

گروه هدف: بیماران محترم

تهیه کننده: واحد آموزش دفتر پرستاری

خرداد ۱۳۹۸

همدان - پل پیشاهنگی ۴-۰۳-۳۸۲۲۴۰۰۸۱

وبا

وبا یک بیماری اسهالی واگیردار و خاص انسان است که توسط نوعی باکتری به نام ویبریوکلا ایجاد می شود و در صورت عدم پیشگیری و درمان به موقع و مناسب ، بسیار کشنده است. این بیماری بیشتر در نقاط گرم و مرطوب و در تمام ماههای سال به خصوص از اردیبهشت تا آبان ماه دیده می شود. بیماران وبایی به طور مشخص دچار اسهال آبکی همراه با کم آبی شدیدی می شوند.

علائم بالینی بیمار مبتلا به وبا چیست؟

- اسهال آبکی حجیم و جهنده با دفعات اجابت مزاج غیر قبل شمارش و بسیار زیاد
- اسهال بدون تب ، بدون دل درد و بدون زور پیچ شکم
- استفراغ بدون حالت تهوع قبلی
- گرفتگی و درد عضلات پشت ساق پا
- عطش و تشنگی فراوان
- کم شدن یا قطع ادرار

- ❖ اولین شکایت بیمار ، احساس پری و غرغر شکم است ، سپس اسهال آبکی شبیه آب برنج و اکثراً بدون بو ایجاد می شود.
- ❖ در مواقع ابتلا به اسهال حاد آبکی شدید با دفعات بیار زیاد سریعاً به مراکز بهداشتی درمانی و یا پزشک مراجعه نمایید. در این موارد ضمن درمان سریع کم آبی در مطب یا درمانگاه ، نمونه برداری از مدفوع جهت کشف سریع بیماری وبا به عمل می آید.

راههای انتقال وبا:

❖ راه تماس مستقیم :

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

❖ راه تماس غیر مستقیم:

- (۱) مصرف آب آلوده به مدفوع
- (۲) استحمام یا شستشوی لوازم آشپزخانه با آب آلوده
- (۳) استفاده از سبزی و میوه شسته شده با آب آلوده
- (۴) مصرف یخ آلوده
- (۵) مصرف غذای آلوده
- (۶) مصرف غذاهای دریایی نپخته و خام مثل صدف، ماهی و ...
- (۷) تغذیه کودکان و نوزادان با بطری (شیشه شیر) آلوده

آیا بیماری وبای التور درمان پذیر است؟

وبا را می توان با جبران فوری مایعات و املاح از دست رفته بدن که در اثر اسهال ایجاد شده است به خوبی و با موفقیت درمان نمود. برای این منظور می توان از مایع درمانی خوراکی به

مقادیر زیاد استفاده کرد . بهترین محلول خوراکی برای جبران کم آبی و املاح از دست رفته بدن ، محلول او-آر-اس می باشد.

❖ طرز تهیه محلول او-آر-اس

❖ محلول او-آر-اس را در ظرف محتوی ۴ لیوان آب جوشیده خنک شده بریزید و آن را هم بزنید . سپس آن را در یخچال نگهداری کنید . بعد از هر بار اجابت مزاج شل و آبکی بایستی این محلول را بخورید.

محلول تهیه شده فقط برای ۲۴ ساعت قابل استفاده است و پس از آن باید محلول اضافی دور ریخته شود و مجدداً با روش فوق ۱ لیتر محلول جدید تهیه گردد.

راههای پیشگیری از بیماریهای اسهالی از جمله وبای التور چیست؟

۱- در مناطقی که دسترسی به آب تصفیه شده و لوله کشی وجود ندارد استفاده از آب جوشیده شده و یا کلر زنی شده .

۲- استفاده از سبزیجات و میوه جات شسته شده و ضدعفونی شده.

۳- شستشوی دستها با آب و صابون.

۴- استفاده از آب آشامیدنی سالم.

۵- عدم مصرف غذاهای آماده و غیر بهداشتی مثل آب میوه ، معجون ، بستنی ، ساندویچ و شیر موز.

۶- خرید نکردن از فروشندگان دوره گرد مواد غذایی.

۷- شنا نکردن در آب رودخانه ها ، آبگیر ها و یا استخر های آلوده.

۸- دور نگهداشتن مواد غذایی از دسترس مگس و آلودگی های دیگر .

۹. عدم مصرف یخ های غیر بهداشتی و آلوده.

اقدامات احتیاطی

با توجه به اینکه طی سالهای گذشته در اکثر کشورها از جمله در نقاط مختلفی از کشورمان مواردی از بیماری وبا مشاهده شده است و به منظور جلوگیری از ابتلا به این بیماری ، عموم مردم به ویژه کسانی که قصد مسافرت به دیگر مناطق کشور را دارند و یا در زمان بروز حوادث غیر مترقبه از جمله زلزله ، سیل و ... بایستی اقدامات احتیاطی زیر رعایت شود:

- فقط از آب های لوله کشی شده بهداشتی و کاملاً مطمئن استفاده شود.

- غذاهایی میل شوند که تازه پخته شده و هنوز کاملاً داغ هستن.

- فقط از میوه هایی استفاه شود که کاملاً شسته و ضدعفونی شده و توسط خود شخص پوست کنده شده اند.

- از مصرف مواد غذایی نیم پخته یا خام به شدت خودداری شود.

- سبزی ها پس از ضدعفونی و شستشوی کامل و صحیح مورد استفاده قرار گیرند.

- بهداشت فردی خصوصاً شستن دست ها رعایت گردد.

روش سالمسازی میوه و سبزیجات:

❖ پاکسازی : شستشوی گل و لای سبزی و میوه با آب سالم .

❖ انگل زدایی : به ازای هر لیتر آب ۳ تا ۵ قطره مایع ظرفشویی ریخته و سبزی را به مدت ۵ دقیقه در آن شناور می کنیم. سپس با آب سالم آنها را کاملاً شستشو می دهیم تا تخم انگل و باقیمانده مایع ظرفشویی پاک شود.

❖ ۳- گندزدایی : یک گرم (نصف قاشق چایخوری) پودر پرکلرین را در شرف ۵ لیتری پر از آب ریخته و سپس میوه و سبزیجات را به مدت ۵ دقیقه در آن غوطه ور می کنیم .

❖ شستشو : سبزی ضدعفونی شده را مجدداً با آب سالم می شوئیم.