



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی شهید بهشتی  
معاونت امور بهداشتی

## پیشگیری و کنترل بیماری وبا



گروه تخصصی پیشگیری و مبارزه با بیماری های واگیر

سال ۱۳۹۸

### طریقه ضد عفونی و انگل زدایی میوه و سبزی:

الف - پاک سازی: ابتدا میبایست سبزیجات به خوبی پاک شده و شست و شو داده شوند تا مواد زائد و گل و لای آن برطرف شود.  
ب - انگل زدایی: می بایست سبزیجات را در یک ظرف متناسب با میزان سبزی، ریخته و به ازای هر لیتر آب، ۳ تا ۵ قطره مایع ظرف شویی معمولی به آن اضافه کرده قدری به هم زده شود تا تمام سبزی در داخل کف آب قرار گیرد. مدت ۵ دقیقه سبزی را در کف آب نگه داشته شده و ظرف و سبزی را دوباره با آب سالم شست و شو داده شود تا تمام انگل ها و باقی مانده ی مایع ظرف شویی از آن ها جدا شود.



ج - ضد عفونی: برای ضد عفونی و از بین بردن میکروب ها می توان از پرکلرین ۷۰ درصد (نصف قاشق چای خوری به ازای هر ۵ لیتر آب) و یا هر ماده ضدعفونی کننده

مجاز دیگر استفاده کرد. سپس سبزیجات به مدت ۵ دقیقه در محلول ضد عفونی کننده قرار می گیرد تا میکروب های آن از بین بروند.

د - شست و شو: در نهایت سبزی ضد عفونی شده مجدداً با آب سالم شستشو داده شود تا باقی مانده ی ماده ضدعفونی کننده از آن جدا شده و سپس مصرف شود.

### منابع:

- دستورالعمل کنترل و پیشگیری همه گیریها وبا-۱۳۸۴
- آخرین دستورالعمل کشوری درمان بیماران مبتلا به وبا، مرکز مدیریت بیماری های واگیر بهار ۱۳۹۸

۷. شستن صحیح دست ها بعد از رفتن به توالت و نیز قبل از دست زدن به مواد غذایی و خوراکی و یا شیر دادن به کودک با آب و صابون



۸. نگهداری مواد غذایی فاسد شدنی در یخچال
۹. تامین منابع آب سالم: در مناطق شهری استفاده از آب لوله کشی و در مناطق روستایی جوشاندن آب یا اضافه کردن ترکیبات کلر به آن توصیه می شود. در شرایط همه گیری باید میزان کلر باقی مانده تا PPM ۱ افزایش یابد.
۱۰. استفاده از نوشیدنی ها و غذاهای بسته بندی شده مطمئن در هنگام سفر
۱۱. دفع بهداشتی فضولات انسانی: استفاده از مستراح های بهداشتی و ضدعفونی مستراح ها و مدفوع های بیماران
۱۲. ضدعفونی: ضدعفونی مدفوع و محتویات استفراغی و ظروف و لوازمی که بیمار استفاده کرده است با استفاده از مواد ضدعفونی کننده انجام می شود.
۱۳. خودداری از مصرف دارو های ضد اسهال بدون تجویز پزشک
۱۴. باتوجه به این که مهم ترین مشکل اساسی در بیماری وبا از دست دادن شدید مایعات و الکترولیت های بدن است، به محض شروع اسهال مصرف مایعات را افزایش دهید.

## بیماری وبا (التور) چیست؟

وبا یک بیماری واگیر عفونی است که فقط در انسان ایجاد بیماری می کند. میکروب این بیماری بیشتر در آب وجود دارد و از طریق خوردن آب آلوده پس از عبور از معده و روده تکثیر پیدا کرده و موجب ترشح سم و افزایش دفع آب و املاح از دیواره روده می شود که با نشانه اسهال همراه است. بنابراین میکروب از طریق مدفوع انسان در محیط پخش شده و می تواند آب و غذا را آلوده کند.

## عامل بیماری:

باکتری ویبریو کلرا است. در جهان ۲ بیوتیپ از ویبریوکلرا وجود دارد شامل:

- فرم کلاسیک که در ایران تاکنون مشاهده نشده است.
- فرم التور که تمام موارد وبای شناسایی شده در ایران از نوع التور است.

۳ زیر گروه اصلی از ویبریو کلرا وجود دارد که شامل:

- ویبریو کلرای O1 (تمام موارد وبای گزارش شده در ایران تاکنون این نوع سابگروپ بوده است).
- ویبریو کلرای O139 (در ایران تاکنون مشاهده نشده است).
- ویبریو کلرای non-O1 یا ناگ (نوع غیر بیماریزای ویبریوکلرا است و در ایران نیز زیاد گزارش می شود).

ویبریوکلرای O1، به تعداد ۳ سروتیپ های اوگاوا، اینابا و هیکوجیما تقسیم می شود. (نوع هیکوجیما تاکنون در ایران گزارش نشده است و همه ساله تمام موارد گزارش شده در ایران از نوع اوگاوا و اینابا است).

## دوره نهفتگی

دوره نهفتگی معمولاً یک تا سه روز است که می تواند از چندین ساعت تا ۵ روز به طول انجامد. نشانه های بیماری ۲ تا ۳ روز طول می کشد که در بعضی از بیماران تا ۵ روز ادامه می یابد.

## روش های انتقال:

وبا به طور عمده از طریق آب یا غذای آلوده منتقل می شود. انتقال، توسط تماس مستقیم فرد به فرد مانند تماس با بیمار به ندرت اتفاق می افتد.

## شرایط محیطی مناسب برای شیوع وبا:

مناطق که دارای آب سالم نیستند و بهداشت محیط مناسبی ندارند، در معرض خطر شیوع وبا هستند. از جمله نقاط شهری که آب آن به مقدار کافی کلرزنی نمی شود، مناطق روستایی که به لوله کشی و چاه های حفاظت شده دسترسی ندارند و مناطقی که توالی و سیستم فاضلاب در آنها معمولاً استفاده نمی شود.

## تعاریف بیماری وبا در نظام مراقبت کشوری:

**تعریف اسهال حاد آبکی:** دفع سه بار یا بیشتر اسهال آبکی روزانه که با روزهای دیگر متفاوت باشد، به مدت کمتر از دو هفته

**تعریف مورد مشکوک:** جهت تهیه نمونه مدفوع جهت ارسال به آزمایشگاه التور شهرستان برای آزمایش:

۱. هر فرد ۲ سال و بالاتر مبتلا به اسهال حاد آبکی شدید یا متوسط در تمام فصول سال
۲. مرگ از اسهال با هر سنی (تهیه نمونه از موارد تماس مورد مرگ، از فوت شده)
۳. هر مورد طغیان بیماری اسهال آبکی (افزایش ناگهانی موارد بیماری) در منطقه صرف نظر از سن و یا شدت بیماری (تهیه ۲ سوآب رکتال)
۴. مشکوک شدن به بیماری وبا توسط پزشک با وجود انطباق نداشتن با تعاریف فوق (نمونه گیری بدون لحاظ سن)

**تعریف مورد قطعی:** وقتی که ویبریوکلرای O1 یا O139 از نمونه مدفوع بیمار مبتلا به اسهال جدا شود.

## نکته مهم:

با توجه به این که بیماران مبتلا به وبای التور طیف بالینی وسیعی دارند، یعنی تقریباً:

- ۷۵ درصد آنها بدون نشانه هستند و هیچ نشانه ای از بیماری را ندارند.
- ۲۰ درصد دیگر دچار اسهالی می شوند که از سایر اسهال ها قابل افتراق نیست.
- فقط در ۵ تا ۲ درصد (درصد اندکی) از افراد اسهال آبکی، استفراغ و از دست رفتن شدید آب بدن رخ می دهد.



لذا برای مراقبت بیماری وبای التور باید در تمام فصول سال از افراد بالای ۲ سال مبتلا به اسهال های متوسط و شدید نمونه سوآب رکتال تهیه و در داخل محیط کروی بلر به آزمایشگاه ارسال کرد.

## پیشگیری از ابتلا به وبا:

۱. از آب آشامیدنی سالم استفاده کنید.
۲. در مناطقی که دسترسی به آب تصفیه شده و لوله کشی وجود ندارد میبایست حتماً آب را قبل از مصرف جوشانیده یا کلرزنی شود.
۳. خودداری از مصرف یخ غیربهداشتی، مواد غذایی و غذاهای آماده غیربهداشتی، آب میوه و نوشیدنی های ارابه شده در بیرون از منزل و به خصوص غذاهای ارابه شده توسط فروشندگان دوره گرد
۴. خودداری از شنا در آب رودخانه، جوی ها یا استخرهای آلوده
۵. شستشو و ضدعفونی صحیح سبزیجات و میوه جات قبل از مصرف
۶. استفاده از غذای پخته کاملاً داغ شده و شستشوی مناسب ظروف و لوازم مورد استفاده