

وبا چیست؟

وبا یک بیماری حاد اسهالی است که توسط میکروبی به نام ویبریوکلرا انجام می شود. این میکروب از طریق خوردن آب آلوده پس از عبور از معده در روده تکثیر پیدا کرده و موجب ترشح سم (توکسین) و افزایش دفع آب و املاح از دیواره روده می شود که با علامت اسهال همراه است بنابراین میکروب از طریق مدفوع انسان در محیط پخش می شود و آب و غذا را آلوده می کند.

منابع شایع بیماری:

عامل بیماری وبا در آب، محیط های مرطوب، میوه و سبزی، صدف دریایی و گوشت زنده می ماند ولی تحمل چندانی نسبت به خشکی و نور آفتاب ندارد و با جوشاندن آب به مدت ۱ دقیقه از بین می رود و منبع بیماری وبا، آب و غذای آلوده به مدفوع انسانی است.

علائم بیماری چیست؟

اسهال آبکی شدید و متوسط، با دفعات اجابت مزاج غیر قابل شمارش،

نبودن دل درد و دل پیچه؛

استفراغ بدون حالت تهوع قبلی؛

گرفتگی عضلات پشت ساق پا؛

عطش فراوان؛

فقدان تب؛

فقدان خون در مدفوع؛

اولین شکایت بیمار احساس پری و غرغر شکم است و سپس اسهال آبکی شبیه به آب برنج بدبو دیده می شود.

نحوه سرایت بیماری وبا چگونه است؟

انتقال وبا از راه های زیر صورت می گیرد:

✓ آب آلوده به مدفوع؛

✓ آشامیدنی و خوراک آلوده مانند سبزی ها و میوه هایی که با آب آلوده شسته شده اند و آلودگی غذاهای پخته

شده بعد از تهیه؛

✓ تماس مستقیم دست با ترشحات اسهالی بیمار وبائی

برای پیشگیری چه باید کرد؟

➤ جوشاندن یک دقیقه ای آبی که از سلامت اطمینان ندارد.

➤ شستشوی دست با آب و صابون قبل از غذا و بعد از اجابت مزاج.

➤ خودداری از خرید هرگونه مواد غذایی و خوراکی از دست فروشان.

➤ سبزیجات و میوه جات را به روش زیر ضدعفونی کرده و سپس مصرف نمایند.

مرحله اول (پاکسازی):

پاک کردن سبزی و شستشو اولیه با آب سالم

مرحله دوم (انگل زدایی):

اضافه کردن ۵-۳ قطره مایع ظرفشویی به ازاء هر لیتر آب مصرفی و نگهداری سبزیجات به مدت ۵ دقیقه در آن

مرحله سوم (ضد عفونی):

برای ضد عفونی و از بین بردن میکروب ها مقدار یک گرم (نصف قاشق چایخوری) بودر پرکلرین ۷۰٪ را در ظرف ۵ لیتری آب ریخته کاملاً حل کنید سپس سبزی و میوه انگل زدائی شده را به مدت (۵-۱۰ دقیقه) در محلول ضد عفونی کننده فوق الذکر قرار

مرحله چهارم (شستشوی مجدد):

سبزی ضد عفونی شده را مجدداً با آب سالم بشوید تا باقیمانده کلر از آن جدا شود و سپس مصرف نمایید.

### درمان بیماری چگونه است؟

- در صورت بروز علائم و نشانه های بیماری از جمله اسهال حاد آبکی بدون انجام خوددرمانی به سرعت به مراکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.
- قبل از مراجعه چنانچه بیمار قادر به نوشیدن است مایعات کافی از جمله ORS به بیمار بدهید.
- برای تهیه محلول خوراکی ORS یک بسته از آن را در یک لیتر آب جوشیده سرد شده حل کنید و به تدریج به بیمار بدهید.

با رعایت نکات ساده بهداشتی، بیماری وبا به آسانی قابل پیشگیری است.

شایع ترین راه انتقال بیماری وبا از طریق آب، سبزیجات

و میوه های آلوده می باشد.