

مقدمه

وبا یکی از بیماری‌های واگیر با قابلیت ایجاد همه گیری بزرگ برای بشر می باشد. قدرت آن در مبتلا کردن ناگهانی تعداد زیادی از افراد جوامع است. در موارد شدید و بدون درمان در عرض چند ساعت منجر به مرگ انسان می شود. پیدایش بیماری اغلب موجب هراس در ملت ها شده است.

وبا چیست؟

بیماری واگیردار عفونی است که در انسان ایجاد بیماری می کند. دارای ۲ نوع است:

۱. کلاسیک ۲. التور

که نوع التور دارای قدرت همه گیری بیشتری می باشد.

راه های انتقال:

- ❖ آب آلوده به مدفوع انسان
- ❖ غذای آلوده
- ❖ دست های آلوده

محلول های پرخطر از نظر ابتلا به بیماری وبا:

- ❖ در مناطقی که آب آشامیدنی سالم در دسترس نیست
- ❖ در مناطقی که فاضلاب، فضولات و زباله به صورت غیربهداشتی دفع می شود.
- ❖ در مناطقی که بهداشت فردی رعایت نمی شود.



علائم بیماری وبا:

- ❖ اسهال آبکی شدید با دفعات اجابت مزاج غیرقابل شمارش شبیه آب برنج و بدبو
- ❖ نبود دل درد و دل پیچه
- ❖ استقرار بدون حالت تهوع قبلی
- ❖ گرفتگی عضلات پشت ساق پا
- ❖ احساس پری و غرغر شکم
- ❖ عطش فراوان
- ❖ فقدان تب
- ❖ فقدان خون در مدفوع

در صورت مشاهده علائم مذکور چه باید کرد؟

- ❖ مراجعه به مراکز بهداشتی و درمانی
- ❖ تامین آب و املاح بدن با استفاده از مایعات (سرم خوراکی ORS)
- ❖ 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 بیوتیک هایی که پزشک تجویز نموده است.

ORS چیست و چگونه تهیه می شود؟

ORS مخفف Oral Rehydration Solution

یعنی ماده خوراکی جبران کننده آب و املاح. این ماده به صورت پودر در داروخانه و مراکز بهداشتی درمانی موجود می باشد. هر بسته از پودر ORS را در یک لیتر آب جوشیده سرد شده حل می کنیم و به مرور به بیمار می خورائیم. قبل از استفاده از پودر ORS باید به تاریخ انقضاء آن توجه کنیم و دقت داشته باشیم که پودر تغییر رنگ نداده و چسبنده نباشد.

اگر ORS در دسترس نبود می توان یک قاشق مربا خوری نمک و هشت قاشق مربا خوری شکر را در یک لیتر آب جوشیده سرد شده حل کرد.

روش های سالم سازی آب آشامیدنی:

- ❖ جوشاندن آب و نگهداری در حالت جوش به مدت ۳ دقیقه
- ❖ گندزدایی با قرص کلر طبق دستورالعمل کارخانه سازنده
- ❖ استفاده از کلر مادر: ۳ قطره از کلر مادر را به ۱ لیتر آب اضافه نموده پس از یک



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان

غربی

مرکز آموزشی و درمانی رازی ارومیه



وبا و راههای مقابله با آن

لطفا در صورت نیاز به راهنمایی با شماره تلفن

۰۴۴۳۲۷۲۲۹۳۳ سوپر وایزر آموزش به بیمار مرکز

رازی تماس حاصل فرمایید.

سوپروایزر آموزش سلامت با همکاری کارشناس

بهداشت محیط

- استفاده از شیر و فرآورده های لبنی پاستوریزه
- خودداری از خرید خوراکی از فروشندگان دوره گرد
- استفاده از آب سالم در شستشو و طبخ مواد غذایی
- نوشیدن آب مطمئن در مسافرت ها
- توجه به تابلوهای هشدار دهنده و مشخص کننده آب آشامیدنی در پارک ها
- دقت به تهیه بهداشتی سالادهای فصل در ساندویچی ها و رستوران ها
- سالم سازی سبزیجات
- دور نگه داشتن مواد غذایی از دسترس حشرات و جوندگان و...
- نصب توری مناسب به درب و پنجره ها (توری مناسب نمره ۱۶ یعنی در هر ۲/۵ سانتیمتر ۱۶ عدد سوراخ کوچک داشته باشد).
- خودداری از ریختن زباله در جوی ها، رودخانه ها، معابر و اماکن عمومی
- کوتاه و تمیز نمودن ناخن ها
- شستن دست ها با آب و صابون (حداقل به مدت ۲۰ ثانیه) قبل از آماده کردن و خوردن غذا و دادن غذا به کودک پس از استفاده از توالت، تماس با مواد غذایی خام و نشسته، تعویض کهنه و پوشاک بچه، تماس با زباله

منبع: دستورالعملهای وزارتی مبارزه با وبا و اصول

پیشگیری و مراقبت بیماری ها

آدرس بیمارستان: ۶ کیلومتری جاده سلماس

جنب جهاد کشاورزی

ساعت قابل شرب است.

- ❖ استفاده از آبلیمو: ۵ میلی لیتر (۱ قاشق مرباخوری) آبلیمو را به ۱ لیتر آب اضافه نموده پس از نیم ساعت قابل شرب است.
- ❖ قرار دادن آب در مقابل نور خورشید از ساعت ۱۰ صبح تا ۴ بعدازظهر

روش سالم سازی سبزیجات: مرحله ۱:

پاکسازی: پاک کردن سبزیجات و خیساندن در آب به مدت ۵ دقیقه

مرحله ۲: **انگل زدایی:** ۳ الی ۵ قطره مایع ظرفشویی به ازای هر لیتر آب اضافه نموده و به هم می زنیم تا کفاب ایجاد شود سپس سبزیجات را به مدت ۵ دقیقه در کفاب نگه می داریم.

مرحله ۳: **گندزدایی:** ۱ گرم پودر پرکلرین (نصف قاشق چای خوری سر صاف) را در ۵ لیتر آب حل نموده و سبزیجات را به مدت ۵ دقیقه در این آب نگه می داریم.

توصیه های بهداشتی جهت پیشگیری از بیماری وبا:

- ❖ خرید مواد غذایی از فروشگاههای بهداشتی
- ❖ خودداری از مصرف بستنی های سنتی و شیرینی های خامه ای در فصل تابستان