

هم عفونی و مسری، هم مرگ بار



شادفر

وقتی از هیپاتیت صحبت می‌کنیم منظور هیپاتیت‌های مزمن B و C هستند. این بیماری‌ها عفونی و مسری‌اند و سبب التهاب و تورم کبد و در برخی موارد به مشکلات جدی مانند سرطان کبد یا سیروز کبدی منجر می‌شوند.

هیپاتیت A

راه‌های انتقال

- دهان
- مدفوع
- آب
- غذاها و شیر آلوده
- مصرف صدف و گوشت خام ماهی

پیشگیری

- رعایت بهداشت شخصی
- جداکردن وسایل شخصی فرد مبتلایه به هیپاتیت A در دوره بیماری
- شستن دست‌ها با آب و صابون پس از رفتن به دست شویی و پیش از خوردن غذا

درمان

در زمانی که نشانه بیماری وزدی بروز کرد فرد فقط باید استراحت کند تا سیستم ایمنی بدن ویروس را مهار کند و به تدریج التهاب کبدی برطرف شود. هیپاتیت A به هیچ نوع درمان دارویی احتیاج ندارد.

هیپاتیت B

راه‌های انتقال

- از مادر به جنین (به ویژه در ماه سوم بارداری که احتمال انتقال بیماری به جنین بسیار بالاست.)
- تماس جنسی به ویژه رابطه‌های کنترل نشده
- خون
- سرنگ مشترک در معتادان تزریقی
- جراحی با تیغ‌های آلوده
- ترشحات بدن از جمله بزاق، مدفوع، صفرا، اشک و مایع منی

نشانه‌ها

- علامت دیده نمی‌شود.
- مانند هیپاتیت A علامت به صورت حاد یعنی ضعف، بی‌اشتهایی و زردی پیش رونده بروز می‌کند.
- آنتی ژن ویروس در بدن باقی می‌ماند و اشکال مزمن بیماری اتفاق می‌افتد و بعد با فعالیت دوباره ویروس نشانه‌های هیپاتیت بروز می‌کند.

پیشگیری

- واکسیناسیون
- تزریق ایمونوگلوبولین حداکثر ۴۸ ساعت پس از تماس
- واکسن هیپاتیت B در سه نوبت صفر، یک ماه پس از نوبت اول و شش ماه پس از نوبت اول به صورت عضلانی تزریق می‌شود.

ضرورت تزریق واکسن

- همسر و فرزندان بیماران فرد مبتلایه به هیپاتیت B
- کسانی که با فرد مبتلایه به هیپاتیت B زیر یک سقف زندگی می‌کنند.
- کادر بهداشت و درمان که در معرض تماس با بیماران مبتلا به هیپاتیت B هستند.
- کادر نظامی و انتظامی که در معرض تماس با معتادان تزریقی مبتلا به هیپاتیت B قرار دارند.
- نوزادانی که از مادر مبتلایه به هیپاتیت B متولد می‌شوند.

هیپاتیت C

راه‌های انتقال

- تزریق خون آلوده
- تزریق مشترک بین معتادان تزریقی
- خال کوبی

در معرض خطر

- گیرندگان خون و فرآورده‌های خونی
- معتادان تزریقی
- پیشگیری
- تصحیح عادات زندگی شامل ترک اعتیاد و الکل
- قطع سیگار و رژیم غذایی سالم
- پرهیز از استفاده مشترک وسایل شخصی و تزریقات
- عدم مصرف دارو اعم از شیمیایی یا گیاهی بدون نظر پزشک معالج
- آگاهی دادن به افراد ارائه دهنده خدمات پزشکی و دندان پزشکی در زمینه آلودگی
- داشتن رفتار جنسی مطمئن
- ترغیب و آموزش خانواده برای چکاپ و دریافت آموزش‌ها و خدمات پیشگیری مرتبط
- پوشاندن زخم‌ها و جراحی‌ها
- قرار دادن دستمال یا البسه آلوده به خون در کیسه پلاستیک پیش از دور انداختن
- دادن آگاهی درباره راه‌های پیشگیری از انتقال شامل عطسه، سرفه، در آغوش کشیدن، آب، غذا و تماس‌های معمول روزانه

درمان

متأسفانه برای هیپاتیت C واکسن مؤثری ساخته نشده است. اما در صورت تماس جنسی با فرد مبتلا بریدگی با وسایل آلوده به ویروس هیپاتیت C تزریق ایمونوگلوبولین به منظور بالا بردن توان ایمنی بدن توصیه می‌شود.

هیپاتیت D

فقط در بیمارانی که به صورت طولانی ناقل ویروس هیپاتیت B هستند بروز می‌کند.

نشانه

این بیماری مشابه دیگر هیپاتیت‌های ویروسی است با این تفاوت که روند پیشرفت شدیدی دارد و گاهی سبب تخریب کامل کبد و مرگ می‌شود.



۴شنبه
۱۳ آبان ۱۳۹۳
۱۹ دی ماه ۱۳۹۳

۱۲



همیشه

نوش و نیش

مسمومیت‌ها یکی از علل شایع مراجعه افراد به اورژانس بیمارستان‌هاست

انواع مسمومیت‌ها

“مسمومیت‌ها به طور کلی به سه دسته تقسیم می‌شوند. دسته اول یعنی مسمومیت‌های اتفاقی شامل مواد مسمومیت زای زیادی می‌شود و در صورت توجه به برخی توصیه‌ها می‌توان از بروز آن‌ها پیشگیری کرد.

- اتفاقی
- به قصد خودکشی
- دیگرکشی

مسمومیت با داروها

“خیلی از داروها اگر یک باره و بیش از نیاز بدن مصرف شوند، مسمومیت به وجود می‌آورند و حتی می‌توانند سبب مرگ شوند. به همین دلیل باید همیشه داروها را طبق دستور پزشک مصرف کرد. اگر خردسال یا فرد بیماری در خانواده خود دارید، مراقبت‌های لازم را برای پیشگیری از مسمومیت آن‌ها اعمال کنید.

- آرام بخش‌ها
- داروهای ضد افسردگی
- مسکن‌ها مانند آسپرین و استامینوفن
- داروهای خواب‌آور و ضد تشنج

مسمومیت با الکل

“از زمان شروع فراگیری ویروس کرونا باور اشتباهی در جامعه شکل گرفت که افراد با مصرف الکل مبتلا به کووید نمی‌شوند. در حالی که الکل هیچ فایده‌ای برای بدن ندارد و کاربرد آن در زمان کرونا تنها برای ضد عفونی کردن سطوح بود. نه برای ضد عفونی دستگاه گوارش. باترویج همین باور اشتباه از فروردین ۱۳۹۹ تعداد مراجعان به اورژانس‌ها با مسمومیت الکل‌های سمی افزایش یافت. از طرفی وقتی جوانان و نوجوانان که توانایی مالی زیادی ندارند به مصرف این مواد گرایش پیدا می‌کنند، برای صرفه جویی اقتصادی مجبور به مصرف الکل‌های صنعتی می‌شوند که پیامدهای سنگینی از جمله نایبایی برایشان به دنبال دارد. همچنین به دلیل قیمت پایین متانول نسبت به اتانول و سود جویی برخی فروشندگان، گاهی مصرف کنندگان مشروبات الکلی که باید این مواد را از راه‌های غیر قانونی و قاچاق تهیه کنند به دام می‌افتند و تبعات سنگینی مانند نایبایی و حتی مرگ دامن گیرشان می‌شود.

پیامدهای مصرف الکل

- سرطان زاست.
- مشکلات جنسی و ناباروری ایجاد می‌کند.
- مصرف آن اختلال شخصیت به همراهی می‌آورد.
- سبب مستی و از بین رفتن هوشیاری می‌شود.
- مصرف آن زمینه ساز تصادف‌های رانندگی خطرناکی می‌شود.

مسمومیت‌های محیط زیستی

“یکی دیگر از ابعاد مسمومیت‌ها به محیط زیست برمی‌گردد. آلودگی هوا، آب و خاک می‌تواند مسمومیت‌های حاد و مزمن ایجاد کند. همچنین استنشاق آلاینده‌ها و مواد شیمیایی خطرناک از منابع صنعتی یا وسایل نقلیه می‌تواند به مشکلات سلامتی منجر شود.

مسمومیت ناشی از گزش‌ها

“اکنون فصل گزش‌ها و مسمومیت‌های ناشی از آن روبه پایان است، ولی افراد به ویژه طبیعت‌گرد‌ها باید مراقب مار، عنکبوت، رتیل و عقرب باشند که اتفاقاً در شهر ما هم یافت می‌شوند.

توصیه‌ها

- در صورت رویارویی با عقرب و مار هرگز سعی به زنده‌گیری یا دنبال کردن آن نداشته باشید.
- برای طبیعت‌گردی دستکش و کفش مناسب داشته باشید.
- دست‌کاری زیادی در طبیعت نداشته باشید.

سمیرا شاهیان اگر تا به حال گذرتان به بخش مسمومیت‌های اورژانس افتاده باشد انواع و اقسام بیماران به حال را در آنجا دیده‌اید. از مسمومیت با مواد شیمیایی گرفته تا مواد الکلی و مخدرها که ویژه گروه سنی خاصی هم نمی‌شود. برای نمونه همین چند وقت پیش دو نوجوان خودسرانه خودرو پدر را سوار شده و در طول مسیر بی‌محابا ماده ضدیخی را که داخل بطری بی‌رنگ ریخته شده بود، خورده بودند. در پی این اتفاق دو نوجوان دچار مشکلات کلیوی حاد و در اورژانس بستری شدند. نمونه دیگر، کودکان و سالمندان به ویژه افراد مبتلا به آلزایمر هستند. بخش اورژانس، نمونه‌های زیادی را در خاطر خود دارد که کودکان سر یخچال رفته‌اند و اشتباهی شربت متادون پدر بزرگشان را سر کشیده‌اند یا بزرگ سالانی که به دلیل فراموشی، یک قرص را چند بار خورده‌اند. دکتر علیرضا قاسمی طوسی، فلوشیپ سم‌شناسی بالینی بیمارستان امام رضا^۱، بر این باور است که ما حتی مسمومیت با آب هم داریم. بنابراین خیلی مهم است که بدانیم چه چیزی و به چه مقداری می‌خوریم، زیرا مصرف خیلی از مواد هرچند کم و ناچیز برای بدن آسیب‌رسان و به منزله سم است. موضوعی که امروز می‌خواهیم به مناسبت آغاز هفته مسمومیت‌ها بیشتر درباره آن بدانیم.



طرح: رضا شنگی/ایمژار

مسمومیت با مواد مخدر

مسمومیت با گل

این روزها نام گل را زیاد می‌شنویم که اتفاقاً بین نوجوانان بسیار شایع شده است و این طور جا افتاده است که وابستگی و خطری برای سلامتی ندارد. مصرف تریاک، گل و مواد مشابه که با رویکرد بالا رفتن انرژی بین افراد رایج شده است بیشتر دوقشر را در بر گرفته است. گروه نخست نوجوانان هستند که به دلیل برنامه نداشتن برای اوقات فراغت خود و بیکاری زیاد به جمع‌های دوستانه و مصرف این مواد گرایش پیدا می‌کنند و گروه دوم بزرگ سالانی هستند که به دلیل مشکلات زندگی و خستگی‌های بیش از اندازه شغلی و به منظور رهایی از انواع فشارها و تسکین یافتن به این مواد روی آورده‌اند. در حالی که این مواد لذت‌های آنی و ضررهای دائمی دارند. گل هوشیاری و بیداری را افزایش نمی‌دهد چرا که مادر بین مخدرها چیزی به نام بی‌ضرر یا کم‌ضرر نداریم. گل، شیشه، الکل، کریستال و انواع دیگر مواد مخدر هیچ استفاده‌ای برای بدن ندارند. درصد زیادی از مراجعه کنندگان به اورژانس‌ها به دلیل مسمومیت با همین مواد است که روز به روز در حال افزایش هم هست. بنابراین پیشگیری از مصرف این مواد هرچه زودتر اتفاق بیفتد به فرد کمک بیشتری می‌کند.

“نوجوانان تمایل زیادی به شرکت در مهمانی‌های دوستانه و جمع‌هم‌سوس و سالان نشان دارند. در این مهمانی‌ها به دلیل کم‌رنگ شدن حضور بزرگ‌ترها و حس کنجکاو که نوجوانان دارند گاهی اتفاقات ناگواری می‌افتد که پیامدهای جبران‌ناشدنی دارد. یکی از این اتفاق‌ها آشنایی با انواع مخدرها و مصرف این مواد است. اکنون مصرف حبشیش، شیشه و مواد محرک در شهر و کشور ما بین جوانان و نوجوانان بسیار شایع است و یکی از دلایل مراجعه به اورژانس‌ها همین مسمومیت ناشی از مصرف مواد مخدر است. با مصرف یک تا چند بار این نوع مخدرها، فرد کامل وابسته می‌شود به صورتی که از آن زمان به بعد همه فکر و ذکرش به دست آوردن و مصرف دوباره آن ماده می‌شود. بنابراین گاهی همراهی نوجوانان با دوستان بد و کنترل نداشتن روی تمایلات نفسانی خود سبب می‌شود اقدام به مصرف مخدرها کنند. اگر نوجوانی به مخدرها وابسته شود به دلیل اینکه منابع مالی کافی برای تأمین دوباره آن‌ها ندارد، ممکن است پس از مدتی روبه انواع بزه‌ها و سرقت بیاورد.

یک توصیه جدی

از آنجا که این روزها کار با گوشی تلفن همراه و حضور در شبکه‌های مجازی به ویژه در بین نوجوانان خیلی رایج شده است به همه خانواده‌ها توصیه می‌شود در نوبت‌های مشخص به روان‌شناس یا روان‌کاو مراجعه و راه حل صحیح مشکلات و سبک درست زندگی را از این افراد دریافت کنند.

مسمومیت‌های غذایی

توصیه‌ها

- سبزی‌ها و میوه‌ها را باید داخل آب و ماده ضد عفونی ویژه این مواد بخیسانید و مطابق دستور شست و شو دهید.
- مواد غذایی مانند سیب زمینی و پیاز را کم و متناوب بخريد و استفاده کنید تا سالم بمانند.
- مواد غذایی را داخل یخچال و شرایط استاندارد نگهدارید.
- سیب زمینی‌ها و پیازهای جوانه دار را مصرف نکنید.
- مواد کنسروی را بجوشانید و سپس مصرف کنید.
- تاجای ممکن از رستوران‌های ناشناخته و بین‌راهی تغذیه نکنید و غذای سالم خانه را مصرف کنید.

مسمومیت با گاز مونو کسید کربن

توصیه‌ها

- پیش از به وجود آمدن اضطرار برای روشن کردن وسایل گرمایشی از تعمیرکار ماهر بخواهید وسایل گازسوز را سرویس کند.
- مطمئن باشید اگر با بخاری خانه را گرم می‌کنید با شعله استاندارد روشن باشد و بسوزد.

“مسمومیت با گاز مونو کسید کربن با شیوع سرما افزایش می‌یابد. یکی از ویژگی‌های این گاز بی‌نشانه بودنش است. گاز مونو کسید کربن، گازی بی‌رنگ و بی‌بو و بی‌مزه است.