

توضیح وبا :

وبا یک بیماری اسهالی واگیر دار است که مخصوص انسان می باشد و قدرت زیادی در مبتلا کردن ناگهانی تعداد زیادی از افراد دارد . وبا در موارد شدید و بدون درمان در عرض چند ساعت منجر به مرگ انسان می شود . وبا ۲ نوع دارد . کلاسیک و التور که نوع التور آن دارای قدرت همه گیری بیشتری می باشد .

این بیماری بیشتر در نقاط گرم و مرطوب و در تمام ماه های سال به خصوص از اردیبهشت تا آبان ماه دیده می شود .

علائم بیماری وبا :

- اولین علامت احساس پری و غرغر شکم
- اسهال آبکی شدید و جهنده شبیه آب برنج و بدبو با دفعات اجابت مزاج غیر قابل شمارش
- اسهال بدون دل درد، بدون تب و بدون زورپیچ شکم
- استفراغ بدون داشتن حالت تهوع قبلی
- گرفتگی و درد عضلات پشت ساق پا
- عطش و تشنگی فراوان
- کم شدن یا قطع ادرار

راه های انتقال بیماری وبا :

راه تماس مستقیم :

بیماری می تواند از طریق دست های آلوده، تماس با مواد دفعی و استفراغ بیمار و یا وسایل و لوازم آلوده به مدفوع بیمار منتقل شود

راه تمامی غیر مستقیم :

- مصرف آب آلوده به مدفوع
- استحمام یا شستشوی لوازم آشپزخانه با آب آلوده
- استفاده از سبزی و میوه شسته شده با آب آلوده
- مصرف یخ آلوده
- مصرف غذای آلوده
- مصرف غذای دریایی نپخته و خام مانند صدف، ماهی و...
- تغذیه کودکان و نوزادان با شیشه شیر آلوده



مدت زمان بروز علائم بیماری وبا :

ممکن است از چند ساعت تا چند روز طول بکشد تا علائم ظاهر شود و معمولاً ۲ تا ۳ روز اول ظاهر می شود.

درمان بیماری وبا :

با جایگزینی فوری مایعات و نمکی که از طریق اسهال از دست می رود، می توان به سادگی و با موفقیت این بیماری را درمان کرد. بیماران را می توان با نوشاندن ترکیب ORS (ماده خوراکی جبران کننده آب و املاح) یا مخلوط قند و نمک که با یک لیتر آب مخلوط شده تحت درمان قرار داد. این محلول در سراسر جهان برای درمان اسهال استفاده می شود. در موارد شدید نیاز به جایگزینی مایع داخل وریدی وجود دارد. آنتی بیوتیک ها دوره درمان را کوتاه کرده و از شدت بیماری می کاهند اما اهمیت آن ها به اندازه دریافت و جایگزینی آب نیست.

طرز تهیه ORS :

ORS به صورت پودر در داروخانه و مراکز بهداشتی درمانی موجود است. هر بسته از پودر ORS را در یک لیتر آب جوشیده سرد شده حل کرده و به مرور به بیمار می خورانیم. توجه به تاریخ انقضاء پودر ضروری است. محلول را در یخچال نگه داری کرده و پس از گذشت ۲۴ ساعت باید ریخته شود و محلول جدید تهیه شود.



دانشگاه علوم پزشکی کردستان
بیمارستان سینا کامیاران

پمفلت آموزشی وبا

واحد پرستاری آموزش و پیگیری بیمار

بازنگری سال ۱۴۰۳

منبع: دستورالعمل کشوری وبا



ادامه پیشگیری از وبا:

- ✓ در مسافرت ها غذاهایی که بسته بندی شده اند و یا تازه پخته شده اند و داغ سرو می شوند را میل نمایید
- ✓ گوشت و غذاهای دریایی خام یا خوب پخته نشده را مصرف نکنید. هم چنین از مصرف میوه و سبزیجات خام خودداری کنید، مگر این که پوست آن ها کنده شود
- ✓ برای جلوگیری از آلودگی آب و منابع غذایی ، مدفوع را به صورت بهداشتی دفع نمایید
- ✓ در مواردی که لازم است از پودر ORS استفاده کنید و این پودر در دسترس نبود می توانید یک قاشق مربا خوری نمک و هشت قاشق مربا خوری شکر را در یک لیتر آب جوشیده سرد شده حل کنید
- ✓ از روش های سالم سازی آب آشامیدنی ، جوشاندن آب و نگه داری در حالت جوش به مدت ۳ دقیقه است
- ✓ حتما قبل از مصرف سبزیجات آن ها را خوب شسته و ضد عفونی نمایید
- ✓ سعی کنید در ساندویچی ها و رستوران هایی که مطمئن نیستند سالاد فصل میل نکنید

پیشگیری از وبا:

- ✓ از شیر و فراورده های لبنی پاستوریزه استفاده کنید
- ✓ از خرید خوراکی ها از فروشندگان دوره گرد خودداری نمایید
- ✓ در شستشو و طبخ مواد غذایی از آب سالم استفاده نمایید
- ✓ در مسافرت ها از آبی که مطمئن هستید سالم است بنوشید
- ✓ از ریختن زباله در جوی ها و رودخانه ها، معابر و اماکن عمومی خودداری کنید
- ✓ قبل از آماده کردن و خوردن غذا، دادن غذا به کودک، بعد از رفتن به توالت، بعد از تعویض کهنه بچه، هنگام تماس با زباله و هنگام تماس با مواد غذایی خام و نشسته حتما دست های خود را حداقل به مدت ۳۰ ثانیه با آب و صابون بشویید
- ✓ به درب ها و پنجره ها توری مناسب (نمره ۱۶) نصب نمایید
- ✓ در فصل تابستان از مصرف بستنی های سنتی و شیرینی های خامه ای خودداری نمایید