

مهم ترین اختلالات بهداشتی جهان تتظیم کننده

رضا پوردست گردان میکروبیولوژیست

اردیبهشت 1395



بهداشت که از آن تعریفهای زیادی به عمل آمد، عبارت است از علم و هنر پیشگیری از بیماریها، و طولانی کردن عمر، و بالابردن سطح سلامت و توانایی بشر که سلامت جامعه وابسته به سلامت افراد است و اگر تك تك افراد جامعه سالم باشند، می توان در مجموع ، يك جامعه سالم و توانا به وجود آورد

به طور خلاصه اهداف بهداشتی را می توان به صورت زیر بیان کرد

سالم سازی محیط زیست

کنترل بهداشت عمومی

آموزش بهداشت عمومی

ایجاد خدمات پزشکی و پرستاری برای تشخیص و درمان بیماریها

ایجاد و توسعه ، يك سیستم اجتماعی که در آن هر فرد از وسایل و امکانات لازم برای سالم بودن

برخوردار باشد تا افراد از حق مسلم خود یعنی سلامت و زندگی طولانی بهره مند و در واقع بیماری بتوانند از آن خدمات بهره مند شوند

تعریف سلامت از نظر بهداشت جهانی

سلامت ، عبارت از: تاءمین رفاه کامل جسمانی ، روانی و اجتماعی است . به این ترتیب کسی را که بیماری جسمی نداشته باشد نمی توان فرد سالمی دانست ؛ بلکه شخص سالم کسی است که از سلامت روح نیز برخوردار و از نظر اجتماعی در آسایش باشد

هداشت عبارتست از نگهداری و ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماریها و افزایش قدرت روحی، جسمی و اقتصادی در افرادی که به علت بیماری ناتوان شده‌اند

بهداشت عمومی چیست

یکی از فعالیتهای سازمان یافته اجتماعی است که به منظور حفظ، ارتقاء و بازسازی سلامت افراد انجام می‌گیرد و در برگیرنده خدماتی است که به کل جامعه ارایه می‌شود

شامل دستورالعملهایی است که در جهت تأمین، حفظ و ارتقای بهداشت و سلامتی فرد بکار می‌رود

بهداشت پوست

پوست یکی از اعضاء مهم و وسیع بدن است. که حاوی غدد مواد چربی است، در نتیجه فعالیت این غدد، آب، مواد زائد، املاح و مقداری چربی از طریق پوست از بدن دفع می‌شود.

دفع مواد مزبور به همراه فعالیت باکتریایی که در نقاط مختلف پوست، خصوصاً در نواحی گرم و مرطوب زندگی می‌کنند سبب تخمیر مواد موجود در عرق و پوست می‌شوند.

به این ترتیب بوی نامطبوعی ایجاد می‌نماید که جهت رفع آن، اقداماتی باید انجام داد

فعالیت غدد مولد عرق در سنین بلوغ فوق‌العاده زیاد بوده و با ورزش، گرمی هوا، پوشیدن لباسهای ضخیم، خستگی، عصبانیت، نگرانی، هیجان، بیشتر می‌شود و به منظور محافظت از پوست و رعایت بهداشت توجه به موارد زیر ضروری است

هر کس باید بدن خود را حتی‌الامکان همه روزه یا حداقل هفته‌ای دوبار با آب و صابون بشوید

تعداد دفعات استحمام با توجه به دمای هوای، میزان فعالیت، آلودگی هوا و محل کار متفاوت است

شستشوی بدن با آب و صابون، پوست را از وجود مواد زائد پاک می‌کند.

مواد قلیایی موجود در صابون، سبب حل شدن در چربیها و مواد زائد موجود بر پوست شده و جلوی انسداد منافذ پوستی را می‌گیرد

استحمام با آب گرم نه تنها سبب بهتر حل شدن مواد زائد و نرمی و لطافت پوست می‌شود بلکه رفع خستگی عضلانی و افزایش خون‌گیری پوست را نیز شامل می‌شود

استحمام، بلافاصله پس از صرف غذا، موجب گشاد شدن عروق پوست بدن شده و خون را از معده و دیگر اندامهای داخلی متوجه پوست می‌کند

برای استفاده از انواع صابون و شامپو باید به نوع پوست (چرب، خشک، معمولی) توجه کرد
استفاده از وسایل شخصی در استحمام ضروریست. چرا که استفاده مشترک از این وسایل سبب انتقال بیماریهای عفونی و قارچی می‌شود

از آنجا که بسیاری از بیماریهای انگلی و عفونتهای روده‌ای از طریق دستها و ناخنهای آلوده انتشار می‌یابند، شستن صحیح دستها و کوتاه کردن ناخن‌ها بطور مرتب ضروری است

قبل از غذا خوردن، طبخ غذا، هنگام آماده کردن ظروف و وسایل سفره، بعد از رفتن به توالت و دست زدن و نظافت کردن حیوانات - باغبانی و زراعت و پس از ملاقات و تماس با بیماران مبتلا به بیماریهای واگیر، شستن

صحیح دستها، توصیه می‌شود

عادات جویدن ناخن غیر بهداشتی بوده و سبب ابتلای فرد به بسیاری از بیماریها خواهد شد

شست و شوی روزانه پاها، از تجزیه عرق و بوی نامطبوع پا جلوگیری می‌کند

استفاده از کفش مناسب به نحوی که هیچ‌گونه فشاری به پا وارد نکرده و سبب تغییر فرم طبیعی استخوان بندی پا نشود، از نکات مهمی است که باید در مورد سلامت پا و ستون فقرات، بدان توجه نمود

بهداشت مو

موی سالم، ظاهری درخشان، مرتب و قابل انعطاف دارد نکات اساسی که در بهداشت مو باید مورد توجه قرار گیرد عبارتند از

نوع شامپو و سایر مواد پاک کننده مهم بوده و انتخاب صحیح آنها با توجه به مشخصات مو، به ویژه میزان چرب بودن آنها است و باعث تقویت رشد مو و سالم ماندن آنها می‌شود

برس کشیدن روزانه موها باعث تشدید سرعت جریان خون

در پوست سر شده و از جمع شدن گرد و غبار و مواد زائد در پوست سر جلوگیری به عمل می‌آورد

شوره سر با شستن مرتب موها، شانه کردن و برس زدن قابل کنترل خواهد بود

پس از شست شوی موها، برای خشک کردن آنها باید از مالش شدید با حوله خودداری شود و بجای آن، موها را با فشار دادن به حوله خشک کرد

دفعات شست و شوی موها به نوع آن (چرب - خشک - معمولی) بستگی دارد

بهداشت چشم

اختلال در بینایی، سبب کاهش ارتباط فرد با محیط و توان یادگیری وی می‌شود. به منظور پیشگیری از بروز اختلال در قوه بینایی، رعایت این نکات بهداشتی ضروری است

استفاده از حوله شخصی و تمیز، در پیشگیری از عفونتهای چشمی، امری بسیار مهم است

هنگام مطالعه می‌بایست از نور کافی که از پشت سر و طرف چپ می‌تابد، استفاده نمود و فاصله چشمها از سطح مطالعه باید بین ۳۰-۴۵ سانتی متر باشد

در صورت بروز عوارضی مانند تاری دید، اختلال در قدرت بینایی، خستگی در هنگام مطالعه و ... سریعاً به چشم پزشک مراجعه کنید

در سلامت چشمها نقش اساسی دارد A مصرف غذاهای متنوع و مناسب، خصوصاً غذاهای حاوی ویتامین

در صورت مشاهده هر گونه اختلال در ظاهر چشمها، اعم از افتادگی پلک، قرمزی، تورم، انحراف و باید سریعاً به پزشک مراجعه نمود

در صورت ورود اجسام خارجی و یا مواد شیمیایی به چشمها از مالش آنها خودداری نمایید و سریعاً چشم را با مقادیر فراوان آب، شست و شو داده و با یک گاز تمیز پوشانده و سریعاً به پزشک مراجعه نمایید

برای شست و شوی چشم از ماساژ آن به هنگام شست و شو، جداً خودداری نمایید. بهترین راه این است که پلک ها را از دو طرف کنار زده و چشم را در زیر شیر آب نگهدارید

آرتریت صفحه 10 تا 14
آسم صفحه 15 تا 20
اوتیسم صفحه 21 تا 34
کلامیدیا صفحه 35 تا 41
دیابت صفحه 42 تا 46
صرع صفحه 47 تا 52
آنفلوآنزا صفحه 53 تا 57
ژیاردیازیس صفحه 58 تا 61
ویروس پاپیلوما صفحه 62 تا صفحه 68
مننژیت صفحه 69 تا 75
سالمونلا صفحه 76 تا 82
تریکومونیا زیس صفحه 83 تا 87
ابولا صفحه 88 تا 93

آرتریت به التهاب مفصل اشاره می کند. التهاب می تواند هریک از ساختارهای اساسی درون مفصل شامل: دیواره مفصل (سینوویوم)، استخوان ها، غضروف، یا بافت های حمایتی را تحت تأثیر قرار دهد.

علائم شایع آرتریت شامل درد، خشکی و تورم مفصل است. این شرایط می تواند یک یا تعداد زیادی مفصل را در بدن تحت تأثیر قرار دهد

علل زیادی می توانند باعث به وجود آمدن آرتریت شوند، اگرچه برخی شایع تر از بقیه هستند.

بعضی انواع آرتریت به خوبی به درمان پاسخ می دهند و بدون به جا گذاردن هیچ اثر طولانی مدتی برطرف می شوند در حالی که کنترل برخی دیگر مشکل تر است و می توانند ناتوان کننده باشند

علل آرتریت

علل زیادی می توانند آرتریت ایجاد کنند. این علل شامل فرسودگی مرتبط با سن، عفونت ها، شرایط اتوایمیون، صدمات و ... هستند

علائم آرتریت

علائم مفصلی: شایع ترین علائم آرتریت شامل درد و خشکی مفصل است. همچنین ممکن است حساس بودن مفصل، تورم و محدودیت حرکت یک یا تعداد بیشتری مفصل هم وجود داشته باشد.

پوست اطراف مفصل نیز گاهی قرمز است

دو نوع اصلی آرتريت وجود دارد: آرتريت التهابی که به وسیله شرایط روماتولوژیک یا عفونت ایجاد می شود و آرتريت غير التهابی که به علت صدمه، افزایش سن یا سایر علل ایجاد می شود. مثال های آرتريت التهابی شامل نقرس و آرتريت روماتوئید است.

مثال آرتريت غير التهابی استئوآرتريت (آرتروز) است. محل، زمان والگوی درد مفصل و نیز وجود تورم و علایم خارج مفصلی (مثل راش (بثورات پوستی)) می تواند به افتراق بین نوع التهابی و غير التهابی کمک کند آرتريت التهابی: آرتريت التهابی معمولاً باعث خشکی مفصل در هنگام استراحت بخصوص خشکی صبحگاهی می شود.

انواع مشخصی از آرتريت التهابی مثل آرتريت روماتوئید و لوپوس اريتماتوسيستمیک، مفاصل را در هر دو سمت بدن تحت تأثیر قرار می دهند

آرتريت غيرالتهابی: آرتريت غير التهابی معمولاً باعث دردی می شود که با حرکت و افزایش وزن بدتر می شود و هنگام استراحت برطرف می شود.

مفاصل در یک یا دو سمت بدن ممکن است تحت تأثیر قرار بگیرند

تشخیص آرتريت: روند تشخیص آرتريت شامل مراحل زیادی است. شرح حال پزشکی و معاینه فیزیکی معمولاً کمک کننده ترین اطلاعات را فراهم می کند.

گاهی آزمایش، تصویربرداری و سایر روش ها لازم است

آزمایش و تصویربرداری: آزمایش و تصویربرداری ممکن است گاهی، اما نه همیشه، برای تشخیص آرتريت مورد نیاز باشد.

آزمایش های خونی ممکن است پیشنهاد شود. اگر شک به آرتريت روماتوئيد يا لوپوس باشد، آزمایش خون برای اتوانتی بادی هایی که به طور شایع در این بیماری ها وجود دارد می تواند کمک کننده باشد

آزمایش مایع داخل مفصلی که مایع سینوویال نامیده می شود، اغلب در تشخیص علت آرتريت کمک کننده است. مایع با گذاشتن سوزنی ویژه داخل مفصل و کشیدن نمونه برداشته می شود. این کار تپ

(tap)

بیرون کشیدن مایع مفصلی نامیده می شود. بررسی مایع مفصلی بخصوص برای اطمینان یافتن از این که آرتريت التهابی است و در تشخیص آرتريت عفونی (به علت باکتری) از نفرس یا نفرس کاذب کمک کننده است

عکس برداری (رادیوگرافی) ساده تصویری از (جزئیات) استخوان ها فراهم می کند. سایر روش های تصویربرداری مثل سونوگرافی، ام آر ای و سی تی اسکن تصاویری از بافت درون و اطراف مفصل فراهم می کند.

یک یا تعداد بیشتری از این تصویربرداری ها ممکن است درخواست شود تا تشخیص روزیون استخوان (ساییدگی، خوردگی...)، شکستگی ها، رسوبات کلسیم یا تغییرات در شکل یک مفصل داده شود

برای بسیاری از انواع آرتريت تغییرات مفصل در تصویر (گرافی) برای ماه ها و حتی سال ها قابل دیدن نیست. به هر حال تصویربرداری اغلب برای مراقبت از بیمار در طول زمان کاربرد دارد

symptom of arthritis

علائم آرتریت

edema ادم

vasculitis واسکولیت

burcitis بورسیت

tenderness حساسیت

muscle ache درد عضله

treatment of arthritis

درمان آرتریت

physiotherapy

فیزیوتراپی

orthopedic surgery

جراحی ارتوپدی

Reference

- Arthritis. (2012, April 12). Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved April 16, 2012, from <http://www.cdc.gov/chronicdisease/resources/publications/aag/arthritis.htm>
- Arthritis. (2011, January 22). Mayo Clinic. Retrieved April 16, 2012, from <http://www.mayoclinic.com/health/arthritis/DS01122>
- Arthritis. (2012, February 2). National Center for Biotechnology Information. Retrieved April 16, 2012, from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0002223/>
- What is Osteoarthritis? (n.d.). Arthritis Foundation. Retrieved April 16, 2012, from <http://www.arthritis.org/what-is-osteoarthritis.php>
- What is Rheumatoid Arthritis? (n.d.). Arthritis Foundation. Retrieved April 16, 2012, from <http://www.arthritis.org/types-what-is-rheumatoid-arthritis.php>
- Arthritis. (2012, February 2). Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0002223/>
- Arthritis. (2015, July 22). Retrieved

آسم بیماری شایعی است که از هر 10 کودک يك نفر و از هر 20 بزرگسال يك نفر را مبتلا می کند.

بسیاری چنین می اندیشند که آسم بیماری است که از دوران طفولیت شروع می شود اما ممکن است آسم در هر سنی بروز کند.

همچنین ممکن است در سال های نوجوانی بهتر شود و یا کاملاً از بین برود ، اما نزدیک به 50% کودکان مبتلا به آسم هنوز در بزرگسالی نیز مشکلاتی خواهند داشت.

ممکن است آسم در افراد يك خانواده دیده شود.

اما بستگان اغلب بیماران ، مبتلا به آسم نیستند . آسم علاج قطعی ندارد اما قابل کنترل است . به طوری که می توان از بروز حمله های آسمی پیشگیری کرد.

اکثر افراد مبتلا به آسم با درمان مناسب و منظم بدون غیبت از مدرسه یا کار می توانند به زندگی طبیعی خود ادامه دهند و حتی از ورزش و شرکت در دیگر تفریحات لذت ببرند

برای دانستن این که آسم چیست باید بدانیم که کار ریه ها چیست

در حین انجام عمل دم ، ریه ها اکسیژن موجود در هوا را می گیرند و وارد خون می کنند. سپس خون با جریان خود اکسیژن را به بخش های مختلف بدن می رساند.

در عین حال خون دي اکسید کرین را جمع مي کند و به ریه ها برمي گرداند و این دي اکسید کرین همراه هوای بازدمی از ریه ها خارج مي شود.

هوا از طریق يك سري لوله ها شاخه اي به ریه وارد و از آن خارج مي شود که به این لوله ها

((لوله های برونشی)) گفته مي شود

لوله های برونشی بیماران مبتلا به آسم منقبض مي شود. از آنجایی که انجام عمل دم و بازدم از میان این لوله های باریک مشکل مي باشد، بیماران مبتلا به آسم دچار علائم تنگی نفس ، خس خس سینه و احساس فشار در قفسه سینه مي شوند .

به علاوه در این افراد خلط چسبناك هم تولید مي گردد که با سرفه بالا مي آید و یا در فرد احساس گرفتگی سینه ایجاد مي کند

علت آسم

با وجود انجام تحقیقات وسیع علت آسم هنوز ناشناخته مي باشد

چه عواملی آسم را تشدید مي کند

در اکثر مواقع شدت بیماری آسم دلیل واضحی ندارد اما اغلب برخی چیزها باعث وخامت آسم مي شوند

سرما خوردگی معمولی یا آنفلونزا آسم را بدتر می کند. که ممکن است 6 هفته به طول بیانجامد مگر آن که درمان مناسب انجام گیرد

حملات آسمی اغلب در اثر آلرژی ایجاد می شود. چیزهایی که معمولاً افراد مبتلا به آسم به آنها حساسیت دارند عبارتند از : گرده گیاهان ، گرد و غبار خانه و پشم حیوانات. از هر 50 فرد آسمی يك نفر به آسپرین حساسیت دارد

ورزش خصوصاً در هوای سرد ممکن است موجب بروز حملات آسمی شود اما با درمان صحیح به خوبی می توان آسم ناشی از ورزش را کنترل کرد.

در مجموع از آنجائی که ورزش و نرمش برای افراد مبتلا به آسم مفید است این افراد نباید از انجام آنها بپرهیزند محرک هایی از قبیل دود دخانیات ، دود غلیظ و هوای پر غبار اغلب منجر به حملات آسمی می شود . در برخی از افراد مبتلا به آسم تحریکات روانی (خشم ، اضطراب و حتی خوشحالی زیاد) می تواند موجب بروز حمله شود.

این که بعضی مردم می گویند (اعصاب خراب) باعث آسم می شود، صحت ندارد.

مصرف اغلب قرص ها و داروها برای افراد مبتلا به آسم بی خطر است . با این وجود ، در صورت ابتلای بیمار به فشار خون بالا و یا بیماری قلبی ممکن است برخی داروها ایجاد عوارض کنند که در این صورت از داروهای جایگزین استفاده می شود .

در صورت تردید ، بیمار باید با پزشك خود مشورت کند و همچنین نباید بدون در نظر گرفتن توصیه های پزشك خود مشورت کند و همچنین نباید بدون در نظر گرفتن توصیه های پزشکی و به طور ناگهانی مصرف داروهای خود را قطع کند

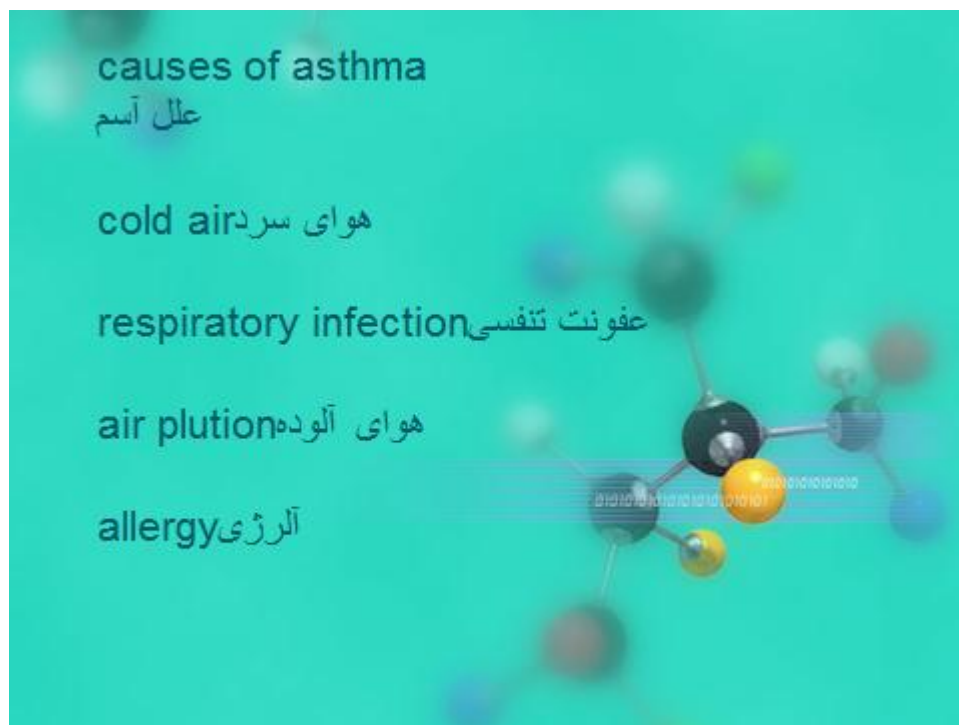
چه در مانهایی برای آسم وجود دارد

آسم علاج واقعي ندارد اما بیشتر افراد مبتلا به آسم با درمان صحيح ،كاملا به زندگي عادي خود ادامه مي دهند.

درمان های بسياري برای آسم در دسترس است که معمولا به صورت اسپري و گاه به صورت قرص مصرف مي شود. برخي از درمان ها به منظور بهبود سريع در موارد حاد آسم بکار مي رود ولي ديگر درمان ها را بايد براي تأثير بهتر آنها به صورت منظم استفاده کرد (اين درمان ها را پيشگيرنده ها مي نامند).

بیمار باید در مورد درمان با پزشك خود مشورت کند و برای اين که داروها حداکثر تأثير را داشته باشند مطمئن

شود که چگونه مصرف داروها را مي داند،اگر چه نفس تنگي و خس خس وجود نداشته باشد



Reference

Asthma symptoms: Overview (2014) Retrieved

from <http://acaai.org/asthma/symptoms>

Boulet, L., & O'Byrne, P. M. (2015). Asthma and exercise-induced bronchoconstriction in athletes. *The New England Journal of Medicine*, 372, 641-648. Retrieved

from <http://www.nejm.org/doi/pdf/10.1056/NEJMra1407552>

Heacock, T. (2014). Role of weight management in asthma symptoms and control. *Immunology and Allergy Clinics of North America*, 34(4), 797-808. Retrieved

from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25282292>

Mayo Clinic Staff. (2013, March 5). Childhood asthma: Symptoms. Retrieved from <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/childhood-asthma/basics/symptoms/con-20028628><http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/childhood-asthma/basics/symptoms/con-20028628>

Nelsen, L., Currie, B., Norquist, J., Peter, S., Vernon, M. K. (2014). PRS57: Pediatric Asthma Symptoms: Assessments By Subjects and Caregivers. *Value in Health*, 17(3), A179. Retrieved from <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1098301514010948>

یکی از بیماری های جدی گروه بیماری های رشدی اختلالات طیف اوتیسم بوده که در اوایل دوره کودکی (معمولا قبل از 3 سالگی) ظاهر می شود.

هرچند علایم و شدت آن در افراد مختلف، متفاوت است، اما همه انواع اوتیسم بر توانایی برقراری ارتباط با دیگران توسط کودک، تاثیر می گذارد

بنظر می رسد که يك اختلال در سیستم عصبی که باعث عدم عملکرد صحیح مغز می شود در ایجاد این بیماری مؤثر می باشد. تعداد کودکان مبتلا به اوتیسم در حال رشد است.

هرچند درمان و شفای کاملی برای درمان اوتیسم وجود ندارد، اما درمان جدی و بموقع اوتیسم تغییرات بزرگی در زندگی کودکان مبتلا به بیماری ایجاد می کند

این اختلال در بیماران اوتیستیک باعث می شود که مغز نتواند در زمینه رفتارهای اجتماعی و مهارت های ارتباطی به درستی عمل کند . کودکان و بزرگسالان اوتیستیک در زمینه ارتباط کلامی و غیر کلامی ، رفتارهای اجتماعی ، فعالیت های سرگرم کننده و بازی دارای مشکل می باشند

اوتیسم یکی از پنج بیماری می باشد که در مجموع به آنها " اختلالات نافذ رشد" یا به اختصار "پی دی دی" می گویند

این پنج بیماری عبارتند از : اُتِیسم ، اختلال آسپرگر ، اختلال عدم تمرکز دوران کودکی ، اختلال رت ، و اختلالات نافذ رشد که با معیارهای بیماری های ذکر شده مطابقت ندارند

علائم ابتلا به اوتیسم

علائم و نشانه های اوتیسم بیشتر اوقات قبل از سن 3 سالگی شروع به ظهور می کنند. در اوایل والدین کودک مبتلا به اوتیسم متوجه می شوند که کودکشان شروع به صحبت کردن نکرده و مانند سایر کودکان هم سنش رفتار نمی کند

اما اینکه کودک مانند سایر کودکان و در سن آنها شروع به صحبت کرده و بعد مهارت های کلامی خود را از دست دهد، نیز ممکن می باشد. علائم اوتیسم شامل

تاخیر در یاد گیری صحبت کردن و یا اصلا صحبت نکردن

کودک ممکن است ناشنوا بنظر برسد حتی اگر آزمایش شنوایی سنجی را طی کرده و نتایج آزمایش شان نرمال باشد

انواع رفتارها، علایق و بازی های تکراری. برای مثال تاب خوردن مداوم، علاقه غیرطبیعی به بعضی از اشیاء و ناراحت شدن در صورت تغییر برنامه روتین زندگی

ناتوانی در گفتن اسم، برقراری ارتباط چشمی، اجتناب از نوازش شدن و بقل شدن و یا کمک نخواستن

ناتوانی از شروع مکالمه و صحبت با دیگران و یا عدم توانایی در حفظ مکالمات

حساس بودن به نور، صدا و یا لمس شدن و در عین حال بی توجه به درد

عادات غذایی عجیب، همچون خوردن تعداد کمی از انواع غذا و یا خوردن مواد غیرخوراکی همچون گچ یا خاک

رفتار خودزنی مثلا کوبیدن سر به زمین یا دیوار و یا با دست ها

کودکان مبتلا به اوتیسم در رفتار با دیگران مشکل داشته باشند. زمانیکه این کودکان بزرگتر می شوند بعضی از

آنها ممکن است بیشتر علاقه ارتباط با دیگران داشته و کم تر دچار پریشانی شوند.

بعضی دیگر تقریبا سبک زندگی نزدیک به سبک زندگی سالم و عادی دارند. با اینحال سایر این کودکان باز هم در

مهارت های زبانی و اجتماعی دچار مشکل بوده و دوران نوجوانی و بلوغشان بیماری آنها را شدید تر کند

اغلب کودکان مبتلا به اوتیسم در یادگیری علم و مهارت کند بوده و بعضی از آنها نشانه هایی از هوش پایین را

نشان می دهند.

سایر کودکان مبتلا به اوتیسم در یادگیری مشکلی نداشته اما در ارتباط اجتماعی، کلامی و زندگی طبیعی مشکل

داشته باشند.

تعداد کمی از کودکان مبتلا به اوتیسم بصورت بلقه توانایی های بالایی داشته و مهارت های مثال زدنی در بعضی

از مهارت های خاص همچون هنر، موسیقی و یا ریاضی از خود نشان می دهند

عواملی که خطر ابتلا به اوتیسم را افزایش می دهند

همه کودکان از هر نژاد و یا ملیتی ممکن است دچار بیماری اوتیسم شوند، اما عواملی خاص که در ادامه می آیند می توانند خطر این بیماری را افزایش دهد، این عوامل شامل

جنسیت کودک - پسرها چهار تا پنج برابر بیشتر در خطر ابتلا به بیماری اوتیسم هستند

سابقه خانوادگی - در خانواده هایی که یک کودک مبتلا به اوتیسم وجود دارد، خطر اینکه کودکی دیگر با این بیماری داشته باشند بیشتر است.

همچنین خیلی غیرمعمول نیست که پدر و مادر و یا سایر اقوام نزدیک کودک مبتلا به اوتیسم، در ارتباط با دیگران و ... مشکلاتی داشته باشند

سایر اختلالات - کودکانی که بیماری خاصی دارند بیشتر از کودکان سالم در خطر ابتلا به بیماری اوتیسم هستند
سن والدین - ممکن است بین سن والدین و ابتلای کودک به اوتیسم رابطه ای وجود داشته باشد.

اعتقاد بر این است که فرزندان والدین بزرگسال بیشتر از دیگران در خطر ابتلا به این بیماری هستند. بالینحال تحقیقات بیشتری در این رابطه مورد نیاز است

هنوز هیچ راهی برای پیشگیری از ابتلای کودک به اوتیسم یافت نشده است. با اینحال با درمان بموقع بیماری بهبود یافته و مهارت های اجتماعی و کلامی کودک ارتقا پیدا می کند.

اگر کودک شما مبتلا به اوتیسم است با مراجعه به مشاوران و متخصصان برای آشنایی با راههای مختلف بهبود کودک، به کودکان کمک نمایید. درمان بموقع برای کودک مفید بوده، زندگی را برای او آسان تر کرده و از افزایش شدت بیماری اوتیسم پیشگیری می نماید

اوتیسم در سراسر دنیا دیده میشود و فقط در پسران بیشتر از دخترها مشاهده شده است. به عبارت دیگر نژاد ، مکان زندگی ، میزان سواد ، وضعیت مالی ، نوع اعتقاد ، شیوه زندگی ، و ... هیچکدام تأثیری در شانس بروز اوتیسم ندارند

والدین باید توجه داشته باشند که مهمتر از عنوان بیماری ، پرداختن به درمان آن است . باید در نظر داشت که این کودکان با درمان مناسب و به موقع می توانند مطالب را بیاموزند ، رفتارهای درست را از خود نشان داده و در آینده مانند افراد عادی زندگی کنند .

اما بدست آوردن این اهداف مستلزم درمان به موقع و درست ، تحمل مشکلات و سختی های مربوط به این درمان است

هر شخص اُوتیستیک مانند بقیه افراد جامعه دارای شخصیت مختص به خود است و مانند تمامی افراد خصوصیات خاصی را دارا می باشد

بعضی از این کودکان ممکن است که از نظر گفتاری تأخیر کمی داشته و بتوانند با کمی کمک، ارتباط کلامی مناسبی را با دیگران برقرار کنند ولی همین کودکان ممکن است از نظر ارتباطات اجتماعی رفتار مناسبی را از خود نشان ندهند .

گاهی این کودکان برای شروع صحبت و تبادل کلامی ممکن است مشکل داشته باشند . افراد اوتیستیک معمولاً در مکالمات ، یکطرفه رفتار می کنند یعنی فقط در رابطه با چیزی که خود علاقه دارند صحبت می کنند و از صحبت‌های طرف دوم چیزی نمی فهمند .

در افراد اُوتیستیک ممکن است رفتارهای در بعضی از این کودکان خشونت و خود آزاری نیز مشاهده می شود زیر نیز بروز کند

اصرار بر یکنواختی و مقاومت در برابر تغییرات

در بیان نیاز های خود دچار مشکل هستند و به جای استفاده از کلمات از آداها و اشاره استفاده می کنند

تکرار کلمات ، خنده نابجا ، گریه بی مورد ، نشان دادن استرس و نگرانی بی علت

ترجیح می دهند که تنها باشند

پرخاشگری

به سختي با ديگران رابطه برقرار مي کنند

دوست ندارند که کسي را بغل کنند و يا اينکه کسي آنها را بغل کند

تماس چشمي ندارند و يا اينکه بسيار کم است

با روشهاي معمول آموزشي نمي توانند چيزي بياموزند

بازي هاي غير عادي انجام مي دهند

اشياء در حال چرخش را دوست دارند و خود نيز سعي مي کنند اشياء را به حالت چرخش در بياورند

دلبستگي غير عادي به بعضي از اشياء پيدا مي کنند

از نظر احساس درد حساسيت بالاتر و يا پائين تري نسبت به افراد عادي دارند

ظاهراً از چيزي نمي ترسند

از نظر فعاليت هاي فيزيكي ، فعاليت زيادتر و يا کم تري نسبت به کودکان سالم دارند

حرکات بدني آنها به صورت نرم و عادي نيست-

اگرچه آزمائشات شنوائي بر روي آنها سالم بودن شنوائي آنها را ثابت مي کند اما در برابر نام خود و دستورات

کلامي خود را بي تفاوت نشان مي دهند

براي بيشتر ما واضح است که مجموع حواس پنجگانه به ما کمک مي کنند تا بدانيم که چه چيزهائي را تجربه مي

کنيم .

برای مثال حواس لامسه ، بویایی و چشایی در تجربه خوردن يك هلو رسیده به ما كمك مي كنند . برای کودکان اوتیستیک مشکلات حواس پنجگانه معمول است .

ممکن است که این کودکان از نظر يك حس و یا چند حس در سطح غیر عادی قرار داشته باشند یعنی یا حساسیت بیشتری داشته باشند و یا اینکه در آن حس بسیار كُند باشند .

ممکن است رایحه ای که همه آنرا دوست دارند باعث آزار كودك اوتیستیک بشود و یا اینکه يك مزه معمولی كودك را ناراحت کرده و كودك از غذاهایی که آن مزه را دارا می باشند بگریزد.

بعضی از کودکان اوتیستیک به برخی از صداها نیز حساس هستند و ممکن است که برخی از صداهایی که ما روزانه به طور عادی می شنویم باعث رنجش آنها بشود .

متخصصین معتقدند که این نابهنجاریها در کودکان اوتیستیک ناشی از اختلال در مجموعه حواس آنها می باشد

یکی دیگر از مشخصات کودکان اوتیستیک عدم نشان دادن علاقه و عاطفه در رابطه با اطرافیان است . البته این مورد هم مانند سایر موارد می تواند استثناء نیز داشته باشد .

ولی والدین نباید به این دلیل از نشان دادن علاقه خود به كودك کوتاهی کنند و بایستی عواطف خود را در برابر كودك به طور طبیعی بروز دهند تا كودك از آنها به تدریج نشان دادن احساسات خود را بیاموزد

علل بروز اوتیسم

تا کنون هیچ علت مشخصی برای اوتیسم کشف نشده است ولی مشخص شده است که عملکرد غیر عادی مغز باعث ایجاد حالات اوتیسم می شود .

اسکن های مغزی در بعضی موارد نشان داده است که مغز کودکان اوتیستیک از نظر اندازه و ساختار با مغز کودکان سالم متفاوت است

در حال حاضر تحقیقات فراوانی در رابطه با احتمال دخالت عوامل ژنتیکی و عوارض دارویی در بروز اوتیسم در حال انجام است . در بعضی از خانواده ها مشاهده شده است که اوتیسم مانند بیماریهای ژنتیکی از نسلی به نسل دیگر منتقل می شود که این خود می تواند تئوری ژنتیکی بودن اوتیسم را در بعضی موارد ثابت کند .

ولی در بسیاری از موارد هم مشاهده شده است که سابقه اوتیسم در خانواده و یا اقوام وجود نداشته است

همچنین در بعضی از کودکان مشخص شده است که در بدو تولد نشانه هایی از اوتیسم را دارا می باشند ولی این مورد هم عمومیت ندارد .

هنوز محققین نتوانسته اند علت خاصی را به تنهایی برای ایجاد بیماری اوتیسم کشف کنند و میتوان يك سري علل را در بروز آن مؤثر دانست

محققین دیگری نیز معتقدند که تحت شرایط خاصی تعدادی از ژنهای ناپایدار باعث اختلال در عملکرد مغز و در نهایت بروز اوتیسم می شوند .

تعداد دیگری از محققین نیز بر روی احتمال بروز اوتیسم در دوران بارداری تحقیق می کنند . آنها معتقدند که یک عامل ویروسی ناشناخته ، اختلال متابولیسمی ، و یا آلودگی به مواد شیمیایی محیطی در دوران بارداری می تواند عامل ایجاد این بیماری باشد.

احتمال بروز اوتیسم در کودکانی که بیماری هائی مانند سندرم ژن ایکس حساس ، توبروس سلروسیس ، سندرم روبلا ، و فنیل کنتوریای درمان نشده داشته باشند بیشتر است

بعضی از مواد خطرناک مانند جیوه نیز که در دوران بارداری وارد بدن مادر شوند می توانند احتمال بروز اوتیسم را افزایش دهند

در سالهای اخیر سئوالی در مورد رابطه واکسیناسیون و بروز اوتیسم مطرح شده است که همچنان مورد بحث است .

در سال 2001 در آمریکا تحقیقاتی در این مورد انجام شد که در آن رابطه واکسن “ ام ام ار “ و اوتیسم بررسی شد.

در این تحقیقات معلوم شد که در برخی از کودکان این واکسن باعث بروز بیماری اُتِیسم شده است . با این حال محققین دیگر این بررسی ها را کافی ندانسته و خواهان تحقیقات بیشتر هستند

به هر حال علت اُتيسم هر چه كه باشد ، بايد بدانيم كه اين كودكان يا با اُتيسم دنيا مي آيند و يا اينكه آمادگي ابتلاء به آن را دارند.

اين بيماري برخلاف آنچه كه تصور مي شد به خاطر بدبي تربيت و يا عدم توانائي والدين در بزرگ كردن كودك نمي باشد .

اُتيسم يك بيماري رواني نيست. كودكان اُتيستيك قابل درمان هستند و نبايد از آنها قطع اميد شود و نيز بهتر است بدانيد كه هيچ عامل رواني شناخته نشده است كه باعث بروز اُتيسم در كودكان شود

تشخيص اُتيسم

براي تشخيص اين بيماري هيچ تست پزشكي وجود ندارد. براي تشخيص اُتيسم در يك كودك بايد رفتار ، ارتباط و سطح رشد ذهني كودك به دقت بررسي شود .

از آنجائي كه بعضي از علائم اين بيماري با بعضي از بيماري هاي ديگر مشترك است ممكن است متخصصين آزمائشها و تست هاي پزشكي متفاوتي را براي كودك تجويز كنند تا از وجود يا عدم وجود مشكلات ديگر در كودك مطمئن شوند

با يك بررسي کوتاه در يك جلسه ممكن نيست كه بتوان به طور قطع وجود اُتيسم را در كودكي ثابت كرد. مشاهدات والدين و بررسي كامل مراحل رشد كودك از لازمت تشخيص اُتيسم در يك كودك مي باشد .

در نگاه اول ممکن است كودك اُوتیستیک به نظر عقب مانده ذهني ، داراي اختلال رفتاري ، داراي مشکل شنوایی و یا داراي رفتارهاي عجيب به نظر برسد .

البته ممکن است تمام این علائم در يك كودك اُوتیستیک وجود داشته باشند که این امر خود باعث مشکلتر شدن تشخیص داده میشود

اُوتیسم يك بیماری رواني نیست. كودكان اُتیستیک قابل درمان هستند و نباید از آنها قطع امید شود و نیز بهتر است بدانید که هیچ عامل رواني شناخته نشده است که باعث بروز اُتیسم در كودكان شود

به هر حال در ابتدای امر بایستی معاینه دقیق و کاملی از كودك به عمل آید زیرا به این ترتیب می توان يك برنامه مناسب و دقیق برای كمك به كودك اُتیستیک و درمان او تهیه کرد

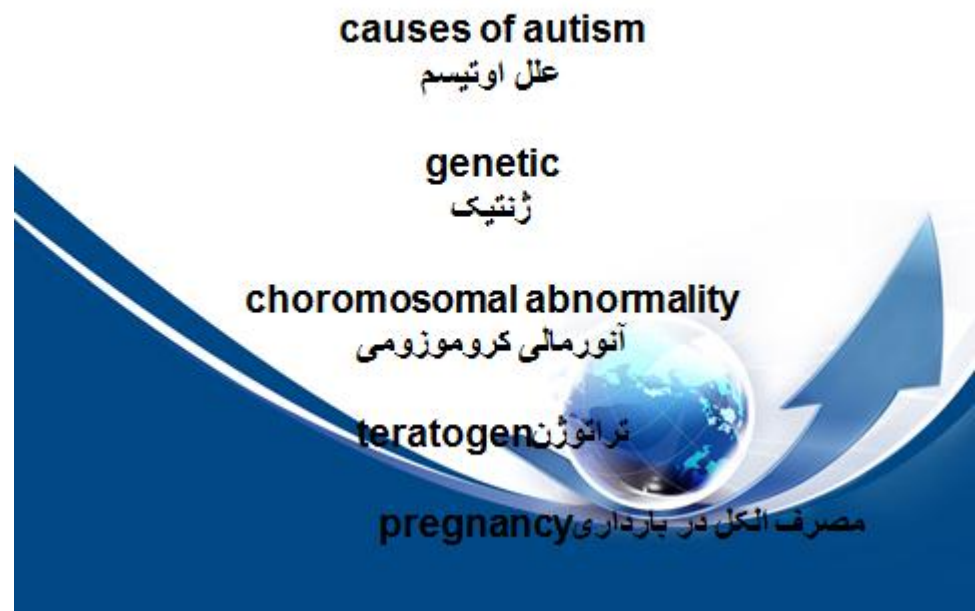
تشخیص زودهنگام

تحقیقات نشان داده است که تشخیص زودهنگام اُتیسم در درمان و بهبود وضعیت كودكان مبتلا بسیار مؤثر است. هر چقدر زودتر بتوان اُتیسم را در يك كودك تشخیص داد ، زودتر هم می شود از برنامه های درمانی برای كمك به این كودكان بهره برد

روش هاي تشخيص

علائم و نشانه هاي اوتيسم ممكن است در زمان نوزادي بروز كنند و شايد هم اين اتفاق نيافتد ولي نشانه هاي اين بيماري حتماً بين 24 ماهگي الي 6 سالگي خود را نشان خواهند داد .

يك دكتور متخصص بايستي يك سري سؤالات مشخص و دقيقى در رابطه با چگونگي رشد جسمي و ذهني كودك تهيه كرده و جواب آنها را از طريق والدين و مشاهدات دقيق بدست آورد



Reference

Autism fact sheet (2014, April 16). Retrieved from

http://www.ninds.nih.gov/disorders/autism/detail_autism.htm - 259233082

Autism spectrum disorder (ASD) data & statistics. (2014, March 14). Retrieved from

<http://www.cdc.gov/ncbddd/autism/data.html>

Early identification (n.d.). Retrieved from <http://www.autism-society.org/about-autism/symptoms/>

What is autism? (n.d.) Retrieved from <http://www.autismspeaks.org/what-autism>

کلامیدیا

کلامیدیا از اختلالات بهداشتی شایع در جهان است

کلامیدیا یک بیماری منتقله از طریق تماس جنسی می باشد که قابل درمان بوده و توسط یک باکتری به نام کلامیدیا تراکوماتیس ایجاد می شود.

شما از طریق یک تماس جنسی مقعدی ، مهبل و دهانی با یک شریک جنسی آلوده ممکن است به عفونت کلامیدیایی ناحیه تناسلی مبتلا شوید.

این بیماری مشکلات جدی نظیر ترشحات آلت تناسلی، ناباروری و درگیری نوزاد تازه متولد شده از مادر آلوده را در زنان و مردان ایجاد می نماید.

کلامیدیا یکی از مهمترین عفونت های باکتریال منتقله از طریق تماس جنسی در ایالات متحده می باشد.

مرکز کنترل بیماری و پیشگیری تخمین می زند که سالانه بیش از 3 میلیون فرد به این بیماری مبتلا می شوند

علائم کلامیدیا

باکتری کلامیدیا در مایع واژن و مایع منی وجود دارد. کلامیدیا برخی اوقات بیماری خاموش نامیده می شود. زیرا ممکن است شما مبتلا باشید ولی آگاه نباشید. علائم اغلب طی 1-3 هفته بعد از آلودگی ظاهر می شوند

افرادی که علامتدار هستند ممکن است یک ترشح غیر طبیعی (موکوس ، چرک) از مهبل یا آلت تناسلی مردانه داشته باشند و یا دچار درد به هنگام ادرار کردن شوند

عفونت در صورتی که درمان نشود ممکن است در بدن شما حرکت می نماید. باکتری

می تواند مدخل رحم ، لوله های تخمدانی و کانال ادراری را در زنان آلوده نماید، جایی که نهایتاً منجر به بیماری التهابی لگن می گردد

در مردان باکتری می تواند ایجاد اپیدیدیمیت نماید. بیماری التهاب لگن و التهاب اپیدیدیم دو بیماری بسیار جدی می باشند

کلامیدیا تراکوماتیس همچنین می تواند باعث عفونت رکتوم و چشم (التهاب ملتحمه یا چشم صورتی) گردد

باکتری در صورت تماس جنسی آلوده، می تواند منجر به عفونت گلو گردد

چگونه کلامیدیا تشخیص داده می شود

کلامیدیا به آسانی با سوزاک اشتباه می گردد، زیرا علائم هر دو بیماری یکسان بوده و بیماری می تواند به صورت همزمان رخ دهد. قابل اعتمادترین روش تشخیص کلامیدیا روش های آزمایشگاهی می باشند.

معمول ترین تست جمع آوری یک نمونه از ترشحات آلت تناسلی مردانه و زنانه و ارسال آن به آزمایشگاه جهت یافتن باکتری می باشد

دیگر تست آزمایشگاهی بررسی یک نمونه ادراری از لحاظ باکتری می باشد که احتیاجی به معاینه لگن یا سواب آلت تناسلی مردانه ندارد و نتایج آن 24 ساعت بعد حاضر می باشد

در صورت ابتلا به عفونت کلامیدیا، این عفونت با تجویز آنتی بیوتیک نظیر آزیترومایسین تک دوز یا داکسی سیکلین برای هفت روز یا اریترومایسین و یا اوفلوک سین درمان می شود

عفونت کلامیدیا در زنان باردار با آزیترومایسین، اریترومایسین، آموکسی سیلین یا پنی سیلین درمان می شود.

در صورت ابتلا به عفونت کلامیدیا حتی بعد از ، نابودی نیز داروها را مصرف نمایید و اگر یک تا دو هفته بعد از اتمام داروها علائم بیماری از بین رفت مجدداً به پزشک مراجعه کنید

در صورت لزوم باید شریک جنسی شما نیز تست شده و درمان شود. همچنین تا پایان کامل و موفق درمان نباید مقاربت جنسی داشته باشد

چگونه از کلامیدیا جلوگیری نمائید

مطمئن ترین راه برای اجتناب از آلودگی به بیماریهای منتقله از طریق جنسی ، رابطه جنسی با یک شریک جنسی غیر آلوده است.

شما با استفاده از کاندومهای لاتکسی مردانه در زمان مقاربت جنسی می توانید احتمال ابتلا را در خود و شریک جنسی خود کاهش دهید. متخصصین سلامتی غربالگری سالانه کلامیدیا را برای تمام زنان فعال از نظر جنسی 25 ساله و جوانتر توصیه می نماید

همچنین یک تست سالانه غربالگری را برای زنان پیرتری که دارای فاکتورهای خطر برای ابتلا به بیماری می باشند، توصیه می نماید.

عوامل خطر شامل یک شریک جنسی جدید و یا وجود چند شریک جنسی می باشد. به علاوه همه زنان باردار باید از نظر ابتلا به کلامیدیا تست شوند.

اگر شما علائمی شامل سوزش ادرار یا ترشحات را در ناحیه تناسلی تجربه کرده اید باید سریعاً به پزشک مراجعه نمایید

عوارض کلامیدیا

هر ساله بیش از یک میلیون زن در آمریکا به بیماری التهاب لگن که یک عفونت جنسی اندام تولید مثل است، مبتلا می شوند.

حدود نیمی از موارد ابتلا به بیماری در اثر عفونت کلامیدیا می باشد و بسیاری از این زنان بدون علامت هستند. بیماری لگن منجر به انسداد لوله های تخمدانی و ناباروی می شود.

محققین تخمین می زنند که هر ساله 100 هزار زن در اثر ابتلا به بیماری التهاب لگن نابارور می گردند

در برخی موارد این انسداد باعث عدم عبور تخمک بارور شده و منجر به ایجاد حاملگی خارج رحمی یا حاملگی نابجا می شود.

حاملگی نابجا یک موقعیت بسیار خطرناک است که منجر به سقط جنین یا مرگ مادر می گردد

در مردان ، عفونت کلامیدیا درمان نشده منجر به درد و تورم در ناحیه بیضه شود. این یک علامت از التهاب در زائده بیضه ای یا اپیدیدیم است.

عوارض در مردان نادر بوده و عفونت

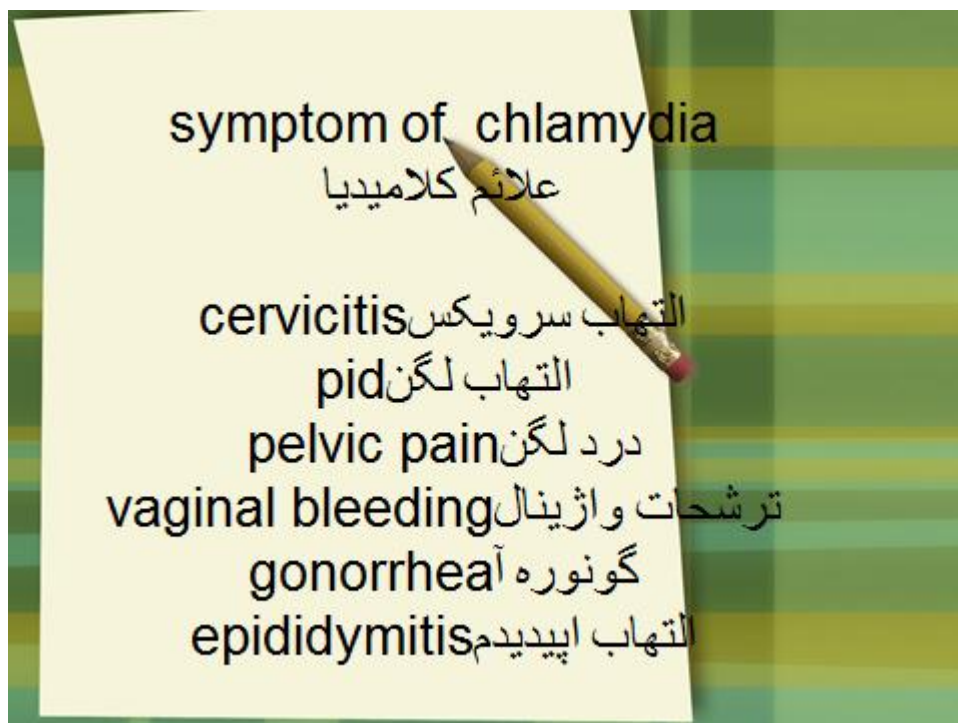
می تواند منجر به درد، تب و عقیمی گردد

یک نوزادی که با عفونت در کانال زایمان و هنگام تولد آلوده می شود. به عفونت چشمی یا ریوی مبتلا می گردد.

علائم التهاب ملتحمه شامل ترشحات و تورم پلک ها می باشد و معمولاً در 10 روز اول زندگی بروز می نماید

علائم عفونت ریوی شامل یک سرفه پایدار در 3-6 هفته اول زندگی فرد می باشد. پزشکان می توانند هر دو عفونت فوق را با تجویز آنتی بیوتیک به خوبی درمان نمایند.

به علت خطر عفونت نوزادان، بسیاری از پزشکان توصیه می کنند در مراقبت های قبل از تولد زنان از نظر ابتلا به کلامیدیا تست شوند



Reference

- Chlamydia. (2014, December 16). Retrieved from <http://www.cdc.gov/std/stats13/chlamydia.htm>
- Chlamydia - CDC fact sheet (detailed). (2014, December 16). Retrieved from <http://www.cdc.gov/std/chlamydia/stdfact-chlamydia-detailed.htm>
- Mayo Clinic Staff. (2014, April 5). Chlamydia. Retrieved from <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/chlamydia/basics/definition/con-20020807>
- Sexually transmitted diseases (STDs): Risk factors. (2014, August 19). Retrieved from <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/sexually-transmitted-diseases-stds/basics/risk-factors/con-20034128>
- ____STD facts: Chlamydia. (2014, December 16). Retrieved from <http://www.cdc.gov/std/chlamydia/stdfact-chlamydia.htm>
- STD & HIV screening recommendations. (2014, December 16). Retrieved from <http://www.cdc.gov/std/prevention/screeningreccs.htm>

بیماری دیابت بر دو نوع است: دیابت نوع اول و دیابت نوع دوم

دیابت نوع اول معمولاً در سنین پایین و بیشتر در نوجوانان دختر 10-12 سال و در پسران 12-14 سال بروز می کند.

در این نوع دیابت، بیمار باید هر روز انسولین تزریق کنند

دیابت نوع دوم شایعتر است 90 تا 95% موارد شناخته شده دیابت را شامل می شود. عواملی مانند افزایش سن (سن بالای 45 سال)، چاقی (به ویژه چاقی شکمی) و اضافه وزن، سابقه خانوادگی، دیابت بارداری، فعالیت بدنی کم، نژاد، سابقه تولد نوزاد بزرگتر از 4/5 کیلو گرم خطر ابتلا به دیابت را افزایش می دهد.

این فرم از دیابت ممکن است سالها ناشناخته بماند زیرا گلوکز خون بطور تدریجی بالا می رود. این بیماران 2 تا 4 برابر بیشتر از دیگران در معرض خطر بیماریهای قلبی عروقی قرار دارند

این نوع دیابت را می توان با تغذیه مناسب و فعالیتهای بدنی روزانه کنترل کرد

نشانه های دیابت

پرادراری و تکرر ادرار

احساس تشنگی و زیاد نوشیدن آب

احساس ضعف و پر خوری

کاهش و زن بدون دلیل

بیماری دیابت چه عوارضی دارد

در صورتی که بیماری دیابت کنترل نشود، می تواند در دراز مدت منجر به بیماریهای قلبی عروقی ، اختلالات بینایی ، نارسایی و از کار افتادگی کلیه ها و بروز زخمهای پوستی به خصوص در پاها و آسیبهای عصبی گردد و در نهایت منجر به صدمات جبران ناپذیری مثل کوری، قطع پاها و سکنه مغزی و قلبی بشود

اگر به بیماری دیابت مبتلا هستید باید در تغذیه خود به نکات زیر توجه کنید

تعداد وعده های غذایی را بیشتر و حجم غذایی که در هر وعده می خورید را کمتر کنید

- بعضی از مواد غذایی مثل نان بربری، نان تافتون، نان سنگک، برنج اروگوئه، برنج تایلندی، لپه، عدس، لوبیا قرمز، لوبیا چیتی، ماش کمتر قند خون را بالا می برند. از این مواد غذایی می توانید استفاده کنید
- بعضی از مواد غذایی مثل نان لواش، برنج صدری، برنج طارم و نخودفرنگی بیشتر قند خون را بالا میبرند و از این ها باید کمتر مصرف کنید
- بعضی از مواد غذایی مثل لواش ماشینی، باقلا سبز بدون پوست، هویج، سیب زمینی باعث بالا رفتن قند خون می شوند. از مصرف این غذاها خودداری کنید
- از میوه های خیلی شیرین مثل انگور، خربزه، انجیر که دارای مقدار زیادی قند هستند، کمتر استفاده کنید
- بجای مصرف قند و شکر از خرما، کشمش و توت خشک به مقدار کم استفاده کنید. توجه داشته باشید که مصرف زیاد این ها هم موجب بالا رفتن قند خون می شود

از خوردن غذاهای خیلی شیرین مثل انواع شیرینی ها ، بیسکویت ، شربت ها ، شکلات ها ، نوشابه های گازدار -
و آب میوه های صنعتی که حاوی مقدار زیادی مواد قندی هستند خودداری کنید

برای کنترل وزن خود جلوگیری از اضافه وزن و چاقی ، فعالیت بدنی مناسب و کافی داشته باشید. حداقل -
30 دقیقه پیاده روی روزانه توصیه می شود

برای اطمینان از سلامت چشم ها و کلیه های خود بطور مرتب به پزشک مراجعه کنید -

قند و شکر رژیمی که همان شیرین کننده های مصنوعی هستند ، موجب افزایش قند خون نمی شوند و استفاده -
متعادل از آنها مجاز است اما مصرف بیش از حد آنها به دلیل احتمال بروز ناراحتی های گوارشی ، نفخ و اسهال
توصیه نمیشود



بالا بودن گلوکز high glucose

بالا بودن شکر high sugar

ژنتیک genetic

چاقی obesity

Reference

Causes of diabetes. (2014, June). Retrieved from <http://www.niddk.nih.gov/health-information/health-topics/Diabetes/causes-diabetes/Pages/index.aspx>

Coronary heart disease. (2014, June 27). Retrieved from <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/women/coronary-heart-disease.html>

Diabetes [Fact sheet]. (2015, January). Retrieved

صرع عبارت است از یک نوع اختلال در کار مغز که مشخصه آن عبارت است از حملات صرعی ناگهانی و تکرارشونده، حملاتی کوتاهمدت از رفتار غیرطبیعی و نامناسب، تغییر در وضعیت هوشیاری، یا حرکات غیرطبیعی. صرع، که گاهی تشنج نیز خوانده می‌شود، یک علامت است نه یک بیماری

صرع مسری نیست. صرع می‌تواند در هر دو جنس و در هر سنی رخ دهد. صرع معمولاً بین سنین ۱۴-۲ سالگی آغاز می‌شود

علائم شایع

صرع به چندین نوع مختلف تقسیم می‌شود که هر کدام ویژگی‌های خاص خود را دارند. بعضی از انواع صرع عبارتند از

صرع کوچک

که غالباً در کودکان رخ می‌دهد. کودک به یکباره فعالیت خود را متوقف می‌کند و برای حدود یک دقیقه با نگاهی بی‌حالت به اطراف خیره می‌شود بدون اینکه بفهمد در اطراف او چه می‌گذرد

صرع بزرگ

که در تمام سنین رخ می‌دهد. فرد هوشیاری خود را از دست می‌دهد، عضلات بدنش سفت می‌شود و سپس دست و پا و بدن وی دچار تکان‌های غیرقابل کنترل می‌شوند.

امکان دارد اختیار ادرار نیز از دست برود و فرد خود را خیس نماید. حمله صرع بزرگ چندین دقیقه طول می‌کشد و غالباً به‌دنبال آن فرد به خواب عمیقی فرو می‌رود یا گیج است.

قبل از بروز حمله صرع، فرد ممکن است علایم هشداردهنده‌ای را احساس کند: احساس عصبی بودن؛ اختلالات بینایی؛ احساس بوی بد؛ یا شنیدن صداهای عجیب و غریب

صرع کانونی

که طی حمله آن، یک قسمت کوچک از بدن دچار تکان‌های غیرقابل کنترل می‌شود. این حالت تکان خوردن به قسمت‌های دیگر بدن گسترش می‌یابد و ممکن است تمام بدن شروع به تکان خوردن نماید. اما فرد هوشیاری خود را از دست نمی‌دهد

صرع لوب گیجگاهی مغز

که طی حمله آن، فرد ناگهان رفتاری غیرطبیعی که با شخصیت و رفتار عادی وی همخوانی ندارد بروز می‌دهد، مثلاً ممکن است ناگهان عصبانی شود یا از خود خشونت بروز دهد؛ بدون دلیل بخندد؛ یا حرکات بدنی عجیب و غریب داشته باشد (از جمله حرکات جویدن غیرطبیعی)

علل

بیش از ۵۰ اختلال و بیماری مغز می‌توانند صرع ایجاد کنند، اما اصولاً بیماری‌هایی که در ساختمان مغز خلل وارد می‌آورند تنها در ۲۵٪ موارد صرع یافت می‌شوند

علل شایع عبارتند از

آسیب رسیدن به مغز به‌هنگام تولد یا قبل از تولد

سوءمصرف الکل یا مواد

مسمومیت شیمیایی

وارد آمدن آسیب شدید به سر

عفونت و تومور مغز، و اصولاً هرگونه ضایعه بزرگ‌شونده‌ای که مغز را تحت فشار قرار دهد ▪

تب بالا

عوامل افزایش‌دهنده خطر

سابقه خانوادگی صرع افراط در مصرف الکل

استفاده از مواد روان‌گردان

قرار گرفتن در معرض دودها و بخارات سمی

پایین بودن قند خون

سابقه صدمه به سر

بعضی از داروها که یکی از اثرات جانبی آنها افزایش خطر حملات صرع است

پیشگیری

راه خاصی برای پیشگیری از به وجود آمدن صرع وجود ندارد

عواقب مورد انتظار

صرع را بجز در موارد نسبتاً نادری که آسیب، تومور، یا عفونت مغزی قابل درمان وجود دارد، نمی‌توان معالجه کرد.

اما با کمک داروهای ضد تشنج می‌توان از بروز بسیاری از حملات صرعی جلوگیری نمود، به‌طوری که فرد می‌تواند زندگی تقریباً طبیعی داشته باشد

عوارض احتمالی

ادامه حملات (علی‌رغم درمان) و ندرتاً افت عملکردهای ذهنی فرد

اصول کلی درمان

اقدامات تشخیصی ممکن است عبارت باشند از: سیتی اسکن یا ام‌آر‌آی از مغز، نوار مغز، و آزمایش خون

درمان صرع عبارت است از دارودرمانی برحسب نوع صرع

همیشه یک دستبند یا گردن‌آویز مخصوص به همراه داشته باشید که نشان‌دهنده این باشد که صرع دارید.

این کار کمک می‌کند که در صورت وقوع حمله صرع دیگران و کارکنان پزشکی بهتر بتوانند به مراقبت از شما

بپردازند

causes of epilepsy

عقل تشنج

infection عفونت

genetic ژنتیک

congenital disorder اختلالات مادرزادی

brain tumor تومور مغز

brain injury تروما مغز

electrolyte disorder اختلالات الکترولیت



Reference

About epilepsy: The basics. (2014, March). Retrieved

from <http://www.epilepsy.com/learn/about-epilepsy-basics>

Epilepsy. (2014). Retrieved from <http://www.cedars-sinai.edu/Patients/Health-Conditions/Epilepsy.aspx>

Epilepsy: Frequently asked questions. (2013, March 13). Retrieved

from <http://www.cdc.gov/epilepsy/basics/faqs.htm#4>

Seizure and epilepsy medicines (2014 March). Retrieved

from <http://www.epilepsy.com/learn/treating-seizures-and-epilepsy/seizure-and-epilepsy-medicines>

Seizure medication list. (2014). Retrieved

from <http://www.epilepsy.com/learn/treating-seizures-and-epilepsy/seizure-and-epilepsy-medicines/seizure-medication-list>

آنفلوآنزا یک عفونت ویروسی است که بینی، گلو و ریه را درگیر می کند

آنفلوآنزا با سرماخوردگی متفاوت است و علائم شدید تری دارد

عامل ایجاد کننده آنفلوآنزا

ویروسهای آنفلوآنزای (آ) و (ب) بیماری را ایجاد می کنند

ویروس آنفلوآنزای نوع آ

ویروس نوع (آ) معمولاً عامل ایجاد کننده ی شیوع سالیانه ی آنفلوآنزا است. این ویروسها مدام در حال تغییر

خود هستند و انواع جدیدی ایجاد میکنند که خصوصیات متفاوتی دارد.

به همین دلیل ساختمان ویروس از سالی به سال دیگر تغییر می کند و واکسنها و حتی داروها برای اثر بخشی باید

تغییر کنند

آنفلوآنزای نوع ث یک بیماری خیلی خفیف می دهد (مثل سرماخوردگی) و یا گاهی عفونت با آن بدون علامت

می باشد و هرگز باعث همه گیری و اپیدمی نمی شود

زمان شیوع بیماری اواخر پاییز و اوایل زمستان است

از مواجهه با ویروس تا ایجاد علائم یک تا چهار روز طول می کشد

علائم آنفلوآنزا چیست

علائم این بیماری شامل تب، درد بدن، سردرد، خستگی، بی اشتها، سرفه خشک، احساس خشکی یا زخم در گلو

می باشد که به صورت ناگهانی ایجاد میشوند

بیشتر افراد بدون عارضه خوب میشوند اما برخی اوقات عفونت باکتریایی هم به آن اضافه می شود مانند عفونت

گوش، عفونت سینوسها و یا التهاب مجاری هوایی (برونشیت)

عوارض آنفلوآنزا در چه افرادی بیشتر است

کودکان زیر ۲ سال، افراد بالای ۶۵ سال و افرادی که بیماری جدی دارند

علائم آنفلوآنزا به چه صورت شروع می شود

ابتدا خشکی گلو، آبریزش بینی و احساس زخم در گلو ایجاد می شود و سه تا چهار روز بعد علائمی مانند تب،

سرفه، درد بدن، سردرد، و خستگی ایجاد می شوند

تب معمولاً بالای 38/3 درجه بوده و در عرض 24 ساعت ایجاد شده و برای 3 روز

بین یک تا پنج روز باقی می ماند

معمولاً در تمام نواحی سر احساس میشود و گاهی فقط در جلوی سر احساس میشود

در بدن درد تمام قسمتهای بدن خصوصاً پاها و کمر دردناک هستند

گلو درد حدود 3 تا 4 روز ممکن است طول بکشد

آبریزش بینی گاهی تا یک هفته بطول می انجامد

در کودکان تب بالاتر از بزرگسالان است و معمولاً 39/4 تا 40/5 درجه میباشد.

البته در کودکان قبل از مدرسه و نوزادان بعلت اینکه علائم آنفلوآنزا بسیار شبیه به سایر ویروسیهایی که درگیری

تنفسی می دهند میباشد،

تشخیص دقیق آنفلوآنزا مشکل است ولی در هر صورت باید سریعاً به پزشک مراجعه کرد

عوارض آنفلوآنزا

از عوارض آنفلوآنزا میتوان به سینه پهلوی، سینوزیت، عفونت گوش میانی و التهاب مجاری هوایی (برونشیت) و

التهاب بافت میانی مغز (انسفالیت) اشاره کرد

symptom of influenza

علامہ آنفلوآنزا

headache سردرد

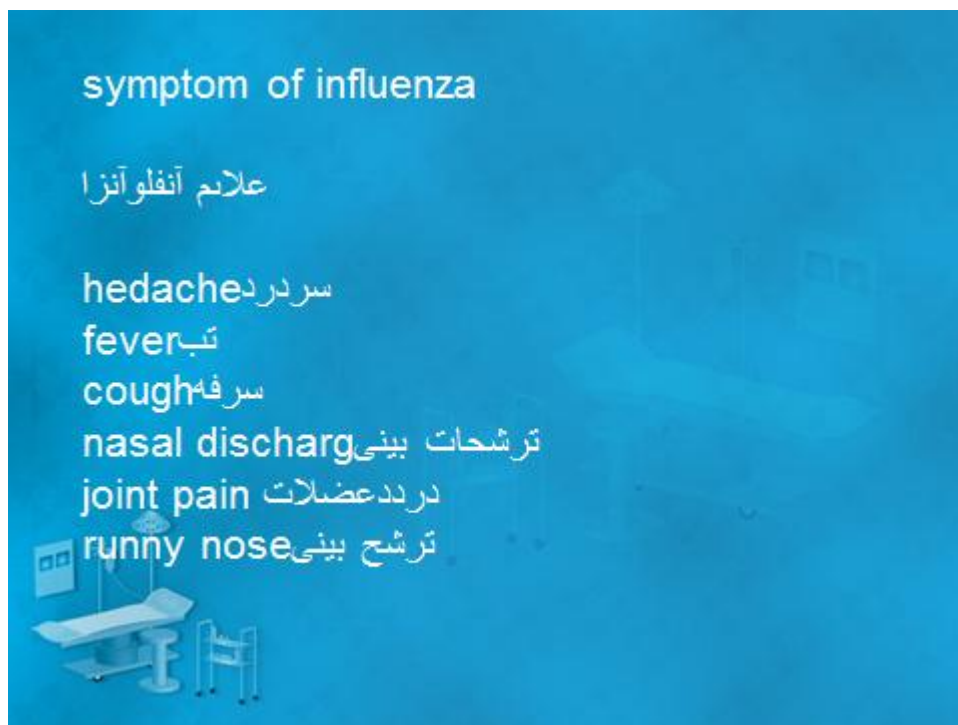
fever تب

cough سرفه

nasal discharge ترشحات بینی

joint pain درد عضلات

runny nose ترشح بینی



Reference

How Flu Spreads. (2011, June 30). *Centers for Disease Control and Prevention*.

Retrieved November 5, 2012,

from <http://www.cdc.gov/flu/about/disease/spread.htm>

Influenza (Flu). (2011, August 20). *Mayo Clinic*. Retrieved August 28, 2012,

from <http://www.mayoclinic.com/health/influenza/DS00081>

Types of Influenza Viruses. (2012, March 22). *Centers for Disease Control and Prevention*. Retrieved August 28, 2012,
from <http://www.cdc.gov/flu/about/viruses/types.htm>

Vaccination & Vaccine Safety. (n.d.). *Flu.gov*. Retrieved August 28, 2012,
from <http://www.flu.gov/prevention-vaccination/vaccination/index.html>

ژیاردیالامبلیا یک پروتوزوئرفلاژلدار است که عامل ایجاد اسهال عفونی می‌باشد. این عفونت در کودکان بیشتر از بالغین شایع است.

از علل مهم ابتلا به عفونت در کشورهای در حال توسعه (همچنین در مراکز نگهداری کودکان عقب مانده ذهنی و مهدکودک‌ها) ژیاردیازیس است که در افراد مبتلا به سوء تغذیه و یا نقص ایمنی بیشتر است

راه انتقال

ژیاردیالامبلیا در انسان از طریق خوردن کیست به وجود می‌آید. کیست‌ها از طریق مدفوع افراد آلوده دفع می‌شوند و آب و غذا را آلوده می‌کنند

آلودگی منابع آب آشامیدنی با فاضلاب‌های حاوی کیست یا تخم انگل و اغذیه دستمالی شده با دست‌های آلوده به کیست یا تخم انگل از مهمترین منابع انتقال بیماری می‌باشد.

گرچه کودکان نسبت به ژیاردیالاز حساسیت ویژه برخوردار هستند با این حال بیماری در بالغین، حتی ورزشکاران و افرادی که خوب تغذیه می‌کنند و شرایط زیستی مناسب دارند، گزارش شده است.

کلامصونیت در برابر ژیاردیالاحاصل نمی‌شود و انسان همیشه ممکن است آلوده شود

انتقال این بیماری از انسان به انسان به طور مستقیم نیز امکان‌پذیر است

میزان بروز در نقاط مختلف دنیا از 5 تا 50 درصد متفاوت است. عقیده بر این بود که انسان تنها مخزن ژیا ردیا لامبلیا می باشد، ولی امروزه عقیده بر این است که ژیا ردیا، سگ و سگ آبی را نیز مبتلا می سازد

علائم بیماری

ژیا ردیا زیس در کودکان به مراتب بیشتر از بزرگسالان علامت دار است. علائم در 40 تا 80 درصد کودکان آلوده پس از یک دوره کمون متوسط 8 روزه، آشکار می شود.

شایع ترین تظاهرات بیماری اسهال، کاهش وزن، دردهای شکمی و نقص در رشد می باشد. شروع علائم آن ممکن است شدید و تند و یا تدریجی باشد.

بیماری خود بخود می تواند محدود شونده و یا توانایی ایجاد اسهال شدید طولانی مدت و سوء جذب را داشته باشد

سوء جذب قندها، چربی ها و ویتامین های محلول در چربی ممکن است در بیش از نیمی از بیماران اتفاق بیفتد

تشخیص

کیست های ژیا ردیا لامبلیا ممکن است در نمونه های مدفوع تهیه شده از افراد مبتلا پیدا شود.

از آنجا که ترشح و دفع کیست نامنظم است آزمایش نمونه های متعدد مدفوع ممکن است لازم شود، ولی فقط 50 درصد

افراد آلوده بدین طریق شناسایی می شوند و آزمایش

Entero Test

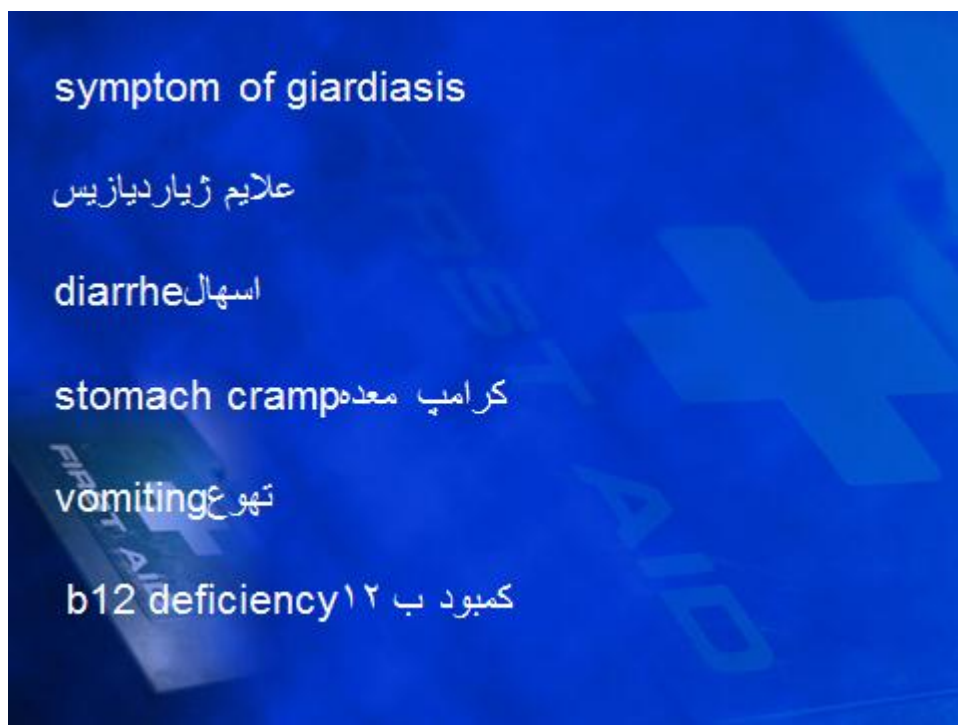
آزمایشی مفید، ساده و روش بی خطری برای تشخیص ژیا ردیا لامبلیا است

درمان

در درمان ژiardیازیس داروهای فورازولیدون، مترونیدازول و مانند آن استفاده می‌شود

پیشگیری

رعایت اصول بهداشت فردی و اجتماعی – استفاده از آب آشامیدنی سالم و بهداشتی - رعایت بهداشت مواد غذایی - کنترل و نظارت بر مراحل تهیه، تولید، توزیع و فروش مواد غذایی – انجام معاینات دوره‌ای برای افرادی که با مواد غذایی سرو کار دارند و در صورت ابتلا به انگل، درمان آنها و آموزش راههای انتقال و پیشگیری از بیماری به جامعه



Reference

Giardia. (2015, July 21). Retrieved from <http://www.cdc.gov/parasites/giardia/>

Giardiasis (beaver fever). (2011, October). Retrieved from https://www.health.ny.gov/diseases/communicable/giardiasis/fact_sheet.htm

Mayo Clinic Staff. (2015, October 15). Giardia infection (giardiasis). Retrieved from <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/giardia-infection/basics/definition/con-20024686>

ویروس پاپیلوما از اختلالات بهداشتی شایع در جهان است

ویروس پاپیلوما ی انسانی یکی از شایعترین بیماری های مقاربتی ست. این ویروس می تواند از طریق تماس پوستی منتقل شود و گسترش پیدا کند.

پاپیلوما ی انسانی انواع مختلفی دارد. برخی از انواع این ویروس منجر به ایجاد زگیل تناسلی شده که به آنها کم خطر و برخی دیگر از آنها منجر به سرطان دهانه رحم می شوند که به آنها پر خطر گویند.

هیچ درمان شناخته شده ای برای ویروس عامل زگیل تناسلی و سرطان دهانه رحم وجود ندارد اما واکسن هایی هستند که می توانند در مقابل برخی از انواع این ویروس ها از شما مراقبت کنند

زگیل تناسلی

زگیل تناسلی زائده های پوستی ای هستند که در کشاله ران، ناحیه تناسلی و یا در اطراف مقعد به وجود می آیند. این زائده های پوستی می توانند از لحاظ اندازه و شکل با هم متفاوت باشند.

برخی از آنها شبیه به لکه های صاف سفید رنگ هستند و برخی دیگر به شکل برآمدگی هایی شبیه به خوشه های کوچک گل کلم ظاهر می شوند. در برخی موارد زگیل تناسلی اصلا با چشم دیده نمی شود

یک ویروس است. انواع خاصی از این ویروس می توانند باعث زگیل تناسلی شوند و برخی دیگر از آنها باعث تغییرات غیر طبیعی سلول های دهانه ی رحم و سرطان دهانه ی رحم می شوند

ویروس پاپیلومای انسانی و زگیل تناسلی می توانند از طریق تماس جنسی از شخص مبتلا به شخص سالم منتقل شوند و جزء بیماری های مقاربتی محسوب می شوند

علائم زگیل تناسلی چه چیزهایی هستند

HPV اکثر افراد آلوده به

هیچ علائمی ندارند. اما اگر علائمی نیز داشته باشند، ممکن است بسیار خفیف باشد و

حتی خود فرد مبتلا نیز متوجه وجود این ویروس و علائم آن نشود. علائم ممکن است شامل درد، خارش و خونریزی باشد و در برخی موارد ممکن است این زگیل های تناسلی توسعه پیدا کنند، به گونه ای که با چشم دیده شوند

اگر علائم بالا را مشاهده کردید بدانید که 2 تا 3 ماه از تماس جنسی خطر ساز و ابتلای شما به ویروس زگیل تناسلی گذشته است.

البته در برخی موارد این بازه ی زمانی می تواند کمتر (تا 3 هفته بعد از مواجهه با عفونت) یا بیشتر (سال ها بعد از مواجهه با عفونت) نیز باشد

زگیل تناسلی قابل رویت، در دورانی بروز می کند که عفونت در حالت فعال قرار دارد اما انتقال ویروس ارتباطی با فعال و یا غیر فعال بودن عفونت ندارد و حتی در زمانی که عفونت غیر فعال است نیز می تواند از فرد مبتلا به ویروس زگیل تناسلی به فرد سالم منتقل شود

تشخیص زگیل تناسلی و ابتلا به ویروس پاپیلومای تناسلی

پزشک با معاینه بالینی و مشاهده ناحیه تناسلی و اطراف مقعد، اغلب می تواند زگیل تناسلی را تشخیص دهد. ممکن است پزشک در مورد علائم شما و همچنین عوامل خطر سازی مانند رابطه جنسی محافظت نشده و یا هر چیز دیگری که خطر ابتلا به زگیل تناسلی را افزایش دهد، سوالاتی بپرسد.

در برخی از موارد، پزشک جهت انجام آزمایش، از بافت زگیل تناسلی نمونه برداری می کند HPV در مورد خانم ها، اگر تست پاپ اسمیر آنها غیر طبیعی باشد، پزشک آزمایش تشخیص ویروس را تجویز می کند

درمان زگیل تناسلی

HPV هیچ درمانی برای ویروس

و زگیل تناسلی وجود ندارد اما می توان با استفاده از روش های درمانی علائم آن را تسکین داد و یا از بین برد اگر با زگیل های تناسلی قابل مشاهده مواجه شدید در مورد درمان آن با پزشک مشورت کنید. البته معمولاً این زگیل ها خود به خود ناپدید می شوند اما در برخی موارد هم ممکن است توسعه یابند. بسیاری از افراد برای رفع علائم و همچنین به خاطر ظاهر و شکل این زگیل ها برای درمان بیماری اقدام می کنند.

اما اگر علائم این بیماری شما را آزار نمی دهد و در مورد شکل ظاهری زگیل تناسلی نگران نیستید، می توانید منتظر بمانید تا این زگیل ها خود به خود از بین بروند.

اگر مشاهده کردید که زگیل های تناسلی به جای ناپدید شدن بیشتر گسترش می یابند حتما به پزشک مراجعه کنید اگر تصمیم گرفته اید که برای درمان زگیل تناسلی اقدام کنید، در مورد بهترین روش درمانی با پزشک مشورت کنید و از درمان خودسرانه بپرهیزید. در صورت لزوم پزشک شما داروهایی را برای شما تجویز می کند و روش استفاده از آن را نیز به شما می آموزد و یا اینکه پزشک شما می تواند این زگیل های تناسلی را به کمک لیزر، جراحی و یا انجماد از بین ببرد

حتی اگر علائم و نشانه های زگیل تناسلی با درمان و یا بدون کمک روش های درمانی، از بین رفتند، بدانید که HPV عفونت

می تواند در بدن شما باقی مانده باشد.

با اینکه تمام علائم این بیماری ممکن است از بین رفته باشد اما ممکن است زگیل تناسلی توسط شما و از طریق رابطه ی جنسی به همسران منتقل شود پیشگیری از زگیل تناسلی و ویروس

HPV

برای پیشگیری از ابتلا به بیماری زگیل تناسلی و یا سایر بیماری های مقاربتی حتما نکات ایمنی زیر را رعایت فرمایید

از کاندوم استفاده کنید. ممکن است کاندوم بتواند خطر انتقال و انتشار ویروس زگیل تناسلی را کم کند اما به یاد داشته باشید که در حین رابطه جنسی پوست سایر نقاط آلوده به ویروس نیز ممکن است با هم تماس داشته باشند و منجر به بروز بیماری زگیل تناسلی شوند

از داشتن روابط جنسی آزاد و پر خطر پرهیزید اما در صورت داشتن اینگونه روابط حتما در مورد بیماری های مقاربتی با طرف مقابل حرف بزنید. مطمئن شوید که شریک جنسیتان در معرض خطر ابتلا به بیماری های جنسی نبوده است. به یاد داشته باشید که ممکن است یک فرد به بیماری زگیل تناسلی مبتلا باشد بدون آنکه از این قضیه خبر داشته باشد

اگر شما هر گونه علائمی مبنی بر ابتلا به بیماری مقاربتی دارید، از داشتن رابطه جنسی پرهیزید

از رابطه ی جنسی با افرادی که علائم بیماری های مقاربتی را دارند و یا ممکن است در معرض بیماری های مقاربتی باشند اکیدا خودداری کنید

از داشتن شریک جنسی خارج از عرف پرهیزید. داشتن بیش از یک شریک جنسی می تواند خطر ابتلا به زگیل تناسلی را افزایش دهد

symptom of giardiasis

علامت ژیاودیازیس

diarrhea اسهال

stomach cramp کرامپ معده

vomiting تهوع

b12 deficiency کمبود ب ۱۲

Reference

Intraductal Papilloma. (n.d.). *University of Connecticut Health Center*. Retrieved July 18, 2012, from <http://radiology.uchc.edu/eAtlas/Breast/1709.htm>

Intraductal Papillomas. (2009, September 16). *American Cancer Society*. Retrieved July 11, 2012, from <http://www.cancer.org/Healthy/FindCancerEarly/WomensHealth/Non-CancerousBreastConditions/non-cancerous-breast-conditions-intraductal-papillomas>

Intraductal Papilloma. (2011, November 16). *National Center For Biotechnology Information*. Retrieved July 11, 2012, from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0002218/>

Intraductal papilloma. (2015, July). Retrieved

from <https://www.breastcancercare.org.uk/information-support/have-i-got-breast-cancer/benign-breast-conditions/intraductal-papilloma>

Intraductal papilloma. (n.d.). Retrieved from <http://www.cancer.ca/en/cancer-information/cancer-type/breast/breast-cancer/benign-tumours/intraductal-papilloma/?region=on>

مننژیت از اختلالات پزشکی شایع در جهان است

meninges مننژیت بیماری ای است که در آن غشاء مننژ یا

اطراف مغز و نخاع ملتهب می شود.

ورم همراه با مننژیت اغلب باعث بروز نشانه های معمول بیماری مننژیت، شامل سردرد، طب و خشکی گردن می شود

مننژیت در انواع ویروسی، باکتریایی، قارچی و غیره وجود دارد، اما عفونت های ویروسی معمولاً شایع تر از سایر عفونت ها باعث ابتلای فرد به مننژیت می شوند.

بسته به علت مننژیت ممکن است این بیماری بعد از چند هفته بهبود یافته و یا ممکن است زندگی فرد را تهدید نماید

رایج ترین نشانه های مننژیت سردرد و خشکی گردن همراه با تب، گیجی یا هشیاری دگرگون شده، استفراغ، و ناتوانی در تحمل نور (نورهراسی) یا صدا های بلند (صداهراسی) می باشد.

معمولاً در کودکان فقط نشانه های غیر اختصاصی مانند تحریک پذیری و خواب آلودگی مشاهده می شود. اگر ضایعه پوستی مشاهده شود، ممکن است نشان دهنده علت مشخصی برای مننژیت باشد؛ مثلاً، مننژیت در اثر باکتری مننژوکک ممکن است همراه با ضایعه پوستی مشخصی باشد

علائم بیماری مننژیت

اشتباه گرفتن علائم و نشانه های بیماری مننژیت با بیماری آنفلوآنزا ممکن می باشد. علائم و نشانه های مننژیت در چند ساعت و یا بین 1 تا دو روز خود را نشان می دهند. علائم و نشانه هایی که در هر فرد بالای 2 سال ممکن است ظاهر شود، شامل

تب بالا و ناگهانی

سر درد شدید

خشکی گردن

تهوع و استفراغ به همراه سردرد

گیجی و یا ناتوانی در تمرکز کردن

تشنج

خواب آلودگی و یا مشکل در بیدار شدن

حساسیت به نور

فقدان علاقه به خوردن و آشامیدن

التهابهای پوستی در بعضی از انواع مننژیت

علایم بیماری مننژیت در کودکان شامل

تب بالا

گریه‌ی پی در پی

بی خواب و بی قراری شدید

تغذیه ضعیف

برآمدگی در قسمت نرم بالای سر کودک

خشکی گردن و بدن کودک

کودکان مبتلا به مننژیت بسختی آرام می شوند و حتی زمانیکه بغلشان می کنید، شدیدتر گریه می کنند

عوامل خطرزا

عوامل و مواردیکه می توانند خطر ابتلا به مننژیت را افزایش دهند شامل

رد کردن نوبت واکسن – اگر شما یا کودکان یکی از نوبت های واکسن زدن را رد نمایید خطر ابتلای شما به

سن فرد – اغلب انواع مننژیت ویروسی در سنین قبل از 5 سال رخ می دهند و بیماری مننژیت افزایش می یابد

زندگی در مکان های اجتماعی. اکثر موارد مننژیت ویروسی در افراد زیر بیست سال را تحت تاثیر قرار می دهد

– دانشجویان ساکن در خوابگاه، پرسنل نظامی ساکن پایگاه های نظامی و کودکان مدرسه رو یا کودکانیکه در

بارداری – اگر شما باردار هستید، در . رورشگاه هستند، در خطر بیشتری برای ابتلا به این بیماری می باشند
خطر بیشتری برای ابتلا به مننژیت قرار دارید

سیستم ایمنی مختل شده – عواملی که سیستم ایمنی بدن را تحت تاثیر قرار داده همچون بیماری ایدز، الکلی بودن،
دیابت و ... می تواند فرد را مستعد ابتلا به مننژیت نماید

عوارض بیماری مننژیت

مننژیت می تواند عوارضی جدی در پی داشته باشد. هرچه مدت بیشتری شما یا کودکان دچار بیماری مننژیت
درمان نشده باشید، بیشتر در خطر عوارض آن از جمله تشنج و آسیب عصبی دائمی از جمله موارد زیر هستید.
انواع آسیب های عصبی مننژیت می توانند، شامل

از دست دادن شنوایی

مشکل حافظه

ناتوانی در یادگیری

آسیب مغزی

مشکل در راه رفتن

تشنج

نارسایی کلیه

شک

مرگ

درمان مننژیت ویروسی

آنتی بیوتیک ها قادر به درمان مننژیت ویروسی نیستند و در بیشتر موارد مننژیت ویروسی خود بخود در طول چند هفته بهبود می یابد. درمان انواع ساده مننژیت ویروسی شامل

استراحت

مصرف فراوان مایعات

داروهای مسکن برای کاهش درد و تب

اگر علت مننژیت شما ویروس تب خال است، می شود از داروی ضد ویروسی استفاده نمود

درمان سایر انواع مننژیت

اگر علت مننژیت شما معلوم نباشد، پزشکتان شروع به استفاده از درمان های ضد ویروسی و آنتی بیوتیکی تا زمان مننژیت قارچی با داروهای ضد قارچ درمان می شود. مشخص شدن علت بیماری می کند

البته این داروها اثرات جانبی جدی داشته و ممکن است شروع درمان با این داروها تا زمان تشخیص آزمایشگاهی مننژیت مزمن بسته به علت آن که عموماً عفونت قارچی هست، درمان می شود. مننژیت قارچی به تعویق افتد

مننژیت های غیر عفونی که بعلت حساسیت و یا بیماری های خود ایمنی رخ داده اند را ممکن است با داروهای کورتیزونی درمان نمایند. در بعضی از موارد نیاز به درمان خاصی نبوده و بیماری خود بخود بهبود می یابد. در مننژیت مرتبط با سرطان نیز نیاز به درمان سرطان برای درمان مننژیت دارد



Reference

Brouwer, M. C., McIntyre, P., Prasad, K., & van de Beek, D. (2015, February 3).

Corticosteroids for bacterial meningitis. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 9.

Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0012764/>

Leigh, Alexandra. (2007, July). Diagnosis and treatment of viral meningitis. *AMA*

Journal of Ethics, 9(7), 497-498. Retrieved from <http://journalofethics.ama-assn.org/2007/07/cpr1-0707.html>

Mayo Clinic Staff. Meningitis: Definition. (2015, September 15). Retrieved

from <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/meningitis/basics/definition/con-20019713>

Meningitis. (n.d.). Retrieved

from <http://www.idph.state.il.us/public/hb/hbmening.htm>

Meningitis. (n.d.) Retrieved

from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0001700/>

Non-polio enterovirus. (2015, September 3). Retrieved from <http://www.cdc.gov/non-polio-enterovirus/index.html>

سالمونلا از اختلالات بهداشتی شایع در جهان است

سالمونلا گروهی از باکتری ها هستند که می توانند منجر به مسمومیت غذایی شوند. مسمومیت غذایی زمانی اتفاق می افتد که آب یا غذای آلوده به میکروب، سموم یا مواد شیمیایی خورده یا نوشیده شود.

میکروبها عبارتند از باکتری ها، ویروسها و انگلها. انگلها موجودات زنده ای (ارگانیسمهایی) هستند که در داخل یا بر روی ارگانیسم دیگری زندگی می کنند.

عموما مسمومیت غذایی سبب عفونت روده ها (لوله گوارش) میشود که گاسترو آنتریت نامیده میشود. این عفونت منجر به اسهال و بیماری (استفراغ) میشود.

بیش از 2500 نژاد (نوع) مختلف از سالمونلا وجود دارد. یک نوع از سالمونلا با نام سالمونلا تیفی

(S. typhi)

می تواند منجر به تب حصبه شود.

این یک بیماری جدی است که اگر به سرعت با داروهای آنتی بیوتیک درمان نشود می تواند خطرناک باشد. در ابتدا سبب اسهال و سپس بالا رفتن دمای بدن (تب)، سردرد، انقباضهای شکم، کھیر، حالت تهوع و بی اشتها می شود.

(S. paratyphi) نوع دیگر سالمونلا، سالمونلا پاراتیفی

می تواند منجر به تب شبه حصبه شود.

این بیماری مشابه تب حصبه است اما علائم عموماً خفیف تر هستند.

حصبه و شبه حصبه منحصرأ در كشورهاي فقز ديده ميشود. اين باكتري مي تواند از طريق ادرار يا مدفوع فرد S. typhi و S. paratyphi مبتلا انتقال يابد. ابتلا به عفونت

كه منجر به تب حصبه و شبه حصبه ميشوند در

انگلستان رايج نيست ولي ابتلا به انواع ديگر اين باكتري كاملا رايج است. ادامه مقاله فقط در مورد مسموميت غذايي حاصل از ديگر نژادهاي سالمونلا به غير از

S. typhi و S. paratyphi

است

ميكروبهاي (باكتري) سالمونلا در روده بسياري از حيوانات از جمله حيوانات وحشي، حيوانات اهلي و خانگي يافت ميشوند. احتمال اينكه ماكيان (مرغ، بوقلمون و غيره) حامل سالمونلا باشند بسيار زياد است.

بنابراين سالمونلا مي تواند گوشت (از جمله گوشت ماكيان)، تخم مرغ، شير و ديگر فرآورده هاي لبني را كه مي خوريد آلوده سازد.

معمولا با پخت كافي گوشت (از جمله گوشت ماكيان) باكتري سالمونلا كشته ميشود. اگر گوشت به خوبي پخته نشود ممكن است انسانها را مبتلا به سالمونلا سازند.

خوردن تخم مرغ خام يا عسلي يا مصرف شير يا محصولات لبني ديگر آلوده به سالمونلا مي تواند عفونت را به انسان منتقل نمايد.

گاهي غذاهاي ديگري مثل ميوه ها و سبزيجات ممكن است به خاطر استفاده از كود براي رشد بهتر آنها به سالمونلا آلوده شده باشند.

صدف خوراكي نيز اگر با فاضلابهاي آلوده در تماس باشند ممكن است آلوده شده باشند. سگها، گربه ها و جوندگان گاهي ممكن است آلوده به سالمونلا شده باشند و لاک پشتها نيز از حاملان اصلي سالمونلا هستند.

تماس با حيوانات مبتلا يا مدفوع آنها نيز سبب انتقال آلودگي به انسان ميشود. باكتري مي تواند از دستان شما به دهانتان و سپس به روده (لوله گوارش) انتقال يابد و در آنجا تكثير شده و علائم را به وجود آورد.

اگر مبتلا به سالمونلا بوده و براي جلوگیری از انتشار آن به ديگران تمهيدات جدي بهداشتي را رعايت نکنيد آلودگي به كساني که با شما در ارتباط نزديك هستند منتقل ميشود

سالمونلا تا چه حد رايج است و چه كساني به آن مبتلا مي شوند

مسموميت غذايي با سالمونلا بسيار رايج است. مي تواند هر كسي در هر سني را تحت تاثير قرار دهد. در اغلب موارد علائم جدي ندارد. با اين وجود، در گروههاي خاصي از افراد ممكن است اين علائم جدي تر باشد که عبارتند از:

کودکان

افراد پير

كساني که سيستم ايمني آنها خوب کار نمی کند (براي مثال كساني که درمان سرطان را تحمل مي کنند، كساني که تحت درمان بلند مدت با استروئيد هستند، كساني که ايدز دارند و غيره)

از آنجايي که امکان انتقال سالمونلا از فردي به فرد ديگر وجود دارد، مخصوصا در مکانهايي مثل خانه هاي سالمندان فراگير شدن آن ممكن است

علائم سالمونلا چيست

علائم عمومي عبارتند از اسهال و انقباضات شکمي. اسهال مي تواند گاهي خوني باشد.

ممکن است تهوع يا استفراغ يا تب داشته باشید.

علائم 12 تا 72 ساعت بعد از خوردن غذاي آلوده يا بعد از تماس با حيوان مبتلا ظاهر ميشوند. اين زمان قبل از ظهور علائم با نام "دوره نهفتگي" شناخته ميشود.

در اغلب افراد علائم خفيف بوده و در عرض 4 تا 7 روز بدون هيچ گونه درمان خاصي بهبود مي يابد. با اين وجود، گاهي علائم ممکن است شديدتر بوده و عوارضي به وجود آورد. اگر علائم شديد باشد، ممکن است نبيود مایع کافي (کمبود آب) در بدن اتفاق افتد و اگر به کمبود آب در خودتان يا کودکان مضمون شديد حتما با پزشك مشورت کنید.

کم آبي خفيف رايج بوده و معمولا با نوشيدن مقادير زيادي مايعات جبران ميشود. کم آبي شديد مي تواند کشنده باشد مگر اينکه سريعاً درمان شود چون اندامهاي بدن براي ادامه کار خود به مقادير مشخصي آب نياز دارند. علائم کم آبي در کودکان

علائم کم آبي در کودکان عبارتند از کم شدن ادرار، خشكي دهان و زبان و لبها، اشك کمتر در زمان گريه، چشمهاي گودافتاده و پرخاشگر شدن يا بي انرژي بودن (بي حالي)

علائم کم آبي شديد در کودکان عبارتند از خواب آلودگي، رنگ پريدگي يا کهير، سري دستها يا پاها، کم خيس شدن پوشکها و تنفس تند (اما اغلب کم عمق). اين حالت يك فوريت پزشکي بوده و نيازمند توجه فوري است

احتمال وقوع کم آبی در کودکان زیر بیشتر است

کودکان زیر يك سال (و مخصوصا زیر شش ماه). چون در نوزادان با از دست دادن حتي مقدار کمی از مایعات، بخش عمده اي از مجموع مایعات کل بدنشان از دست مي رود

کودکان بالايي يك سال که با وزن کم متولد شده و به وزن مناسب سن خود نرسیده اند

کودکي که در زمان بيماري از شیر گرفته شده است

در هر کودک مبتلا به سالمونلا که زیاد آب نمی نوشد

هر کودکي که اسهال و استفراغ شدید داشته باشد (مخصوصا اگر در روز شش بار یا بیشتر دفع و 3 بار یا بیشتر در عرض 24 ساعت استفراغ داشته باشد)

علائم کم آبی در بزرگسالان

علائم کم آبی در بزرگسالان عبارت است از: خستگی، خواب آلودگی یا حواس پرتي، سردرد، انقباضهاي

عضلاني، چشمهاي فرورفته، دفع کم ادرار، خشكي دهان و زبان، ضعف و پرخاشگر شدن

علائم کم آبی شدید در بزرگسالان عبارت است از: از دست دادن زیاد شوق و اشتیاق (بي احساسی)، ضعف،

گیجی، بالا رفتن ضربان قلب، کما، و ادرار کم. این يك فوریت پزشکی است

احتمال وقوع کم آبی در بزرگسالان زیر بیشتر است

افراد پیر و نحیف

زنان باردار

افرادي كه اسهال و استفراغ شديد دارند. مخصوصا، اگر فرد نتواند با نوشيدن كافي مايعات از دست رفته را جبران نمايد

بسياري از افراد خود از علائم عمومي متوجه مسموميت غذايي ميشوند و اگر اين علائم خفيف باشند، معمولا نيازي به تجويز پزشك يا دريافت درمان خاص نيست.

بنابراين، ممكن است مبتلا به سالمونلا باشيد كه "تايد" نشده باشد. با اين وجود، در برخي شرايط، اگر مسموميت غذايي داشتيد ممكن است نياز به تجويز پزشك داشته باشيد (براي اينكه ببينيد چه موقع نياز به مراجعه به پزشك است به زير مراجعه كنيد).

ممكن است پزشك يا پرستار از شما در مورد مسافرتهايي كه اخيرا به خارج از كشور داشته ايد يا هر راهي كه ممكن است غذا يا آب آلوده خورده باشيد سوالاتي بپرسد.

آنها علائم كمبود مايعات (كم آبي) را در بدن شما بررسي مي كنند. ممكن است دمائي بدن، فشار خون و نبض شما را كنترل كنند.

ممكن است براي يافتن هر گونه مشكل، شكم شما را بررسي نمايند. ممكن است دكتر يا پرستار از شما بخواهند كه نمونه اي از مدفوع خود بگيريد.

سالمونلا بعد از فرستاده شدن نمونه به آزمايشگاه شناسايي ميشود. در زمان شيوع سالمونلا ممكن است غذا ها نيز آزمايش شوند



Reference

Mayo Clinic Staff. (2014, February 12). Dehydration. Retrieved

from [http://www.mayoclinic.org/diseases-](http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/dehydration/basics/symptoms/con-20030056)

[conditions/dehydration/basics/symptoms/con-20030056](http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/dehydration/basics/symptoms/con-20030056)

Mayo Clinic Staff. (2014, April 5). Salmonella infection. Retrieved

from [http://www.mayoclinic.org/diseases-](http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/salmonella/basics/definition/con-20029017)

[conditions/salmonella/basics/definition/con-20029017](http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/salmonella/basics/definition/con-20029017)

Salmonella. (n.d.). Retrieved

from <http://www.foodsafety.gov/poisoning/causes/bacteriaviruses/salmonella/>

تریکومونیازیس (Trichomoniasis)

یک بیماری مقاربتی است که توسط ارگانیسم های کوچکی به نام تریکوموناس واژینالیس به وجود می آید. اغلب زنان به این بیماری مبتلا می شوند اما مردان نیز می توانند به این بیماری مقاربتی مبتلا شده و ویروس را از طریق رابطه جنسی به شریک جنسی خود منتقل کنند

تریکومونیازیس شایعترین بیماری مقاربتی قابل درمان در بین زنان جوان است. تخمین زده می شود که سالانه 7.4 میلیون مورد جدید ابتلا به بیماری مقاربتی تریکومونیازیس در بین زنان و مردان در آمریکا بروز می کند. اغلب مردان مبتلا به این بیماری هیچ علائمی بروز نمی دهند و از آلودگی خود به این بیماری اطلاع ندارند مگر اینکه شریک جنسی آنها به این بیماری مبتلا شود و از این طریق به آلوده بودن خودشان شک کنند.

اما در صورتی که علائم این بیماری بروز کند می تواند شامل موارد زیر باشد

التهاب درون آلت تناسلی

ترشحات خفیف

سوزش خفیف بعد از ادرار یا انزال

بسیاری از زنان مبتلا به این بیماری با علائم آن مواجه می شوند. این علائم می توانند شامل موارد زیر باشند

ترشحات زرد مایل به سبز همراه با کف و با بوی بسیار قوی از واژن

ادرار دردناک

خارش واژن

سوزش واژن

احساس ناراحتی در طول رابطه جنسی

درد در ناحیه پایین شکم (نادر است)

این علائم معمولاً 5 تا 28 روز بعد از آلودگی به بیماری مقاربتی تریکومونیاژیس رخ می دهند

تشخیص تریکومونیاژیس

برای تشخیص تریکومونیاژیس ممکن است پزشک از شما معاینات بالینی و تست های آزمایشگاهی به عمل بیاورد.

تست های آزمایشگاهی به منظور مشاهده انگل های بیماری زا و بر روی یک نمونه از مایع واژن و یا مایع پیشابراه انجام می شوند. تشخیص این انگل ها در مردان دشوارتر از زنان است

درمان تریکومونیاژیس

اغلب برای درمان تریکومونیاژیس از آنتی بیوتیک های خوراکی استفاده می شود. قبل از مصرف دارو حتما با پزشک مشورت کنید.

همچنین انجام آزمایش های بارداری قبل از مصرف دارو بسیار مهم است زیرا که این آنتی بیوتیک می تواند به جنین شما آسیب برساند

شریک جنسی شما نیز باید همزمان با شما به پزشک مراجعه کند و برای پیشگیری و یا درمان و جلوگیری از انتشار این ویروس تحت درمان قرار گیرد.

علاوه بر این، افراد مبتلا به تریکومونیاژیس تا زمانی که بهبودی کامل پیدا نکرده اند و تمام علائم آنها برطرف نشده است باید از برقراری رابطه جنسی امتناع کنند.

حتی اگر احساس بهبودی کامل می کنید مصرف کردن تمام آنتی بیوتیک هایی که پزشک برایتان تجویز کرده است الزامیست

تریکومونیاژیس در زنان باردار ممکن است منجر به پارگی زودرس غشای محافظ کودک و زایمان زودرس شود. التهاب دستگاه تناسلی ناشی از تریکوموناس واژینال می تواند منجر به افزایش خطر ابتلا به عفونت

HIV

در افرادی که در معرض ابتلا به این ویروس هستند شود. تریکومونیاژیس در زنانی که به عفونت

HIV

HIV نیز مبتلا هستند می تواند موجب افزایش احتمال انتقال ویروس

به شریک جنسیشان شود

برای کاهش خطر ابتلا به تریکومونیاژیس این موارد را به یاد داشته باشید

استفاده از کاندوم به روشی درست در هر بار رابطه جنسی

تعهد به خانواده و اجتناب از تعدد شرکای جنسی

symptom of trichomoniasis

علائم تریکومونیا

abdominal pain درد شکم

vaginal discharg ترشح واژن

vaginitis واژینیت

urtherritis التهاب مجاری ادراری

Reference

- Mayo Clinic Staff. (2015, March 21). Trichomoniasis. Retrieved from <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/trichomoniasis/basics/definition/con-20034596>
- Trichomoniasis – CDC fact sheet. (2015, November 17). Retrieved from <http://www.cdc.gov/std/trichomonas/stdfact-trichomoniasis.htm>
- What is trichomoniasis? (n.d.). Retrieved from <https://www.plannedparenthood.org/learn/stds-hiv-safer-sex/trichomoniasis>

ابولا از شایع ترین اختلالات بهداشتی در جهان است

ابولا یک بیماری کشنده ویروسی مشترک بین انسان و دام است که پس از ورود به بدن، سلول-ها را کشته،

بسیاری از آن-ها را تخریب کرده، سیستم ایمنی بدن را از بین برده

و باعث خونریزی شدید تقریباً در تمام ارگان-های بدن شده و بیماری بسیار هولناکی است

ویروس ابولا بیشتر در یک نوع خفاش آفریقایی وجود دارد و مشترک بین انسان و دام است. انسان-ها می-توانند

آن- را به یکدیگر منتقل کنند. حیوانات دیگری هم عامل آن شناخته می-شوند مانند

شمپانزه - بز کوهی جنگلی- گوریل -میمون-ها - خاریشت

در افرادی که از حیوانات آلوده جنگلی نگهداری کنند ویروس می-تواند از راه مایعات و خون آلوده به آن-ها منتقل

شده و اگر فرد مبتلا شود می-تواند به دیگران انتقال دهد

راه-های انتقال

نشستن در کنار فرد مبتلا، هوا، غذا و آب بیماری را منتقل نمی-کند، اما بوسیدن شخص مبتلا و یا خوردن و

آشامیدن مشترک با او خطرناک بوده و می-تواند عامل ابتلا باشد

راه-های ابتلا عبارتند از: شیر مادر، مدفوع، بزاق، مایع منی، عرق، ادرار بیمار

CDC براساس تحقیق

مرکز کنترل و پیشگیری بیماری-ها

ویروس ابولا ۳ ماه می-تواند در مایع منی زندگی کند. افراد در اثر تماس با این مایعات از طریق چشم، دماغ، دهان و پوست زخمی مبتلا می-شوند.

کارکنان بهداشتی به دلیل تماس با فرد و مایعات بدن این افراد در معرض ابتلا هستند و بیماری می-تواند از طریق وسایل آلوده بیمار مانند سوزن و یا ارتباط با حیوان آلوده نیز منتقل گردد

به نظر می-رسد ابولا فقط از طریق پستانداران به انسان منتقل شده و به نظر نمی-رسد که حشرات مانند پشه-ها عامل انتقال آن باشند

علائم ابولا

سردرد، درد عضلانی، درد معده و سرفه و تب بالای ۳۹ درجه از علائم شایع بیماری هستند و اگر بیماری شدیدتر شود استفراغ، اسهال، کبودی و خونریزی بدون ضربه از چشم-ها و لثه را می-تواند به دنبال داشته باشد

ابتلا به بیماری ممکن است ۲-۲۱ روز باشد، اما اغلب ۸ تا ۱۰ روز است. طبق اظهارنظر

CDC

سه هفته طول

می-کشد تا علائم ظاهر شوند. علائم اولیه می-توانند تشابه شدیدی با دیگر بیماری-ها مانند: آنفلوآنزا، مالاریا و تب تیفویدی داشته باشند.

برای جلوگیری از انتقال ویروس، افراد مبتلا باید ایزوله شوند

وقتی شخصی علائم ویروس را داشته باشد، آزمایش خون می-تواند ویروس ابولا را نشان دهد.

در آزمایش خون کاهش

WBC

و پلاکت خون و افزایش آنزیم-های کبدی را مشاهده می-کنیم. بنابراین اگر شخصی تب بالای ۳۹ درجه داشته و علائم در ارتباط با ابولا در او مشاهده گردید فوراً تحت مراقبت-های پزشکی قرار گیرد.

اگر شخصی از ابولا بهبود یافت و آنتی بادی-های بیماری در خون او توسعه یافت دال بر تأیید بیماری بوده و پزشک می-تواند فعالیت-های فرد و کسانی را -که با او در ارتباط بوده-اند با احتمال اینکه ممکن است ابولا داشته باشد تحت کنترل بگیرد

داروهای زیادی برای از بین بردن ویروس وجود نداشته و کارکنان بهداشتی علائم ظاهری را درمان کرده و مراقبت-های اولیه را انجام می-دهند که شامل:

۱- مایع درمانی و هیدراته کردن بیماران

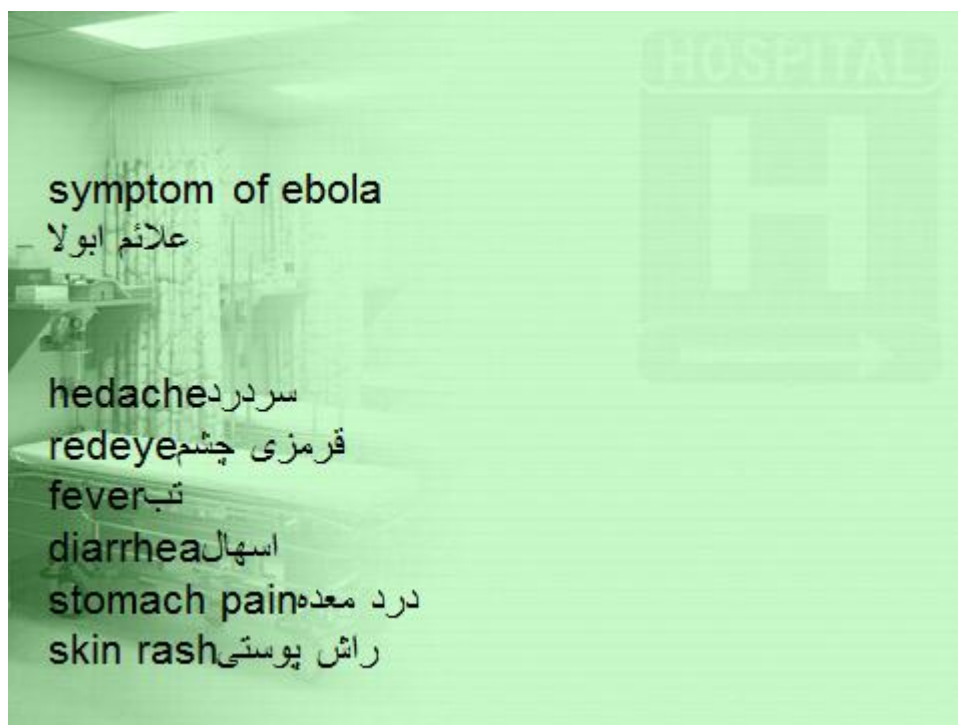
۲- اکسیژن-تراپی

۳- متعادل نگهداشتن فشارخون

۴- درمان عفونت-های موجود و مشترک و آن-هایی که ممکن است به وجود بیاید

۵- بالانس الکترولیت-ها است

طول عمر بیماران وابسته به سیستم ایمنی-شان بوده که چگونه کار می-کند و هرچه مراقبت-های پزشکی زودتر انجام شود، شانس بهبودی آن-ها بیشتر است



Reference

Ebola (Ebola virus disease). (2015, April 24). Retrieved

from <http://www.cdc.gov/vhf/ebola/about.html>

Ebola virus disease. (2015, April). Retrieved

from <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs103/en/>

Mayo Clinic Staff. (2014, August 6). Ebola virus and Margburg virus: Complications.

Retrieved from <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/ebola-virus/basics/complications/con-20031241>