

وبا :

- وبا یک بیماری اسهالی واگیردار است که عامل آن نوعی باکتری به نام ویبریو کلرا است . این بیماری بیشتر در نقاط گرم و مرطوب دیده می‌شود.
- این بیماری بیشتر در فصول گرم و اغلب از اردیبهشت تا آبان بروز می‌کند.
- وبا یک مشکل بهداشت عمومی حاد بوده و امکان انتشار سریع وجود دارد که خود منجر به همه گیری در سطح وسیعی می‌شود.

راه های انتقال :

- دستهای آلوده
- تماس با مواد دفعی ،استفراغ و لوازم آلوده بیمار
- آب آلوده
- غذای آلوده
- میوه و سبزیجات آلوده

علائم بیماری :

- حدود ۹۰٪بیماران بدون علامت بوده یا اسهال خفیف دارند .
- در صورت بروز اسهال آبکی شدید از زمان اولین مدفوع شل تا شوک ۴ تا ۱۲ ساعت و در صورت عدم انجام اقدامات درمانی به موقع مرگ در عرض ۱۸ ساعت تا چند روز اتفاق می‌افتد.
- اولین شکایت بیمار احساس پری و غرغر شکم است و سپس اسهال آبکی شبیه آب برنج و اکثراً بد بو ایجاد می‌شود.
- استفراغ بدون حالت تهوع قبلی و عطش فراوان نیز از علائم بیماری است .

درمان :

- اکثر بیماران وبای التور را می‌توان تنها با تجویز محلول خوراکی (ORS) درمان کرد.

- در موارد شدید تر ، باید بیمار را بلافاصله به مراکز بهداشتی و درمانی جهت درمان با سرم و دارو انتقال داد .
- کشف سریع و به موقع و شروع درمان ، اساس موفقیت در درمان بیماران وبایی می‌باشد .

پیشگیری :

- اساس پیشگیری از بیماری های اسهالی از جمله وبا ، رعایت بهداشت فردی می باشد .
- استفاده از آب سالم جهت شستشو ، پخت و پز و آشامیدن .
- پرهیز از مصرف آب غیر مطمئن چشمه رودخانه و آب چاه.
- مصرف سبزیجات و میوه جات بعد از سالم سازی
- پختن غذاهای گرم تا حدی که کاملاً داغ شود.
- شستشوی دستها با آب و صابون بعد از اجابت مزاج و قبل از تهیه غذا.

- جهت اطمینان ، از مصرف آب آشامیدنی سالم یا از آب ضدعفونی شده با کلر استفاده کنید یا اینکه آن را بجوشانید.

روش سالمسازی سبزیجات و میوه جات :

۱. پاکسازی :

شستشوی گل و لای و میوه با آب سالم

۲. انکل 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 انگلها و باقیمانده مایع ظرفشویی پاک شود .

۳. ضدعفونی :

یک گرم (نصف قاشق چایخوری) پودر پرکلریز را در ظرف ۵ لیتری پر از آب ریخته و سپس میوه و سبزیجات را به مدت ۵ دقیقه در آن غوطه ور می کنیم .

۴. شستشو :

سبزی ضدعفونی شده را مجدداً با آب سالم می شوئیم .

سه قاعده ساده برای پیشگیری از وبا :

۱. از غذای پخته استفاده کنید .

۲. از آب سالم استفاده کنید .

۳. دستهای خود را با آب و صابون بشوئید.

خانواده های گرامی :

بیماری وبا قابل درمان است به محض شروع بیماری اسهال آبکی به خانه های بهداشت ، مراکز بهداشتی و درمانی و بیمارستان ها مراجعه نمایند .