

آشنایی با بیماری و با

بیماری وبا (کولرا) یکی از قدیمی ترین و شناخته شده ترین بیماریهای مسری است که در اثر گونه ای میکروب سم زا در روده باریک ایجاد شده و تظاهر اصلی آن اسهال شدید است . بیماری بومی سرزمین هند بوده و طی دو قرن اخیر موجب هفت همه گیری جهانی شده است . بیماری التور (شبه وبا) در اثر گونه ای میکروب نزدیک به میکروب عامل وبا ولی قدری متفاوت با آن ایجاد شده و عامل آن مقاومتر است یعنی مدت بیشتری در محیط آب زنده می ماند و موجب موارد بیشتری از عفونت بدون علامت یا خفیف شده و مدت طولانی تری به وسیله بیماران در محیط منتشر می شود .

اهمیت بیماری

مهمترین دلایل اهمیت بیماری وبا عبارتند از :

۱. انتشار سریع و توانایی ایجاد همه گیریهای گسترده در مدت کوتاه
۲. مرگ و میر بالای بیماری در موارد شدید در صورت عدم درمان مناسب
۳. ایجاد وحشت و هراس عمومی
۴. پیامدهای منفی اقتصادی و اجتماعی (اختلال در بازرگانی و گردشگری)

موارد گزارش شده در کشور

بیماری وبا همه ساله در بسیاری از استانهای کشور به طور تک گیر گزارش می شود و در برخی مناطق به ویژه در استانهایی که در مسیر تردد اتباع خارجی از مرزهای شرقی قرار دارند مانند استانهای تهران ، قم ، کرج ، سیستان و بلوچستان ، کرمان ، اصفهان ، قزوین و ...) همه گیری هایی رخ داده است .

بیماریزایی

میکروب عامل بیماری همراه با آب یا غذای آلوده به بدن وارد شده و در روده باریک تکثیر می یابد در لایه مخاط روده نفوذ می کنند . به دنبال آن میکروب سمی ترشح می کند که موجب اختلال در ترشح و بازجذب آب در روده و دفع مقادیر زیاد آب به صورت اسهال شدید آبکی می شود . البته شدت علائم بالینی در همه افراد یکسان نیست و حتی عده زیادی بدون علامت هستند و در عده کمی (۱۰ درصد موارد) بیماری شدید بوده و می تواند منجر به مرگ بیمار شود .

دوره نهفتگی

دوره نهفتگی (فاصله زمانی بین ورود میکروب به بدن تا بروز اولین علائم و نشانه های بیماری) حدود ۲ ساعت تا ۵ روز و به طور میانگین ۲ تا ۳ روز است .

علائم و نشانه ها

اغلب موارد ابتلا به وبا بدون علامت یا با علائم بالینی خفیف هستند به طوری که در التور به ازای هر یک مورد بالینی بیست تا صد مورد بدون علامت دیده می شود. اولین علامت بیماری افزایش حرکات روده (احساس پری و سرو صدای شکم) و استفراغ بدون حالت تهوع است و سپس مدفوع شل ظاهر می شود که پس از چند بار دفع مدفوع آبکی نمای سوپ برنجی به خود می گیرد (به علت وجود تکه های بلغم) و بوی ماهی پیدا می کند. به علت دفع زیاد پتاسیم در مدفوع گرفتگی ماهیچه ساق پا نیز دیده می شود. سیر طبیعی بیماری با شدت کم آبی رابطه دارد به طوری که موارد خفیف بیماری طی یک هفته بهبود می یابد در حالی که در موارد شدید میزان دفع مایعات به یک لیتر در ساعت نیز می رسد و در عرض ۴ تا ۶ ساعت به کم آبی شدید و شوک و در صورت عدم درمان طی ۱۸ ساعت تا چند روز به مرگ بیمار منجر می شود.

روند زمانی

بیماری وبا بیشتر در مناطق گرمسیر به ویژه در آب و هوای مرطوب یافت می شود. همچنین در مناطق معتدل در ماههای گرم سال از اردیبهشت ماه تا اواخر آبانماه احتمال بروز و گسترش بیماری بیشتر است ولی شیوع بیماری بیش از آن که به فصل و آب و هوای خاصی مربوط باشد با ازدحام جمعیت، نامناسب بودن وضعیت بهداشتی و آلودگی آبها رابطه دارد.

مخزن و راه انتقال

انسان مخزن اصلی بیماری وبا است ولی عامل بیماری در شرایط خاص می تواند در خارج از بدن انسان در آب زنده بماند. در مرحله حاد بیماری در هر میلی لیتر مدفوع ۱۰ هزار تا یک میلیارد میکروب وبا دفع می شود و با توجه به اسهال شدید بیمار مبتلا به وبا می تواند تعداد زیادی میکروب را در محیط پراکنده کند. بیماران مبتلا به وبای خفیف به اندازه موارد شدید میکروب را دفع می کنند و به علت توانایی حرکت حتی در انتشار عفونت سهم بیشتری دارند.

راههای اصلی انتقال بیماری عبارتند از :

۱. آب آلوده به مدفوع یا استفراغ مبتلایان به وبا یا افراد بدون علامت دفع کننده میکروب
۲. مواد غذایی آلوده به آبهای کثیف، مدفوع یا دستهای آغشته به خاک آلوده
۳. تماس مگس با مواد غذایی
۴. خوردن خرچنگها و ماهی های صید شده از آبهای آلوده

بسیاری از مواد غذایی ممکن است به میکروب بیماری آلوده شوند ولی در اغلب موارد منبع اصلی آلودگی آب است.

تشخیص

تشخیص موارد شدید وبا از روی علائم بالینی به ویژه در همه گیری ها آسان است . ولی تشخیص موارد خفیف از دیگر علل شایع اسهال تنها از طریق آزمایشهای اختصاصی ممکن است . به این منظور لازم است از همه موارد مبتلا به اسهال بالای دوسال مراجعه کننده به مراکز بهداشتی درمانی یا بیمارستانها نمونه مناسب تهیه شود .

درمان

مهمترین بخش درمان وبا تامین آب و املاح از دست رفته است که به جز در موارد شدید بیماری از طریق محلول خوراکی امکان پذیر است . محلول خوراکی او . آر . اس باید به میزان ۵۰ تا ۱۰۰ سی سی به ازای هر کیلوگرم وزن بدن در شبانه روز تجویز شود . به طور مثال یک کودک ۱۰ کیلوگرمی باید ۵۰۰ تا ۱۰۰۰ سی سی از این محلول را طی ۲۴ ساعت مصرف کند . در بزرگسالان این میزان ممکن است به یک لیتر در ساعت نیز برسد . در بیماران مبتلا به کم آبی شدید و بدحال باید مایعات از دست رفته از طریق تزریق سیاهرگی (سرم) جبران شود .

اگرچه مصرف آنتی بیوتیک در اغلب موارد اسهالهای میکروبی لازم نبوده و حتی زیان آور است ولی در مورد ابتلا به وبا موجب کاهش مدت و حجم اسهال و دوره سرایت بیماری شده و باید با تجویز پزشک مصرف شود . در صورت شروع سریع درمان احتمال مرگ بیماران بسیار کم و در حدود یک درصد است .

توصیه های پیشگیری

۱. تنها از آب لوله کشی ، بطری شده یا جوشانده برای نوشیدن استفاده کنید .
۲. حتی الامکان از مصرف سبزیها و میوه های خام در اماکن عمومی مانند غذاخوریها خودداری کنید .
۳. سبزیها و میوه های خام را پیش از مصرف به روش درست گند زدایی و ضد عفونی کنید .
۴. از شنا کردن یا شستشوی ظروف در برکه ها و رودخانه ها خودداری کنید .
۵. از خرید مواد غذایی و آشامیدنی از دستفروشان ، دکه ها و اماکن غیر مجاز خودداری کنید .
۶. پیش از غذا خوردن یا آماده کردن غذا و پس از رفتن به توالت دستهای خود را به روش درست با آب و صابون بشویید (همراه با کف زیاد و به مدت ۴۰ تا ۶۰ ثانیه) .
۷. از نوشیدن آبهای مشکوک در پارکها، باغها و فضاهای سبز جداً خودداری کنید .
۸. مواد خوراکی را در ظروف سر بسته و دور از دسترس مگس و سوسک نگهداری کنید .
۹. از ریختن پسماند های غذا درجوی آب و معابر خودداری کرده و آن را در کیسه های پلاستیکی در بسته و مقاوم قرارداداده و در سطل زباله بیاندازید .
۱۰. از نگهداری مواد غذایی پخته به مدت بیش از دوساعت در بیرون یخچال خودداری کنید .
۱۱. از قرار دادن مواد غذایی پخته و خام در کنارهم در یخچال خودداری کنید .
۱۲. باقیمانده مواد غذایی پخته را پس از سرد شدن در یخچال قرارداداده و پیش از مصرف به اندازه کافی (در حد داغ شدن) گرم کنید .

۱۳. هرگونه بروز طغیان مسمومیت‌های غذایی (بروز علائم مشابه مانند استفراغ ، اسهال و درد شکم در دو نفر یا بیشتر) به دنبال مصرف غذا یا نوشیدنی مشترک را فوری به نزدیکترین مرکز بهداشتی درمانی یا خانه بهداشت اطلاع دهید .

۱۴. توصیه می شود هنگام مسافرت برای کاهش ابتلا به اسهال حتی الامکان همراه باغذای اصلی از ماست یا آب لیمو ترش استفاده کنید .

۱۵. حتی لامکان هنگام سفر میوه ها و سبزیها را به شکل پخته یا پوست کنده استفاده کنید .

۱۶. در صورت ابتلا به اسهال مایعات زیاد مصرف کنید و به پزشک مراجعه کنید .

۱۷. در صورت ابتلا به اسهال از مصرف خودسرانه داروهای ضد اسهال یا آنتی بیوتیک خودداری کنید .

۱۸. هنگام مسافرت در صورت همراه داشتن غذاهای پخته شده از غذاهای با فساد پذیری کمتر (کمتر آبکی) استفاده کنید .

لازم به توضیح است با وجود بروز چند نوبت همه گیری بیماری وبا در کشور در سالهای اخیر هیچ مورد تایید شده ی وبا ناشی از انتقال آلودگی در محدوده ی استان (انتقال محلی) شناسایی نشده است .