



بیاید با رعایت بهداشت فردی و تهیه غذای سالم



و بهداشتی از ابتلا به بیماری شبه وبا پیشگیری کنیم

منابع شیوع و سرایت بیماری

- ✓ آب آشامیدنی که ممکن است آلودگی آن در منبع یا ضمن انباشته شدن باشد، یخ که از آب آلوده تهیه شده باشد، در زمره آب آلوده است.
- ✓ سبزیجات تازه که با آب آلوده شسته شود و یا بخوبی سالم سازی نشود.
- ✓ غذای آلوده که خارج از یخچال نگهداری شود.
- ✓ شیر دادن به کودکان با شیشه یک عمل چشمگیر برای ابتلای شیر خواران به اسهال است.
- ✓ غذاهای پخته هم ممکن است پس از تهیه به وسیله دست یا حشرات آلوده شوند و عامل ایجاد اسهال حاد باشند.
- ✓ غذاهای تهیه شده از آبیزان مناطق ساحلی بخصوص ماهی در صورتیکه خام و نیم پز خورده شود.



- ✓ مخزن اصلی شبه و با آبهای سطحی آلوده بوده و راه اصلی سرایت در همه درگیریها، آب آلوده و سپس غذای آلوده است.
- ✓ در گروههایی با وضع اقتصادی - اجتماعی بدتر بروز شبه وبا افزایش می یابد.
- ✓ در مردان بیشتر از زنان دیده می شود و در مناطق آلوده میزان بروز در کودکان بیشتر از بالغین است.
- ✓ روش های درمانی به موقع در مراکز بهداشتی درمانی می تواند مرگ و میر ناشی از شبه وبا را با کمتر از ۱٪ برساند، لذا مراجعه به موقع در ابتدای وقوع اسهال لازم است.

دوره نهفتگی بیماری

۱۲ ساعت تا ۶ روز و معمولاً ۲-۱ روز است.



تعریف بیماری

شبه وبا (التور) یک بیماری حاد اسهالی است . دامنه شدت بیماری از آلودگی بدون نشانه تا حالات شدید است. بخش بزرگ آلودگی ها خفیف یا بدون نشانه بالینی هستند. عامل بیماری نوعی باکتری می باشد.

ویژگی های بیماری

آغاز ناگهانی اسهال جهنده ، آبکی و بدون دل درد و دل پیچه

میزان کشندگی بیماری

با تاخیر درمان میزان مرگ و میر بالا است ، اما با درمان مناسب کمتر از ۱٪ مرگ و میر دارد.

در حال حاضر می دانیم که :

- ✓ بطور کلی هر جا اسهال است ، ممکن است شبه وبا هم وجود داشته باشد.
- ✓ اسهال شبه وبایی در منطقه گرم و مرطوب دیده می شود.
- ✓ در فصول سال خطر ابتلا به اسهال وجود دارد ولی از اریبشت تا آبان ماه میزان بروز شبه وبا در ایران بیشتر است.



شرکت ملی منابع خردوبی
شرکت پژوهشی راهی

بیماری شبه با (التورا) را بشناسیم



پار تکثیر: انور HSE - واحد بهداشت

5

- ✓ سبزیجات و میوه جات آلوده نیز نقش مهمی در انتقال عامل اسهال دارند. بنابراین باید قبل از مصرف آنها را ضد عفونی کنیم.
- ✓ رعایت بهداشت فردی به پیشگیری از انتقال شبه وبا کمک می کند. (شستشوی دستها با صابون بعد از اجابت مزاج و قبل از تهیه و خوردن غذا)
- ✓ فضولات انسانی به طریقه صحیح دفع شود .
- ✓ تامین غذای سالم و شستشوی صحیح لوازم ، خطر آلودگی را کاهش می دهد.
- ✓ فقط از آب تمیز و سالم برای آشامیدن ، شستن ظروف و استحمام باید استفاده کرد.

از آب تمیز و سالم استفاده نمایید



4

ORS

با مصرف

مایعات از دست رفتن بدن را جبران می کنیم

علائم بیماری

- در حدود ۹۰٪ بیماران بدون علامت بوده ، یا اسهال خفیف دارند ، ولی در صورت ایجاد نوع شدید بیماری علائم زیر وجود دارد :
- ✓ احساس پری و غرغر شکم به عنوان اولین علامت
- ✓ اسهال آبکی شدید سریع و پر حجم که شروع ناگهانی داشته و بدون دل درد و دل پیچه می باشد و مدفوع ممکن است ، نمای برنج داشته باشد.
- ✓ استفراغ بدون حالت تهوع قبلی
- ✓ عطش فراوان نسبت به آب

راه های پیشگیری از بیماری

- ✓ یکی از عوامل مهم آلودگی غذا می باشد لذا باید غذای پخته را تا وقتی که داغ و تازه است مصرف نمود و غذای یخچالی قبل از مصرف گرم شود.
- ✓ انتقال و جابه جایی مواد غذایی باید به گونه ای باشد که مانع هر گونه تماس با اشیاء و سطوح آلوده و حشرات شود.