

به نام خدا

راهنمای مقابله با پشه آئدس (عامل تب دنگی Dengue)

کلیات

- تب دنگی یک عفونت ویروسی معروف به "تب استخوان شکن" است که از طریق نیش پشه های آلوده به انسان منتقل می شود.
- حدود نیمی از جمعیت جهان در حال حاضر در معرض خطر ابتلا به تب دنگی هستند و تخمین زده می شود که هر سال ۱۰۰ تا ۴۰۰ میلیون عفونت رخ می دهد.
- عامل تب دنگی در آب و هوای گرمسیری و نیمه گرمسیری در سراسر جهان و بیشتر در مناطق شهری یافت می شود.
- بسیاری از عفونت های دنگی بدون علامت هستند یا فقط بیماری خفیف ایجاد می کنند، اما در مواردی این ویروس می تواند باعث موارد شدیدتر و حتی مرگ می شود.
- پیشگیری و کنترل دنگی به کنترل ناقل بستگی دارد.
- در حال حاضر هیچ درمان خاصی برای تب دنگی شدید وجود ندارد و تشخیص زودهنگام و دسترسی به مراقبت های پزشکی مناسب تا حد زیادی میزان مرگ و میر شدید را کاهش می دهد.
- اکثر افرادی که به دنگی مبتلا می شوند علائمی نخواهند داشت. اما شایع ترین علائم تب بالا، سردرد، بدن درد، حالت تهوع و بثورات پوستی است. بیشتر آنها در عرض ۱-۲ هفته بهبود می یابند.
- برخی از افراد مبتلا به دنگی دارای علائم شدید هستند و نیاز به مراقبت در بیمارستان دارند.
- با اجتناب از نیش پشه به خصوص در طول روز می توان خطر ابتلا به دنگی را کاهش داد.
- تب دنگی با داروهای ضد درد درمان می شود زیرا در حال حاضر درمان اختصاصی وجود ندارد.

منبع عفونت

- تب دنگی جزو بیماری های منتقله از ناقلین است که توسط پشه آلوده منتقل می شود.
- این پشه در طول روز نیش می زند (مخصوصاً به هنگام طلوع و غروب خورشید)

راه های انتقال

۱. انتقال از نیش پشه آئدس Aedes Aegypti آلوده به ویروس تب دنگی
۲. انتقال از مادر به جنین در دوران بارداری یا زایمان
۳. موارد نادری از انتقال از طریق فرآورده های خونی، اهدای عضو و انتقال خون نیز ثبت شده است.

علائم

- اکثر افراد مبتلا به دنگی علائم خفیف یا بدون علائم دارند و در عرض ۱ تا ۲ هفته بهبود می یابند.
- اگر علائم ظاهر شوند، معمولاً ۴ تا ۱۰ روز پس از عفونت شروع می شوند و برای ۲ تا ۷ روز ادامه می یابند.

علائم خفیف

- تب بالا (۴۰ درجه سانتیگراد)
- سردرد شدید
- درد پشت چشم
- خستگی
- دردهای عضلانی و مفاصل
- حالت تهوع
- استفراغ مداوم
- تورم غدد
- کهیر

افرادی که برای بار دوم آلوده می شوند بیشتر در معرض خطر دنگی شدید قرار دارند.

علائم شدید دنگی اغلب پس از از بین رفتن تب ظاهر می شود:

- درد شدید شکم
- استفراغ مداوم
- تنفس سریع و پی در پی
- خونریزی لثه یا بینی
- بی قراری
- خون در استفراغ یا مدفوع
- بسیار تشنه بودن
- پوست رنگ پریده
- احساس ضعف

پس از بهبودی، افرادی که دنگی داشته اند ممکن است برای چند هفته احساس خستگی کنند.

تشخیص و درمان

- در حال حاضر درمان اختصاصی برای تب دنگی وجود ندارد.
- تمرکز بر روی درمان علائم درد است.
- بیشتر موارد تب دنگی را می توان در خانه با داروهای مسکن درمان کرد.
- نوشیدن مایعات زیاد توصیه می شود.
- استامینوفن (پاراستامول) اغلب برای کنترل درد استفاده می شود.
- از مصرف داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی مانند ایبوپروفن و آسپرین خودداری می شود زیرا می توانند خطر خونریزی را افزایش دهند.
- مراقب علائم شدید باشید و در صورت مشاهده علائم در اسرع وقت با پزشک مشورت نمایید.
- افراد مبتلا به دنگی شدید، اغلب نیاز به بستری شدن در بیمارستان است.

عوامل خطر

- سابقه عفونت قبلی خطر ابتلای فرد به دنگی شدید را افزایش می دهد.
- تراکم جمعیت
- آلودگی محیط زیست
- عدم مدیریت صحیح پسماند
- باقی ماندن آب های راکد
- تغییر اقلیم و تغییر آب و هوا در مناطق گرمسیری و نیمه گرمسیری
- جابجایی جمعیت
- مسافرت های بین کشورها و بین قاره ای

پیشگیری و کنترل

اقدامات پیشگیرانه به منظور کاهش تولید مثل پشه

- جلوگیری از دسترسی پشه ها به زیستگاه های تخم گذاری با مدیریت و اصلاح محیط زیست
- دفع صحیح پسماندهای جامد و حذف زیستگاه های مصنوعی که می توانند آب را در خود نگه دارند.
- پوشاندن، تخلیه و تمیز کردن ظروف ذخیره آب خانگی به صورت هفتگی
- ظروف آب، از جمله مخازن و سطل ها را بپوشانید.
- تمام زباله هایی که ممکن است آب در آنها جمع شود را پوشانده و سپس دور بیندازید.
- آب مصرف نشده (مانده) را دور بریزید و از از باقی ماندن آب های راکد در گلدان، ناودان، استخر، حوضچه، آبسردکن، محل نگهداری حیوانات خانگی و پرندگان و ... جلوگیری کنید.
- همه ظروف حاوی آب را به طور مرتب تمیز کنید.
- سطل های زباله را به صورت روزانه تخلیه کنید.
- پسماندهای حجیم، نخاله های ساختمانی و لاستیک های فرسوده که مکان مناسبی برای رشد پشه به شمار می رود را از محیط حذف شود.

اقدامات پیشگیرانه به منظور جلوگیری از نیش پشه

- از توری پنجره، مواد دورکننده پشه، پشه بندهای آغشته به سم، حشره کش برقی، قرصی یا جرقه ای استفاده کنید.
- لباسهای آستین بلند بپوشاند.
- از اسپری ها و کرم های حاوی مواد دافع پشه (حاوی DEET, Picaridin یا IR3535) استفاده کنید.
- از تردد در مکان های آلوده و پرتراکم خودداری کنید.

واکسیناسیون

- تاکنون یک واکسن (QDenga) در برخی کشورها تایید و مجوز گرفته است. با این حال، فقط برای گروه سنی ۶ تا ۱۶ سال در شرایط انتقال بالا توصیه می شود. چندین واکسن دیگر نیز در دست ارزیابی هستند.

منابع:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dengue-and-severe-dengue>

<https://www.emro.who.int/health-topics/dengue/index.html>