف غذاهای آماده و غیر بهداشتی مثل آب میوه، معجون، بستنی ، ساندویچ و شیر موز

- خرید نکردن از فروشندگان دوره گرد مواد غذایی

- شنا نکردن در آب رودخانه ، آبگیر ها و یا استخر های آلوده

- دور نگهداشتن مواد غذایی از آلودگی ها

- عدم مصرف یخ های غیر بهداشتی و آلوده

*اقدامات احتیاطی

با توجه به اینکه طی سالهای گذشته در اکثر کشورها از جمله در نقاط مختلفی از کشورمان مواردی از بیماری وبا مشاهده است و به منظور جلوگیری از ابتلا به این بیماری ، عموم مردم به ویژه کسانی که قصد مسافرت به دیگر مناطق کشور را دارند وبا در زمان بروز حوادث

مقدمه :

وبا یک بیماری اسهالی واگیردار و خاص انسان است که توسط نوعی باکتری به نام ویبریوکلا ایجاد می شود و در صورت عدم پیش گیری و درمان به موقع و مناسب ، بسیار کشنده است. این بیماری بیشتر در نقاط گرم و مرطوب و به خصوص از اردیبهشت تا آبان ماه دیده می شود. بیماران وبایی به طور مشخص دچار اسهال آبکی و در فرم شدید دچار کم آبی شدید می شوند.

علائم بالینی بیمار مبتلا به وبا چیست ؟

- اسهال آبکی حجیم و جهنده با دفعات اجابت مزاج غیر قابل شمارش و بسیار زیاد
- اسهال بدون تب و آبکی
- استفراغ بدون حالت تهوع قبلی
- گرفتگی و درد عضلات پشت ساق پا
- عطش و تشنگی فراوان
- کم شدن یا قطع ادرار

اولین شکایت بیمار ، احساس پری و گرغر شکم است ، سپس اسهال آبکی شبیه آب برنج ایجاد می شود .

* راههای انتقال وبا :

الف) راه تماس مستقیم : بیماری می تواند از طریق دست های آلوده ، تماس با مواد دفعی و استفراغ بیمار و یا وسایل آلوده به مدفوع بیمار منتقل شود.

ب) راه تماس غیر مستقیم :

۱- مصرف آب آلوده به مدفوع

۲- استحمام یا شستشوی لوازم آشپزخانه با آب آلوده



۳- استفاده از سبزی و میوه شسته شده با آب آلوده

۴- مصرف یخ آلوده

۵- مصرف غذای آلوده

۶- مصرف غذاهای دریای نپخته و خام مثل صدف ، ماهی و....

۷- تغذیه کودکان و نوزادان با بطری (شیشه شیر) آلوده

* در مواقع ابتلا به اسهال حاد آبکی شدید با دفعات بسیار زیاد سریعاً به مراکز بهداشتی درمانی و یا پزشک مراجعه نمایید. در این موارد ضمن درمان سریع کم آبی در مطب یا درمانگاه ، نمونه برداری از مدفوع جهت کشف سریع بیماری وبا به عمل می آید .

آیا بیماری وبای التور درمان پذیر است؟

وبا را می توان با جبران فوری مایعات و املاح از دست رفته بدن که در اثر اسهال ایجاد شده است به خوبی و با موفقیت درمان نمود. برای این منظور می توان از مایع درمانی خوراکی به مقادیر زیاد استفاده کرد. بهترین محلول خوراکی برای جبران کم آبی و املاح از دست رفته بدن ، محلول او-آر_اس می باشد.

طرز تهیه محلول او-آر-اس

یک پاکت محلول او-آر-اس را در ظرف محتوی ۴ لیوان آب جوشیده خنک شده بریزید و آن را هم بزنید. سپس آن را در یخچال نگهداری کنید. بعد از هر بار اجابت مزاج شل و آبکی بایستی این محلول را بخورید. محلول تهیه شده فقط برای ۲۴ ساعت قابل استفاده است و پس از آن باید محلول اضافی دور ریخته شود و مجدداً با روش فوق ۱ لیتر محلول جدید تهیه گردد.