



وبا (التور چیست ؟)

وبا بیماری اسهالی واگیردار است که عامل آن نوعی باکتری بنام ویبریوکلا می باشد. این بیماری بیشتر در نقاط گرم و مرطوب و در تمام ماههای سال خصوصا از اردیبهشت تا آبان ماه دیده می شود. و با یک مشکل بهداشت عمومی حاد بوده و امکان انتشار سریع آن وجود دارد که این خود منجر به همه گیری در سطح وسیعی می شود. مطالعات وسیع نشان داده که نمی توان از ورود وبا به یک منطقه جلوگیری به عمل آورد. اما می توان از بروز آن پیشگیری کرد.

راههای انتقال

مستقیم: تماس با مدفوع و یا استفراغ فرد آلوده به عامل بیماری.

غیر مستقیم: استفاده از آب آلوده، سبزیجات و میوه جات آلوده و غیر بهداشتی، شیر و پستانی غیر مطمئن و غذای پخته شده که آلوده باشد.



رعایت توهمیه های بهداشتی به طور موثر باعث کاهش خطر انتقال میکروب وبا می گردد. بنابر این

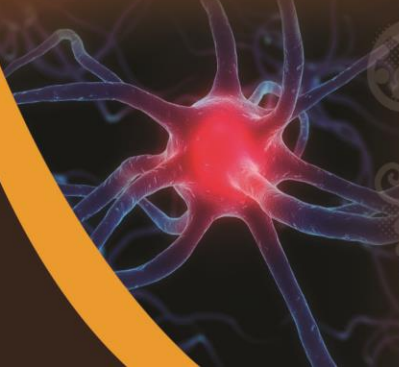
بالاترین اولویت باید رعایت اصول اساسی بهداشت باشد.

علائم بیماری

از زمان ورود میکروب وبا به بدن تا زمان بروز علائم (دوره کمون) ۱۲ ساعت تا ۶ روز طول می کشد. حدود ۹۰٪ بیمار ان بدون علامت بوده یا اسهال خفیف دارند . ولی در صورت پیدایش اسهال آبکی شدید، اولین مدفوع شل تا شوک ۴ تا ۱۲ ساعت و تا مرگ ۱۸ ساعت تا چند روز بیشتر طول نمی کشد. اولین شکایت بیمار احساس پری و صدای قور قور شکم است. سپس اسهال آبکی شدید بدون دل درد با دفعات اجابت مزاج غیر قابل شمارش و استفراغ بدون حالت تهوع قبلی و گرفتگی عضلات ساق پا و عطش فراوان و در صورت عدم درمان به علت از دست رفتن سریع آب بدن بیمار دچار شوک و مرگ می گردد.

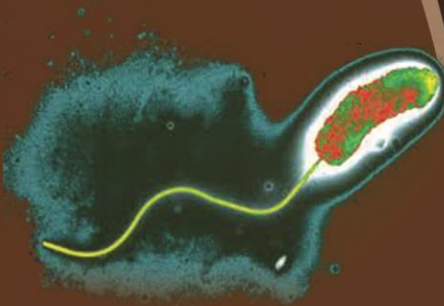
درمان بیماری

شناسایی و درمان هر چه سریعتر بیماران باعث تسهیل در درمان و کاهش انتشار آلودگی می گردد. اکثر بیماران وبای التور را می توان تنها با



تجویز محلول سرم خوراکی (در صورتی که بیمار استفراغ نکند) درمان نمود. در موارد شدیدتر باید بیمار در مراکز بهداشتی درمانی تحت درمان با سرم و دارو قرار گیرد.

وبا خطرناک ولی قابل پیشگیری و درمان است



مراحل سالم سازی سبزیجات

* مرحله اول (پاکسازی):

پاک کردن سبزی و شستشوی اولیه با آب سالم

* مرحله دوم (انگل زدائی):

اضافه کردن ۵-۳ قطره ظرفشویی بازاء هر لیتر آب مصرفی و نگهداری سبزی به مدت ۵ دقیقه در آن (برای هر ۵ لیتر آب ۲۵-۱۵ قطره مایع ظرفشویی)

* مرحله سوم (ضد عفونی):

حل کردن یک گرم (نصف قاشق چایخوری) پودر پرکلرین در ۵ لیتر آب و قرار دادن سبزی به مدت ۵ دقیقه در محلول ضد عفونی کننده.

بسمه تعالی

مرکز پزشکی تخصصی و فوق تخصصی

شهید محلاتی تبریز

واحد بهبود کیفیت

(گروه اعتبار بخشی و حاکمیت بالینی)

راهنمای آموزش بیماران

وبا



شماره: ۳۳ - ۱۳۹۰

تدوین کننده: آموزش و پژوهش

Code: 0582

از قرار دادن مواد غذایی پخته و نیمپخته در کنار هم در یخچال جدا خودداری نمایید.

از مصرف شیر و بستنی و سایر لبنیات غیر پاستوریزه خودداری نمایید.

از تماس حشرات با مواد غذایی جلوگیری کنید.
از مصرف یخ های فله ای و مشکوک خودداری کنید.



با فراگیری و آموزش همگانی از بروز و شیوع بیماری خطرناک وبا پیشگیری کنیم.



مرحله چهارم: شستشوی مجدد با آب سالم

راههای پیشگیری

در صورت عدم دسترسی به آب سالم، آب را حداقل یک دقیقه بجوشانید و پس از سرد شدن برای شرب از آن استفاده ننمایید.

در موقع مراجعه به پارکها به تابلوهای هشدار دهنده و مشخص کننده آب شرب و آب فضای سبز توجه و از مصرف آب فضای سبز جدا خودداری نمایید.

از آب چشمه و آب رودخانه جهت آشامیدن استفاده ننمایید.
اگر غذاهای پخته در درجه حرارت اتاق سرد شود میکروبها شروع به تکثیر می کنند.

خوراکیهای خام و پخته که توسط دست فروشان عرضه می گردد قابل استفاده نمی باشد.

از قرار دادن مواد غذایی نشسته در کنار مواد غذایی تمیز در داخل یخچال خودداری کنید.

کاهو و سبزیجات خام ممکن است دارای میکروب و تخم انگل باشد. از مصرف سبزیجات نشسته و ضد عفونی نشده جدا خودداری کنید.

