درس ۷ : بیماری های واگیر

بیماری های واگیر

* در بیماری های واگیر بیماری از طریق یک عامل بیماری را ویروس، باکتری، قارچ و ...) به فرد سالم انتقال می یابد؛ مانند بیماری هپاتیت ایدر پدیکلوزیس یا آلودگی به شپش سر، آنفلوآنزا و ....

*بیماری های واگیر را می توان بر اساس شیوه های انتقال و انتشار به پنج دسته تقسیم کرد:

۱– بیماری هایی که از طریق دستگاه گوارش منتقل می شوند:

بیش از نیمی از کلیه بیماری ها و مرگ ها در کودکان و بزرگسالان در اثر میکروب، ایجاد می شوند.

نحوه ابتلا: از طریق غذا، آب و دست های آلوده

مثال: بیماری اسهال خونی، انگل های روده ای، وبا و ...

نکاتی برای پیشگیری از ابتلا به بیماری ها و انگل های روده ای:

- اطمینان از سالم بودن آب آشامیدنی حتما قبل از مصرف آن را بجوشانید.
- خودداری از مصرف یخ های آماده
- خودداری از مصرف سبزی های خام و سالادهایی که از نحوه شست و شو و ضد عفونی کردن آنها اطمینان ندارید.
- جوشاندن شیر خام قبل از مصرف
- خودداری از خرید غذاهای خیابانی تهیه شده توسط دست فروشان
- شست و شوی دست ها با آب و صابون قبل از مصرف غذا
- خودداری از شست و شوی دست و صورت ظروف میوه و سبزی در آب های روان
- اطمینان از پخته شدن غذا
- خودداری از خوردن کاهو و سبزی های خام در صورت شیوع بیماری های روده ای

۲– بیماری هایی که از طریق دستگاه تنفس طریق دستگاه تنفس منتقل می شوند:

در این بیماری ها ویروس به وسیله قطرات کوچکی که به هنگام عطسه یا سرفه فرد بیمار در هوا پخش می شود به دیگران سرایت می کند.

مثال: سرماخوردگی و آنفلوانزا مهم ترین بیماری های ویروسی قابل انتقال از طریق دستگاه تنفس)

۳– بیماری هایی که از طریق پوست و مخاط منتقل می شوند:

@DaneshSad

پدیکلوزیس
• شایع ترین بیماری انگلی است. • از طریق پوست و مو سرایت می کند. • شیش سر که نوعی انگل است در ناحیه عقب سر و در قسمت گردن و پشت گوش زندگی می کند و در آنجا تخم می گذارد و با خارش شدید همراه است
نحوه انتقال: شانه ، برس کلاه، روسری، لباس، وسایل خواب، وسایل سلمانی و ..... **راه پیشگیری**: رعایت بهداشت فردی و پرهیز از به کارگیری وسایل شخصی دیگران

۴– بیماری هایی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل می شوند:

عوامل بیماری زایی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل میشوند، شامل ویروس ها باکتری ها، تک یاخته ها و قارچ ها هستند که باعث ابتلا به بیماری هایی همچون سوزاک ، تبخال تناسلی، زگیل تناسلی و ... می شوند.

علائم:

- زخم یا ضایعات جلدی (پوستی) در نواحی تناسلی
- ترشح غیر طبیعی از نظر حجم رنگ و بو از مجرای تناسلی
- غدد متورم در ناحیه تناسلی درد در نواحی پایین شکم
- عفونت های غیر معمول
- سوزش ادرار

۵– بیماری هایی که از طریق خون و ترشحات بدن منتقل می شوند:

هپاتیت و ایدز از این جمله اند.

{هپاتیت:}

گاهی به علل مختلف از جمله آلودگی ناشی از ویروس کند التهاب پیدا می کند که این امر موجب آسیب دیدن کند و مختل کردن فعالیت آن می شود به این وضعیت بیماری هپاتیت گفته می شود.

با توجه به نوع ویروس آلوده کننده کبد، انواع مختلف هپاتیت مانند: هپاتیت G،E،C،B،A و GB شناخته شده اند که هپاتیت B و C شایع ترین آن هاست و احتمال **مزمن شدن** بیماری در مبتلایان به **هپاتیت نوع C** بیشتر است.

هپاتیت B:

علائم: از یک سو می تواند بدون علامت و از سوی دیگر می تواند با علائم بسیار شدید. همراه با درگیری شدید کبدی باشد.

- به طور معمول بعد از ورود ویروس به بدن فرد و پس از یک دوره بدون علامت، علائمی مانند سرماخوردگی مثل ضعف کسالت بی اشتهایی ،تب خستگی درد عضلات، التهاب مفاصل و عوارض پوستی در فرد ایجاد می کند.
- در اکثر موارد افراد مبتلا به هپاتیت B بعد از طی مراحل درمان کاملاً بهبود می یابند. ولی در بعضی از افراد این بیماری مزمن شده و باعث مشکلات کبدی، سرطان کبد و یا سیروز کبدی می شود.

@DaneshSad

راه پیشگیری: تزریق واکسن

اقدامات لازم در صورت ابتلای یکی از اعضای خانواده با نزدیکان به هپاتیت B :

- آزمایش خون اعضا با نزدیکان و اطمینان از عدم ابتلای آنها به بیماری
- تزریق واکسن
- استفاده نکردن از وسایل مشترک با بیمار
- عدم تماس با مایعات و خون بیمار
- عدم تماس با پوست بریده یا زخم شده بیمار
- استفاده نکردن از وسایل نیز و برنده مثل تیغ ناخن گیر و متعلق به شخص بیمار

اچ آی وی/ ایدز:

اچ آی وی یا همان (سندرم نقص ایمنی اکتسابی)، ویروسی است که با ورود به بدن و ماندگار شدن در آن در نهایت باعث ایجاد بیماری ایدز می شود. بنابراین اچ ای وی یک بیماری عفونی قابل کنترل است که اغلب مردم آن را با نام ایدز می شناسند.

در حالی که ایدر تنها مرحله انتهایی بیماری آچ ای وی است و در صورتی که فرد مبتلا به موقع التشخیص و تحت مراقبت قرار گیرد ممکن است تا آخر عمر به بیماری اندر مبتلا نشود.

علائم اچ آی وی / ایدز:

ورود ویروس اچ آی وی به بدن » واکنش گلبول های سفید » ترشح ماده ای در خون به نام آنتی بادی

*__آنتی بادی__: مدتی بعد از ورود آچ ای وی به بدن گلبول های سفید به نشانه حضور این ترشح می کنند که **آنتی بادی** نامیده می شود. هیچ عارضه یا علامتی در بدن ایجاد نمی کند ولی وجود آن با آزمایش قابل تشخیص است.

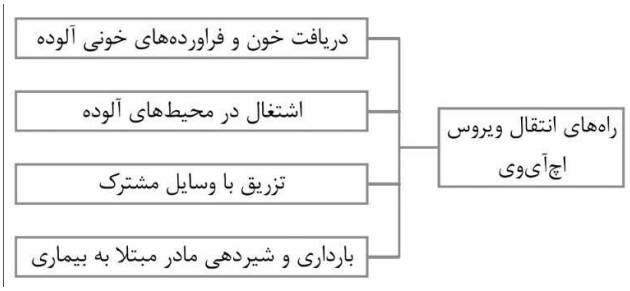
*__دوران پنجره:__ از زمان ورود ویروس به بدن تا زمانی که گلبول های سفید، آنتی بادی ترشح کنند و سطح آن به حد قابل تشخیص برسد. بین دو تا سه هفته و گاهی تا سه ماه طول می کشد. به این مدت **دوران پنجره** می گویند در این دوران با این که ویروس در بدن فرد هست ولی نتیجه **آزمایش منفی** است.

توجه!!: در صورت مشکوک بودن فردی به بیماری آچ ای وی وجود یک آزمایش منفی معنای عدم ابتلای وی نیست بلکه لازم است فرد مجدداً مورد آزمایش و مشاوره قرار بگیرد. امکان انجام مشاوره و آزمایش به صورت رایگان در مراکز مشاوره بیماری های رفتاری در سراسر کشور فراهم است.

علائم: علائم آچ ای وی متنوع بوده و می تواند شامل انواع عفونت ها ، مثل: برفک دهانی، سل، عفونت های ریوی و ... شود و حتی ممکن است بعضی بدخیمی ها و سرطان در فرد بروز پیدا کند.

راه درمان: تاکنون داروی مؤثری که بتواند ویروس را به طور کامل از بین ببرد شناخته نشده اما داروهای مناسبی وجود دارند که می توانند تعداد ویروس را در خون به شدت کم کرده و مانع پدید آمدن علائم مرحله ایدز شوند. مراقبت مستمر و درمان به موقع در به تعویق انداختن این امر مؤثرند.

@DaneshSad



چگونه می توانیم از خود در برابر آلوده شدن به اچ آی وی محافظت کنیم؟ اصلی ترین روش پیشگیری در همه بیماری های عفونی از جمله اچ ای وی این است که **مانع ورود میکروارگانیسم** به بدن شویم.

راه های پیشگیری از انتقال اچ آی وی:

دو راه اصلی پیشگیری
- عدم استفاده از سرنگ و سوزن مصرف شده
- پرهیز از رفتارهای جنسی پرخطر

- اقدام برای درمان افراد مبتلا
- رعایت احتیاط های لازم در مواجهه با افراد مبتلا
- پرهیز از اقداماتی که منجر به سوراخ شدن پوست می شود، مانند: حجامت غیر استریل ، خالکوبی و ...
- اطمینان از انجام استریل خدمات دندان پزشکی

***ویروس آج ای وی از طریق تماس های عادی زیر منتقل نمی شود:**

- کارکردن و زندگی دسته جمعی هم صحبت شدن و معاشرت اجتماعی با فرد مبتلا شامل هم سفر شدن هم کلاس بودن، نشستن در کنار هم
- روابط عادی اجتماعی مثل سوار شدن در اتوبوس، تاکسی و .....
- غذا خوردن و آشامیدن با استفاده از قاشق و چنگال، لیوان و .....
- اشک و بزاق و از راه هوا (عطسه و سرفه)
- استفاده از سرویس های بهداشتی مشترک مثل حمام ، توالت و استخرهای مشترک
- توسط حیوانات حشرات (پشه) یا نیش آن ها

@DaneshSad