



تاریخ
۱۰
آبان
۱۴۰۰
دوشنبه

هر شماره؛معرفی یک بیماری و پیشگیری و درمان آن

این شماره: بیماری آبله مرغان

آبله مرغان چیست؟

دکتر بهروز باریک بین

این ویروس بسیار مسری است و با یکی از دو روش زیر به این بیماری مبتلا خواهید شد:

تنفس قطرات تنفسی یک فرد عفونی و مبتلا به آبله مرغان (مثلا در صورت عطسه یا سرفه کردن)

لمس بثورات فردی که آبله مرغان فعال دارد یا زونا در او بروز کرده است

درمان آبله مرغان

اگر شما یا کودک شما در نهایت به آبله مرغان مبتلا شدید، درمان الزامی نیست؛ مخصوصا وقتی که به مواد خفیف آبله مرغان مبتلا شده باشید.

با این حال، مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری توصیه می کند در صورتی که جزو گروه های زیر هستید و احتمال شدید بودن ابتلا بیشتر است، حتما به مراقبت پزشکی نیاز دارید:

اگر باردار هستید

نقص سیستم ایمنی دارید



سن کودک شما کمتر از یک سال است

بیشتر از ۱۲ سال سن دارید؛ زیرا آبله مرغان در افراد بزرگسال می تواند شدیدتر خودش را نشان دهد.

حتی اگر در خطر ابتلا به آبله مرغان نباشید، اما تب بالایی داشته باشید که بیش از ۴ روز طول بکشد، استفراغ کنید، به سختی راه بروید، مشکل در تنفس داشته یا بثورات پوستی روی بدن شما ظاهر شده که از آنها مایعاتی نشت می کند، فوراً باید به پزشک مراجعه کنید.

داروهای آبله مرغان

در موارد شدید، داروهای ضدویروسی که ویروس واریسلا زوستر را هدف قرار داده و از بین می برند توسط پزشک تجویز می شود. برخی از انواع داروها عبارت اند از:

آسیکلوویر

والاسیکلوویر

فامسیکلوویر

علاوه بر تجویز داروهای ویروسی، مراقبت ها و درمان های خانگی وجود دارد که شما می توانید برای کاهش ناراحتی خود استفاده کنید. این درمان ها عبارت اند از:

اعمال لوسیون کالامین روی بثورات پوستی

حمام آب ولرم با جوی دوسر یا جوش شیرین که می تواند خارش بثورات را کاهش دهد.

مصرف داروهای آنتی هیستامین مانند بنادریل

مصرف استامینوفن (تایلنول) برای کاهش درد و از بین بردن تب

در ضمن، شما در زمان ابتلا به آبله مرغان نباید داروهایی را مصرف کنید که حاوی اسپرین هستند زیرا ممکن است شما را در معرض خطر ابتلا به سندروم ری قرار بگیرد که می تواند مشکلات کبدی در شما ایجاد کند.

روش‌های درمان خانگی آبله مرغان کدامند؟



دقیقه با این محلول خیس کنید.

۵. سرکهٔ قهوه‌ای

یکی از راه‌حل‌های مؤثر برای درمان آبله مرغان استفاده از سرکه‌ی قهوه‌ای است. این روش درمانی خارش پوست را از بین می‌برد و به بهبود زخم‌ها و جلوگیری از ایجاد جای زخم کمک می‌کند. نصف فنجان سرکه‌ی قهوه‌ای را به آب ولرم درون وان حمام اضافه کنید و حدود ۱۰ الی ۱۵ دقیقه درون این محلول حمام کنید.

۶. عسل

عسل در بهبود خارش و التیام جوش‌های ناشی از آبله مرغان مؤثر است. عسلی طبیعی و باکیفیت تهیه کنید و روی قسمت‌هایی از بدن‌تان که جوش و تاول دارد، بمالید. این کار را تا زمانی که زخم‌ها از بین بروند روزی ۲ تا ۳ بار تکرار کنید.

۷. دمنوش‌های گیاهی

برای درمان آبله مرغان می‌توانید از انواع دمنوش های گیاهی ملایم و آرام‌بخش مانند دمنوش بابونه، ریحان مقدس، گل همیشه بهار و بادرنجبویه استفاده کنید.

یک قاشق غذاخوری از هریک از این گیاهان را داخل یک فنجان آب جوش بریزید، بگذارید چند دقیقه دم بکشد و سپس از صافی رد کنید. مقدار بسیار کمی دارچین، عسل و آب لیمو ترش به آن اضافه و نوش جان کنید. این چای گیاهی را تا زمانی که بهبودی کامل حاصل نشده است، روزی چند بار استفاده کنید.

صفحه
۶
شماره
۳۲۰۹
سال
بیست و هفتم

سلامت



علائم آبله‌مرغان را بهتر بشناسیم!

دکتر عبیدی



آبله مرغان یک بیماری نسبتاً شایع در کودکان است. البته بزرگسالان هم به آن دچار می‌شوند و نشانه‌های آبله مرغان در آن‌ها شدیدتر است. این بیماری ویروسی است و شدیداً واگیر دارد.

در بیشتر موارد آبله مرغان عفونتی است که فقط یک بار و به طور معمول در کودکی یا نوجوانی فرد را مبتلا می‌کند، اما این امر صددرصد نیست. امکان بسیار کمی وجود دارد که برخی از افراد در بزرگسالی یک بار دیگر آبله مرغان را تجربه کنند که البته شاید این بار کمی متفاوت باشد.

همچنین برخی از افراد ممکن است در دوره کودکی آبله مرغان نگرفته باشند یا واکسن آن را دریافت نکرده باشند، در این صورت شاید در دوره بزرگسالی به آبله مرغان دچار شوند. احتمال اینکه این عفونت ویروسی در بزرگسالی با عوارض جدی همراه باشد، بیشتر است.

آبله مرغان چیست؟

این بیماری که علت بروز آن، ویروس «واریسلا زوستر» است، دانه‌های قرمزی روی پوست ایجاد می‌کند که ممکن است تعدادشان به ۵۰۰ عدد هم برسد. این بیماری معمولاً خفیف است و بهبود پیدا می‌کند، اما در مواردی نادر ممکن است مشکلاتی در بدن ایجاد کند که حتی منجر به مرگ بیمار بشود.

از زمانی که واکسن آبله مرغان ساخته شد، شیوع این بیماری بسیار کمتر شد. اما تا قبل از آن در آمریکا سالانه ۱۱۰۰۰ نفر از مبتلایان آبله مرغان به بیمارستان مراجعه می‌کردند و ۱۰۰ نفر از این بیماری جانشان را از دست می‌دادند.

علائم آبله‌مرغان را بهتر بشناسیم!

از زمانی که در معرض ویروس قرار می‌گیریم، به مدت ۱۰-۱۲ روز طول می‌کشد تا اولین نشانه‌های آبله مرغان ظاهر شود. این بیماری به‌طور متوسط بین ۵-۱۰ روز طول می‌کشد، که در این زمان بیمار نیاز به استراحت و مراقبت دارد. رایج‌ترین نشانه‌های آبله مرغان موارد زیر هستند:

دانه‌های قرمز که اول روی سر و بدن ظاهر می‌شوند و بعداً به صورت، دست‌ها و پاها هم می‌رسند. تعداد این دانه‌ها بین ۲۰۰ تا ۵۰۰ عدد است که خارش شدیدی در پوست ایجاد می‌کنند.

تب

سرفه کردن

بدخلقی و بی‌حوصلگی

سر درد

بی‌اشتهایی

معمولاً آبله مرغان به‌راحتی از علائم‌اش مشخص می‌شود. در بعضی موارد نادر برای تشخیص در نوزادان و کودکان نیاز به آزمایش است.

علائم آبله مرغان در بزرگسالی

اگرچه علائم آبله‌مرغان در بزرگسالی بسیار شبیه علائم آن در کودکان است، اما انتظار می‌رود شدت علائم در بزرگسالان بیشتر باشد. علائم آبله‌مرغان در بزرگسالان عبارتند از:

تب، بدن درد و سردرد که شاید یکی دو روز پیش از بروز دانه‌های پوستی آغاز شوند.

دانه‌های قرمز پوستی که کم‌کم به تاول‌های خارش‌دار بدل می‌شوند. این دانه‌ها به طور معمول ابتدا روی بدن، سر و صورت دیده می‌شوند و سپس در دست و پا ظاهر می‌گردند.

در صورت آسیب دیدن این دانه‌ها به دنبال خاراندن شدید، رد آنها روی پوست باقی می‌ماند. اگر با خارش به تاول‌ها آسیب نزیم، خودبه‌خود خشک می‌شوند و روی آنها دلمه‌هایی پدیدار می‌گردد و در نهایت ترمیم صورت می‌پذیرد.علائم آبله مرغان در بزرگسالی

عوارض آبله مرغان

این بیماری در بسیاری از موارد عوارض ندارد، اما در بعضی از موارد باعث آلودگی باکتریایی بعضی از نواحی بدن مثل پوست، استخوان، شش، مفاصل و خون می‌شود. در بعضی از موارد بسیار نادر این ویروس مغز را آلوده می‌کند. درست است که این موارد نادر هستند، اما خطرات جدی را به دنبال دارند.

در بزرگسالان عوارض آبله‌مرغان به دو دلیل رخ می‌دهد:

انتشار ویروس در بدن و درگیر کردن سایر اعضای بدن با عفونت ویروسی

اضافه شدن یک عفونت باکتریایی به عفونت آبله‌مرغان
هر دو دلیل بالا ممکن است در بزرگسالان باعث بروز عوارض زیر شوند:

عفونت باکتریایی در پوست، بافت نرم، استخوان‌ها، مفاصل یا جریان داشتن باکتری‌ها در خون (که به آن سپسیس هم گفته می‌شود)
ذات‌الریه

عفونت بافت مغز (که به آن انسفالیت هم می‌گوییم)

سندروم شوک سمی (سندروم شوک توکسیک که یک وضعیت ناگهانی و بالقوه کشنده است که با آزادسازی مقدار زیادی از سموم میکروب در بدن رخ می‌دهد)

آبله مرغان چگونه منتقل می‌شود؟

سرایت ویروس آبله‌مرغان از دو راه ممکن است رخ دهد:

تماس با ترشحات دانه‌های پوستی آبله مرغان

استنشاق ریزقطرات تنفسی حاصل از سرفه یا عطسه فرد مبتلا به آبله مرغان

افرادی که به هر علت دستگاه ایمنی ضعیف‌تری دارند، مانند کسانی که داروهای سرکوبگر ایمنی دریافت می‌کنند یا تحت شیمی‌درمانی هستند در صورت ابتلا به آبله‌مرغان در بزرگسالی، در معرض احتمال بالاتر بروز عوارض جدی هستند؛ در نتیجه در فصل بروز آبله مرغان بیشتر باید مراقب خود باشند.

پیشگیری از آبله مرغان

کسی که تا به حال یک‌بار به آبله‌مرغان مبتلا شده باشد، به‌احتمال نزدیک به صد در صد دیگر مبتلا نخواهد شد. اما برای افرادی که مبتلا نشده‌اند، واکسن آبله‌مرغان یکی از روش‌های موثر برای پیشگیری از ابتلا است. واکسن آبله مرغان در واقع نسخه‌ی ضعیف‌شده‌ی ویروس است. ویروس آبله مرغان در آزمایشگاه اصلاح یا تضعیف می‌شود. بدن در مقابل ویروس ضعیف شده قرار می‌گیرد و سیستم ایمنی در برابر ویروس مقاوم می‌شود.

بیش از ۹۹ درصد کودکان با واکسنیاسیون، در مقابل آبله مرغان مقاوم می‌شوند. در بزرگسالان تزریق اول واکسن احتمال ابتلا به بیماری را تا ۷۸ درصد کاهش می‌دهد و این عدد در تزریق دوم به ۹۹ درصد می‌رسد. دو درصد از کودکان واکسنه شده، به آبله مرغان مبتلا می‌شوند. اما نشانه‌های آبله مرغان در آنها خفیف است و بیماری زودتر خوب می‌شود. بسیاری از پدرها و مادرها سعی می‌کنند کودک خود را در معرض آبله مرغان قرار بدهند تا بیماری را بگیرد و در بزرگسالی نسبت به آن مقاوم باشد. اما خوب است بدانید دریافت واکسن آبله مرغان بهتر از این است که یک‌بار به آن مبتلا شویم.

چه کسانی می‌توانند از واکسن آبله مرغان استفاده کنند؟

همه‌ی کودکان زیر ۱۳ سال باید یک بار در حدود ۱۲-۱۵ ماهگی و یک بار بین ۴-۶ سالگی واکسنه شوند.

همه‌ی افراد بالای ۱۳ سالی که تا به حال به آبله مرغان مبتلا نشده‌اند باید دو بار به فاصله ۴-۸ هفته واکسنه شوند.

اگر واکسن دریافت نکرده‌اید و در معرض ویروس قرار گرفته‌اید، واکسنه شدن تا ۷۲ ساعت بعد از مواجهه با ویروس می‌تواند موثر واقع شود و از ابتلا به بیماری جلوگیری کند.

چه کسانی نباید از واکسن آبله مرغان استفاده کنند؟

کسانی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند.

کسانی که به ژلاتین و آنتی‌بیوتیک آلرژی شدید دارند.

کسانی که نسبت به تزریق واکسن اول آلرژی نشان داده‌اند نباید دوز دوم را مصرف کنند.

زنانی که باردار هستند یا می‌خواهند باردار شوند. (اگرچه بهتر است قبل از بارداری فرد واکسن را بزند تا در دوران بارداری به آبله مرغان دچار نشود.)

درمان آبله مرغان

در اکثر موارد، درمان آبله مرغان پیچیدگی خاصی ندارد. استراحت کردن، نوشیدن مایعات زیاد و استفاده از داروهایی که تب را پایین می‌آورند، به درمان آبله مرغان کمک می‌کند. در مواردی که آبله مرغان شدید باشد دکتر داروهای ضدویروسی تجویز می‌کند. برای کنترل تب به معمولاً از استامینوفن استفاده می‌شود.

درمان آبله مرغان در بزرگسالی

اگرچه درمان آبله مرغان در بزرگسالی بسیار شبیه درمان آن در کودکی است، اما شاید اهمیت بیشتری داشته باشد که بزرگسالان مبتلا به آبله مرغان با پزشک متخصص داخلی یا بیماری‌های عفونی مشورت کنند.

شاید با توجه به احتمال بیشتر عوارض جدی آبله مرغان در بزرگسالی، درمان دارویی با داروهای ضدویروس نقش پررنگ‌تری در مداوای بزرگسالان مبتلا به آبله مرغان داشته باشد.

در کل بیماری آبله مرغان دیگر جای نگرانی ندارد و در اکثر موارد با واکسنیاسیون پیشگیری می‌شود. در بدن کسانی که به آبله مرغان مبتلا می‌شوند، بعد از پایان بیماری ویروس باقی می‌ماند و طی سال‌ها یا حتی دهه‌ها بعد ممکن است خود را به صورت بیماری زونا نشان ب دهد.

تفاوت بین آلرژی ، آبله مرغان و سرخک

انواع آزمایش خون برای تشخیص آلرژی

آزمایش های خون آلرژی میزان آنتی بادی های خاص آلرژن را در خون شناسایی و اندازه گیری می کنند. هنگامی که با یک محرک آلرژی تماس می گیرید ، که به عنوان آلرژن شناخته می شود ، بدن شما آنتی بادی علیه آن ایجاد می کند.

آزمایش آنتی بادی چیست؟

آنتی بادی ها به سلول های بدن می گویند برخی مواد شیمیایی را آزاد کنند. این مواد شیمیایی همان چیزی هستند که علائم آلرژی را ایجاد می کنند.ایمونوگلوبولین آنتی بادی است که به شدت با پاسخ آلرژی بدن مرتبط است.آزمایش خون آلرژی معمولاً حداقل ۱۰ مورد از عوامل شایع آلرژی از جمله گرد و غبار ، شوره حیوانات خانگی ، درختان علف های هرز و کپک های مربوط به محل زندگی شما را غربال می کند. همچنین به ویژه در تشخیص آلرژی غذایی بسیار مفید هستند.