

درس هفتم: بیماری های واگیر

– بیماری های واگیردار در قرن های گذشته یکی از علل مهم تهدید کننده زندگی به شمار می رفت

– امروزه با

واکسیناسیون

رعایت بهداشت فردی

بهبودی محیط

بهبود وضع تغذیه و ...

بیماری های واگیردار کنترل شده اند

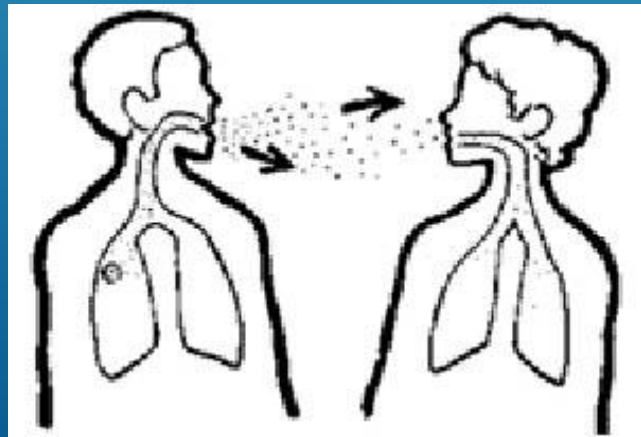
هپاتیت: ویروس (نوع غیرواگیر هم وجود دارد مثل هپاتیت الکلی)

ایدز: ویروس

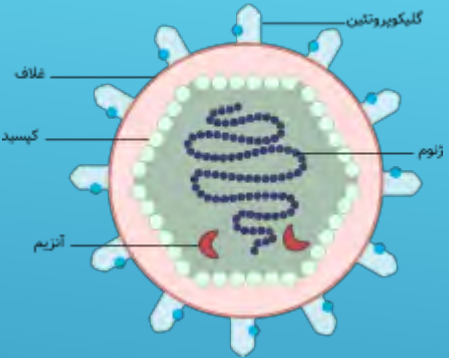
پدیکلوزیس (آلودگی به شپش سر)

آنفولانزا: ویروس

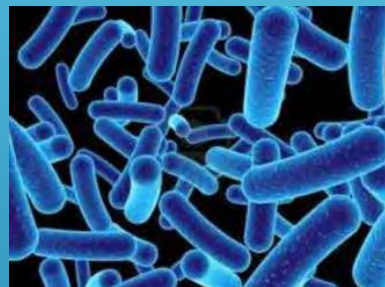
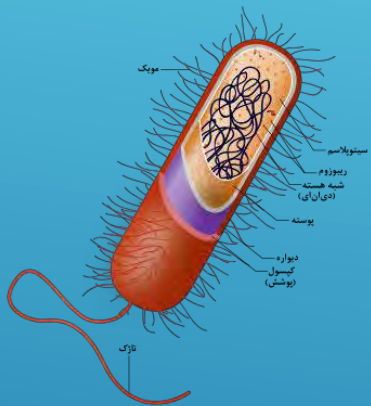
بیماری های واگیردار مثل



ساختار یک ویروس



ویروس ها



باکتری ها



قارچ ها

عامل بیماری های واگیردار که می تواند باعث همه گیری شوند

-
-
-

بیش از ۵۰٪ بیماری های منجر به مرگ در اثر میکروب ها اتفاق می افتند

از طریق: آب، غذا، دستهای آلوده و ...

مثال: اسهال خونی - انگل های روده ای - وبا

۱- بیماری هایی که از طریق **دستگاه گوارش** منتقل می شوند

۲- بیماری هایی که از طریق **دستگاه تنفس** منتقل می شوند. **مثال:** سرماخوردگی، آنفولانزا

از طریق پوست و مو
نوعی انگل پوست بدن انسان است
در ناحیه عقب سر در قسمت گردن و در پشت گوش زندگی
می کند و در آنجا تخم می گذارد
باعث خارش شدید می شود
وسيله انتقال: شانه ، کلاه ، روسری ، لباس ، وسایل خواب ،
وسایل سلمانی، حمام

۳- بیماری هایی که از طریق **پوست و مخاط** منتقل می شوند. **مثال:** پدیکلوزیس



شپش خوابگاه دانشجویان دکتری را تعطیل کرد!

شروع عجیب و بی سابقه شپش در خوابگاه دختران یکی از دانشگاه های
فنی-مهندسی مطرح تهران، این خوابگاه را به تعطیلی کشاند. این اتفاق
در سال های اخیر سابقه نداشته است. سایت پارسیبیه نوشت: مسئولان
خوابگاه ابتدا به دانشجویان شپش زده، ششامپوی مخصوص دادند که
افاقه نکسرد و حتی وضع را بدتر کرد. بعد از بی فایده بودن این ششامپو،
مسئولان تصمیم به تعطیلی کامل خوابگاه و سم پاشی کامل آن گرفتند.
به دانشجویان هم اعلام شد تا اتمام سمپاشی خوابگاه، می توانند به منزل
مراجعه کنند و غیبت هایشان موجه خواهد بود. شرط ورود مجدد به
خوابگاه، معاینه تک تک دانشجویان عنوان شده است.

بیماری های واگیر را می توان بر اساس
شیوه های انتقال و انتشار به ۵ دسته
تقسیم بندی کرد

خیلی ها حامل بدون علامت هستند

ممکن است باعث عقیمی شود

حجب و حیا مانع مراجعه به پزشک و درمان می شود

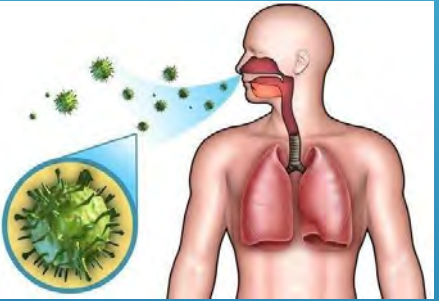
علائم: زخم یا ضایعات جلدی در نواحی تناسلی

ترشحات غیر طبیعی از مجرای تناسلی

تورم غده لنفاوی

۴- بیماری هایی که از طریق **دستگاه تناسلی** منتقل می شود. **مثال:** سوزاک - سیفیلیس - تبخال - ایدز

۵- بیماری هایی که از طریق **خون و ترشحات بدن** منتقل می شود. **مثال:** هپاتیت و ایدز



بیشتر بدانید

تفاوت آنفلوآنزا با سرماخوردگی		
علائم بالینی	آنفلوآنزا	سرماخوردگی
علائم پیش در آمد	ندارد	یک روز یا بیشتر
شروع	ناگهانی	تدریجی
تب	۳۸/۳ تا ۳۹ درجه سانتی گراد	در بالغین نادر
سر درد	ممکن است شدید باشد	نادر
درد عضلانی	معمولاً وجود دارد و اغلب شدید	متوسط
خستگی مفرط	معمولاً وجود دارد	هرگز
خستگی / ضعف	ممکن است بیشتر از دو هفته باشد	متوسط
ناراحتی گلو	شایع	گاهی / اغلب
عطسه	گاه گاهی	معمولاً وجود دارد
التهاب بینی	گاه گاهی	معمولاً وجود دارد
سرفه	معمولاً وجود دارد و خشک	متوسط و منقطع / مزاحم

یادآوری: سرماخوردگی اغلب نیاز به درمان دارویی و به خصوص آنتی بیوتیک ندارد و با استراحت درمان می شود.

برای پیشگیری از ابتلا به بیماری ها و انگل های روده ای رعایت نکات زیر

لازم است:

۱. اگر از سالم بودن آب آشامیدنی اطمینان ندارید، حتماً قبل از مصرف آن را بجوشانید.
۲. از مصرف یخ های آماده خودداری کنید مگر مطمئن شوید که از آب سالم تهیه شده است.
۳. از مصرف سبزی های خام و سالادهایی که از شست و شو و ضد عفونی کردن آنها اطمینان ندارید، خودداری کنید.
۴. شیر خام را قبل از مصرف باید حداقل یک دقیقه با هم زدن مداوم جوشانند و در صورت خطر تب مالت به مدت طولانی تر جوشانند.
۵. از مصرف غذاهای خیابانی که توسط دست فروشان تهیه می شود، خودداری کنید.
۶. قبل از آماده سازی و صرف غذا حتماً دست های خود را با آب و صابون بشوید.
۷. از شست و شوی دست و صورت، ظروف، میوه و سبزی در آب های روان و غیر بهداشتی خودداری کنید.
۸. غذاهایی را بخورید که کاملاً پخته شده باشند.
۹. در صورت شیوع بیماری های روده ای بهتر است از خوردن کاهو و سبزی های خام خودداری کنید.

هپاتیت

گاهی عامل آن ویروس است که کبد را متورم و ناکارآمد می کند
تنوع در بیماری هپاتیت ویروسی بدلیل انواع ویروس های آلوده کننده است (A ، B و C)

جدی ترین نوع هپاتیت است

گاهی می تواند بدون علامت بالینی باشد (حاملان به ظاهر سالم)

زردی ملتحمه چشم
تهوع - استفراغ - سردرد و سرگیجه و ...
ضعف و بی حالی - تب - خستگی
التهاب مفاصل
عوارض پوستی

گاهی علائم بالینی بسیار شدیدی را ایجاد می کند. مثال

گاهی بعد از یک دوره کمون تازه علائم شروع می شود

اکثر افراد بعد از درمان کاملاً بهبود پیدا می کند

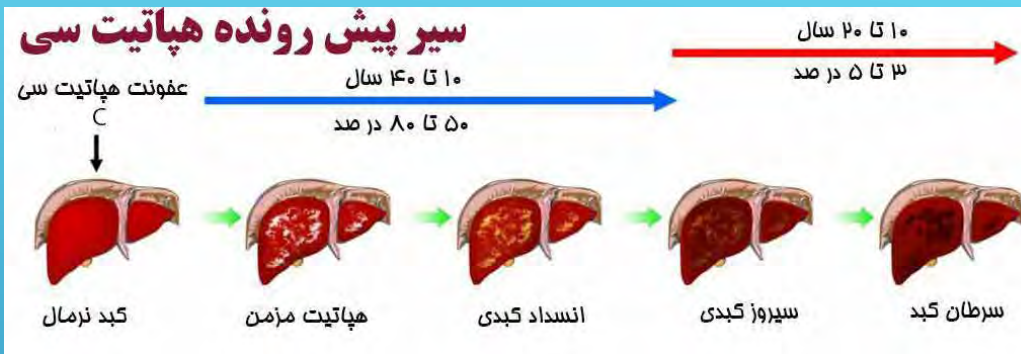
مشکلات کبدی

سیروز کبدی

سرطان کبد

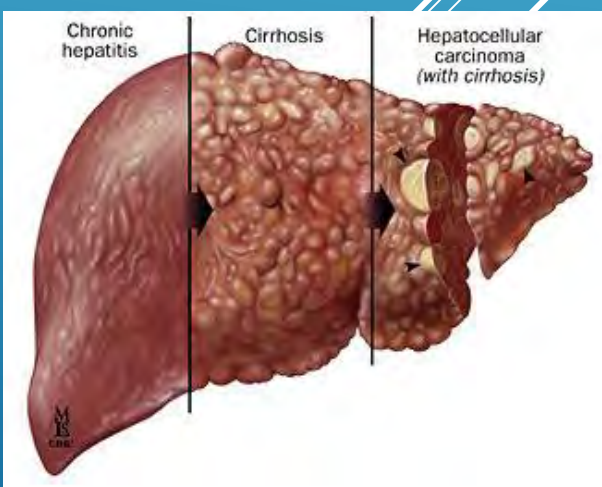
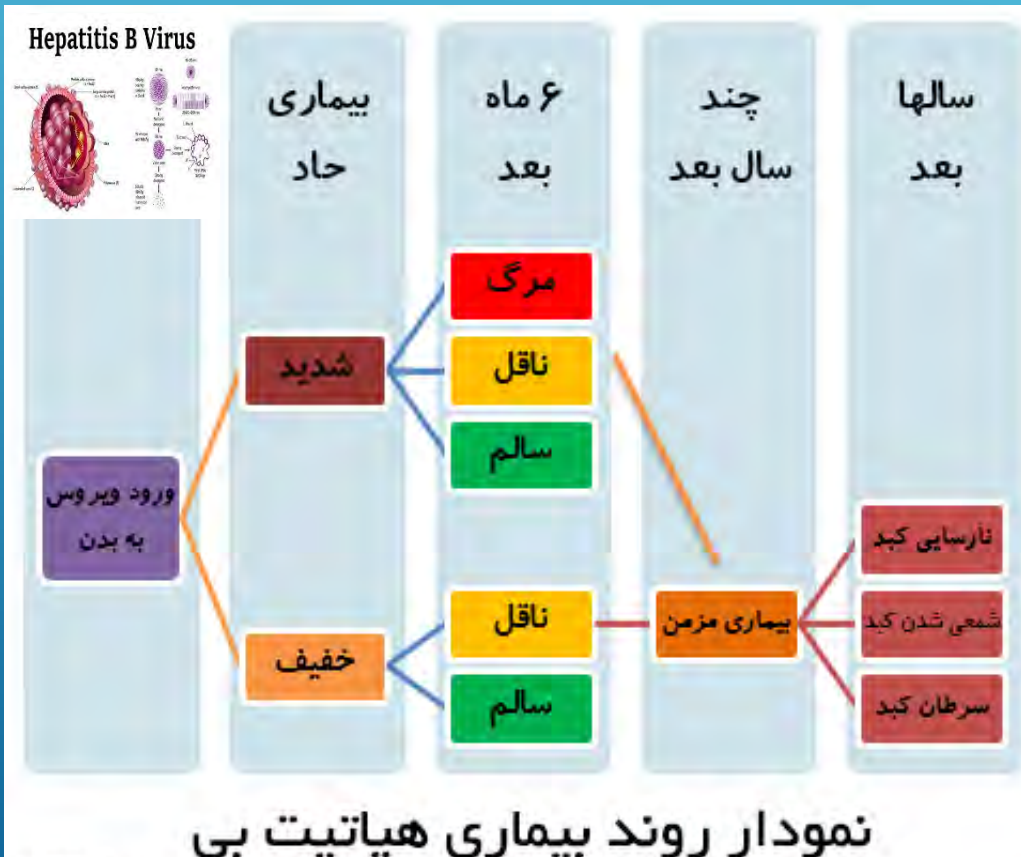
بیماری در عده ای از افراد به طرف مزمن شدن پیش می رود

هپاتیت نوع B



"هپاتیت A"

علائم و نشانه ها
معمولا کمتر از
دو ماه طول می کشد
اما ممکن است تا 6
ماه باقی بماند
تمام افراد مبتلا به
هپاتیت A تمام
این علائم و
نشانه ها را نشان میدهد



نمودار روند بیماری هپاتیت بی

امروزه با انجام واکسیناسیون به پیشگیری از هپاتیت B کمک شایانی شده است.

بیماری بسیار واگیر دار است.

حتماً همه اعضای خانواده آزمایش خون بدهند HBSAg (AB)

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 تیز و برنده مثل تیغ و ناخن گیر و ...

اطلاع به دندانپزشک یا جراح

اگر یکی از افراد خانواده شما این بیماری را دارند لازم است:



ایدز: (Acquired immune deficiency syndrome)

- نوعی بیماری است که در دستگاه ایمنی و توسط ویروس نقص ایمنی HIV ایجاد می‌شود.
- همه‌گیری جهانی ایدز یکی از بزرگترین چالش‌های بشر در سی سال گذشته بوده است (۳۶ میلیون نفر مبتلا !!)
- HIV یا همان ویروس نقص ایمنی انسانی ویروسی است که با ورود به بدن و ماندگار شدن در آن، در نهایت باعث ایجاد بیماری ایدز در انسان می‌شود.

یک بیماری عفونی قابل کنترل است که اغلب مردم آن را با نام ایدز می‌شناسند
در حالیکه ایدز تنها مرحله انتهایی از بیماری HIV است
در صورتیکه فرد آلوده به HIV به موقع و به طور صحیح تحت مراقبت و درمان قرار گیرد ممکن است تا آخر عمر مبتلا به بیماری ایدز نشود
ویروس HIV خودبخود تولید نمی‌شود

HIV

بیماری واگیردار است }
خون }
ترشحات بدن }

- * بعد از ورود HIV به بدن گلبول های سفید Ab را بر علیه آن ترشح می نمایند که با آزمایش می توان آنرا تشخیص داد
- * از زمان ورود ویروس به بدن تا ترشح Ab به حد قابل تشخیص در آزمایشگاه برسد گاهی بین ۲ هفته تا ۳ ماه طول می کشد.
(دوران پنجره)
- * در دوران پنجره (window period) نتیجه آزمایش خون منفی است.

علائم HIV / ایدز:

توجه به این نکته بسیار مهم است که در صورت مشکوک بودن فردی به بیماری، هیچ‌گاه وجود یک آزمایش منفی در او به معنی عدم ابتلای وی نیست و لازم است تا فرد مجدداً مورد مشاوره و آزمایش قرار گیرد. امکان انجام مشاوره و آزمایش محرمانه و رایگان اچ‌آی‌وی و نیز دسترسی به داروهای ضدویروس (اچ‌آی‌وی) به صورت رایگان برای تمام بیماران در مراکز مشاوره بیماری‌های رفتاری در سراسر کشور فراهم است.

به تدریج که ویروس ها زیاد و سیستم دفاعی بدن مختل می شود علائمی ظاهر می شود

برفک دهانی
سل
عفونت های ریوی و ...

مرحله پیشرفته اچ آی وی را ایدز می نامیم که همراه بیماری های مختلف و علایم شدید است

بدخیمی
سرطان

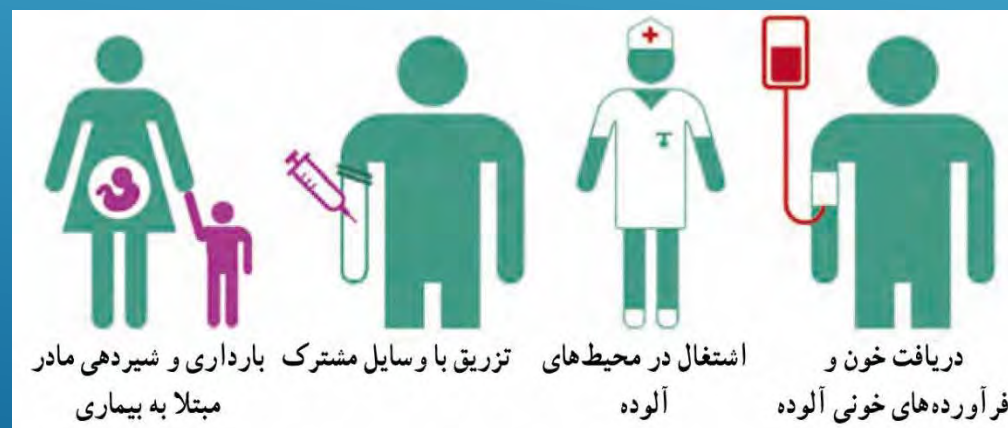
* تاکنون داروی موثر که بتواند ویروس را کاملاً از بین ببرد شناخته نشده

* بعضی از داروها می توانند تعداد ویروس ها را بشدت کاهش دهند و مانع پدید آمدن علایم مرحله ایدز شوند

* با مراقبت از مبتلایان + درمان به موقع می توانیم در به تعویق انداختن مرحله بیماری موثر باشیم.

چگونه می توانیم از خود در برابر آلوده شدن به HIV محافظت نمائیم؟

- این بیماری مخصوص طبقه و قشر یا گروه خاصی نیست
- نوجوانان و جوانان نیاز به دانش و آگاهی نسبت به شیوع و راه های انتقال این بیماری دارند تا که در معرض خطر قرار نگیرند.
- اصلی ترین روش پیشگیری در همه بیمارهای عفونی از جمله HIV این است که مانع ورود میکرو ارگانیسم به بدن شویم.



راه های پیشگیری

- ۱- عدم استفاده از سرنگ و سوزن مصرف شده (بخصوص در معتادان تزریقی)
- ۲- پرهیز از رفتارهای جنسی پرخطر
- ۳- یکی دیگر از راه های پیشگیری اقدام برای درمان دارویی افراد مبتلاست که باعث کاهش تعداد ویروس در خون و ترشحات جنسی می شود که در این صورت، تماس اتفاقی با خون و ترشحات فرد مبتلا منجر به انتقال ویروس به دیگری نخواهد شد.

دو راه بسیار مهم پیشگیری

چون ویروس HIV تنها در گلبول های سفید قادر به ادامه حیات است و گلبول سفید هم فقط در خون و ترشحات جنسی وجود دارد، لذا ویروس HIV از طریق تماس های عادی ذیل منتقل نمی شود.

- زندگی دسته جمعی و هم صحبت شدن
- معاشرت های اجتماعی با دیگران
- هم سفر شدن و هم کلاس بودن و در کنار هم نشستن
- استفاده مشترک از گوشی تلفن های عمومی
- غذا خوردن - آشامیدن و یا استفاده از قاشق و چنگال و لیوان و وسایل ظروف غذاخوری
- اشک و بزاق و از راه عطسه و سرفه
- استفاده از سرویس های بهداشتی مشترک (حمام، توالت، استخر)
- توسط حیوانات ، حشرات (پشه) یا نیش آنها

نیازی به جداسازی افراد مبتلا به ویروس HIV نیست

برای پیشگیری از بیماری ایدز رعایت موارد زیر توصیه می شود:

۱. پرهیز از مصرف مواد مخدر به خصوص مواد مخدر تزریقی
۲. پایبندی به شئونات اخلاقی
۳. رعایت احتیاط‌های لازم در مواجهه با افراد مبتلا
۴. پرهیز از اقداماتی که منجر به سوراخ شدن پوست می شود مانند حجامت غیر استریل، خالکوبی و ...
۵. پرهیز از استفاده از وسایل نوک تیز و برنده به طور مشترک
۶. اطمینان از انجام استریل خدمات دندان پزشکی
۷. پرهیز از حضور در موقعیت‌های خطر آفرین
۸. تقویت مهارت‌های برخورد قاطعانه و نه گفتن هنگام مواجهه با درخواست‌های نابجا
۹. کنار گذاشتن افرادی که ما را در معرض رفتارهای پرخطر قرار می دهند و تقویت بیشتر روابط

خانوادگی

یک توصیه بسیار مهم برای سلامتی شما عزیزان:

تا امتحان نهایی هر شب نیم ساعت درسی سلامت و بهداشت بخوانید

