آب راکد یکی از مهم‌تری بخش‌هایی است که به تولید مثل بیشتر پشه‌ها کمک می‌کند، در نتیجه برای کاهش خطر تولید پشه در آب راکد می‌توانید کارهای زیر را انجام دهید:

آب اضافی را از صفحات زیر گلدان خارج کنید.

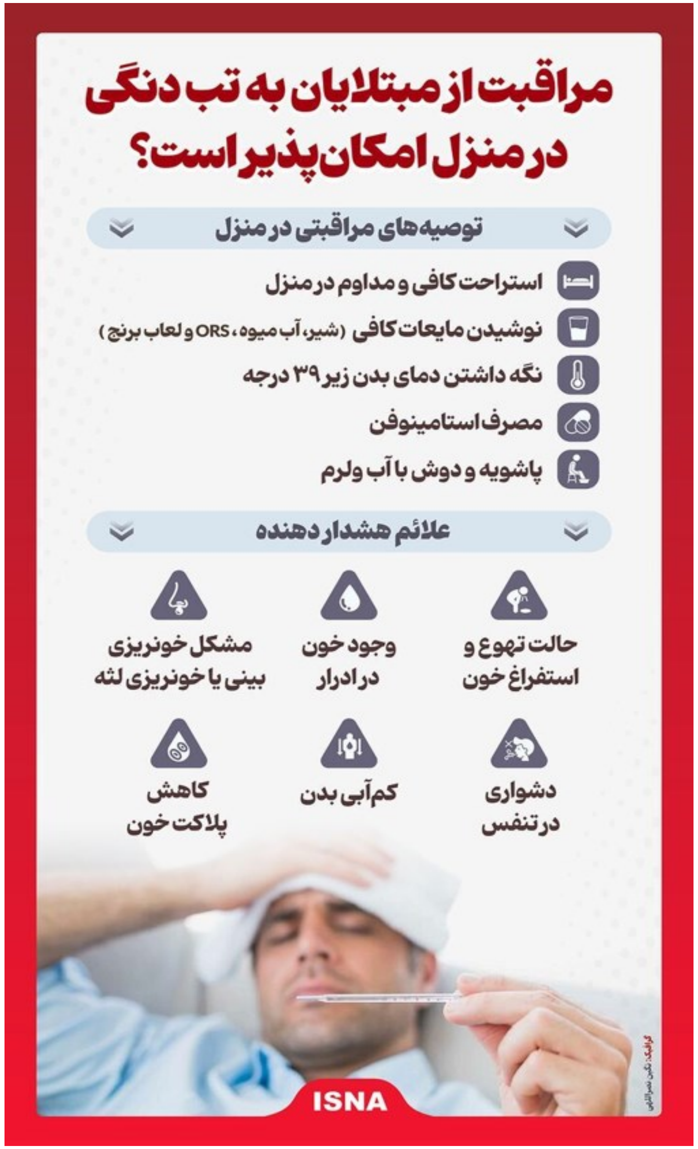
سطل‌های آبیاری را برگردانید و آن‌ها را در زیر سقف نگهداری کنید تا آب نتواند در آن‌ها جمع شود.

خاک گیاهان را طوری در گلدان قرار دهید تا از تشکیل گودال‌ها در سطح جلوگیری شود.

آب گلدان‌ها را هر روز عوض کنید و داخل آن‌ها را بشویید.

هنگام پیک نیک و برپایی چادر، منطقه‌ای را انتخاب کنید که از آب راکد دور باشد.

اگر به مناطق آلوده سفر کردید یا کسی در خانه شما به تب دانگی مبتلا شده، برای پیشگیری ؛ مراقب نیش زدن پشه ها باشید.



مراقبت از مبتلایان به تب دنگی در منزل امکان‌پذیر است؟

توصیه‌های مراقبتی در منزل

- استراحت کافی و مداوم در منزل
- نوشیدن مایعات کافی (شیر، آب میوه، ORS و لعاب برنج)
- نگه داشتن دمای بدن زیر ۳۹ درجه
- مصرف استامینوفن
- پاشویه و دوش با آب ولرم

علائم هشدار دهنده

- حالت تهوع و استفراغ خون
- وجود خون در ادرار
- مشکل خونریزی بینی یا خونریزی لثه
- دشواری در تنفس
- کم‌آبی بدن
- کاهش پلاکت خون

منابع:

دستورالعمل کشوری معاونت درمان در کنترل بیماری تب دنگی

جهت رویت پمفلت های بیشتر به سایت بیمارستان امیرالمومنین مراجعه کنید.

https://amirhos.semums.ac.ir

مرکز آموزشی پژوهشی درمانی امیرالمومنین سمنان
واحد کنترل عفونت و آموزش و ارتقاء سلامت

تب دانگی

تب دنگی چیست؟

کد پمفلت: ATF347/01/05.05
تاریخ تهیه: ۱۴۰۵
تایید کننده علمی: آقای دکتر مرتضی رضایی

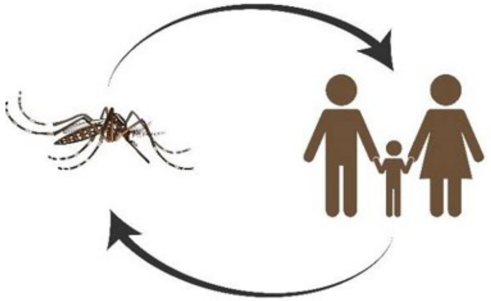
این بیماری با نام‌های دیگری همچون »تب دنگی« و »تب استخوان شکن« هم شناخته می‌شود و عامل انتشار آن پشه آئدس است. این بیماری معمولا در مناطق گرمسیری و نیمه گرمسیری بیشتر دیده می شود.

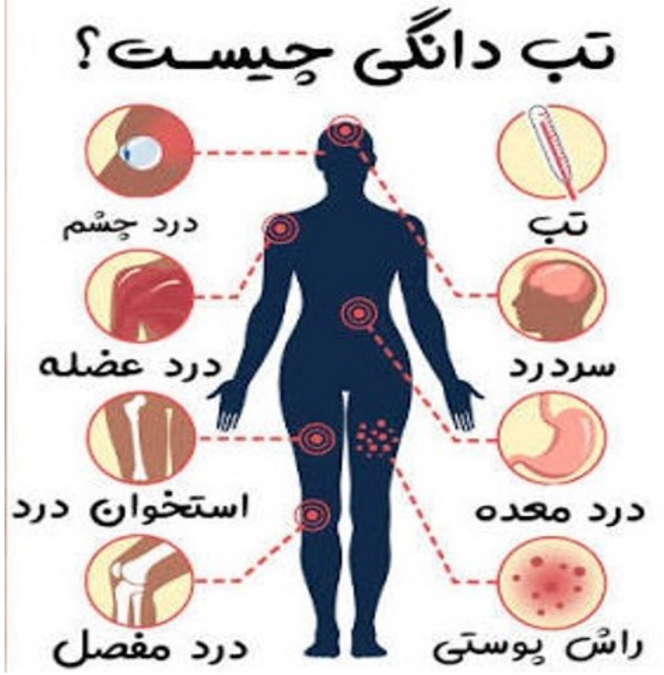
بیماری دنگی خفیف، باعث تب شدید و علائم شبیه آنفولانزا می‌شود. ولی در موارد شدیدتر می‌تواند خطرناک باشد و زندگی فرد را تهدید کند.

روش انتقال تب دانگی

ویروس از پشه آلوده به انسان منتقل می‌شود.

یک پشه، فردی که به ویروس دنگی آلوده است را نیش میزند و به این ترتیب پشه آلوده به ویروس می شود و ویروس در بدن پشه تکثیر می شود و وقتی پشه شخص دیگری را نیش بزند، ویروس به نفر دوم منتقل می‌شود.





علائم تب دانگی شدید

فرد مبتلا به تب خونریزی دهنده دانگ ممکن است موارد زیر را تجربه کند:

خونریزی از دهان، لثه یا بینی ، پوست نرم

آسیب به سیستم لنفاوی و رگ‌های خونی

خونریزی داخلی، که می‌تواند منجر به استفراغ سیاه و مدفوع خونی شود

افت پلاکت

لکه‌های خونی کوچک در زیر پوست

نبض ضعیف

اعتقاد بر این است که افراد با سیستم ایمنی ضعیف و افرادی که برای بار دوم مبتلا می‌شوند، بیشتر در معرض خطر ابتلا به تب خونریزی دهنده دانگ هستند.

راههای پیشگیری از تب دانگی

بهترین راه پیشگیری از بیماری دانگ، جلوگیری از گزش توسط پشه‌های آلوده است. به‌ویژه اگر در منطقه گرمسیری زندگی می‌کنید یا به آن‌جا سفر کرده‌اید، این موضوع اهمیت بیشتری دارد. پیشگیری از گزش پشه‌ها و کنترل جمعیت آن‌ها، روش اصلی جلوگیری از شیوع تب دنگی است.

حتما از تهویه مطبوع استفاده کنید.

حتی در داخل منزل هم از مواد دافع پشه استفاده کنید.

هنگام بیرون بودن از پیراهن‌های آستین بلند و شلوارهای بلند که در جوراب‌ها فرو رفته‌اند، استفاده کنید.

اطمینان حاصل کنید که توری پنجره و درب بدون سوراخ هستند.

اگر تهویه هوای مناسبی وجود ندارد، حتما از پشه بند استفاده کنید.

برای کاهش جمعیت پشه‌ها، باید مکان‌هایی که در آن پشه‌ها تولید مثل می‌کنند را از بین ببرید. این‌ها شامل لاستیک‌های قدیمی، قوطی یا گلدان‌هایی هستند که باران را جمع می‌کنند. آب حمام پرندگان و ظروف آب حیوانات خانگی را به طور منظم عوض کنید.

پرده‌های درب و پنجره را طوری قرار دهید که از ورود پشه‌ها به داخل جلوگیری کنند.

اگر پشه در منطقه شما زیاد است حتما از پشه بند استفاده کنید