

تمام حقایق درباره‌ی پشه آئدس و تب دنگی از زبان سازمان بهداشت جهانی



• تب دنگی چیست؟

دنگی، یا تب استخوان شکن، یک عفونت ویروسی است که از پشه‌ها به انسان سرایت می‌کند و بیشتر در مناطقی با آب‌وهوای گرمسیری و نیمه گرمسیری دیده می‌شود. اغلب افرادی که به این عفونت مبتلا می‌شوند علائمی ندارند اما در بعضی از افراد علائمی مثل تب بالا، سردرد، بدن درد، حالت تهوع و بثورات جلدی دیده می‌شود.

جالب است بدانید که تمام این علائم در عرض یک تا ۲ هفته بهتر می‌شوند و فقط تعداد کمی از افراد مبتلا به تب دنگی نیاز به دریافت مراقبت‌های ویژه در بیمارستان دارند. البته این نکته را هم باید بدانید که اگر عفونت شدید باشد می‌تواند به مرگ ختم شود. بهترین روش پیشگیری از ابتلا هم اجتناب از گزیدگی توسط پشه است.

در حال حاضر تنها دارویی که برای مبتلایان به این تب تجویز می‌شود داروهای ضد درد است چون هنوز درمان خاصی برای آن پیدا نشده است.

معرفی کامل پشه آئدس

خانواده‌ی پشه‌های آئدس انواع گوناگونی دارند اما دو گونه‌ی «آئدس آلبوپیکتوس» و «آئدس اجیپتی» مسئول انتقال ویروس‌های خانواده‌ی فلاوی ویرید هستند. انتقال تب دنگی بیشتر توسط آئدس اجیپتی صورت می‌گیرد و همین گونه در ایران هم بیشتر شناسایی شده است. خوانخوااری این گونه فقط از انسان صورت می‌گیرد پشه‌های آئدس از نظر شکل شناسی متمایز هستند، زیرا علائم سیاه و سفید قابل توجهی روی بدن و پاهای خود دارند. برخلاف اکثر پشه‌ها، آن‌ها فقط در طول روز نیش می‌زنند و اوج گزش در اوایل صبح و عصر قبل از غروب است.

از دیگر مناطق مورد علاقه برای زندگی و تخم‌ریزی این پشه ظرف‌های آب داخل و اطراف محیط زندگی انسان‌ها، پلاستیک‌های استفاده شده و رها شده در معابر یا طبیعت و ظروف یک‌بار مصرف استفاده شده و رها شده در معابر و طبیعت است. با جمع شدن مقدار کمی آب در این پلاستیک‌ها، پشه به سرعت کار تخم‌ریزی را انجام می‌دهد و در زمان بسیار کوتاهی رشد پشه‌ی آئدس در آن منطقه از کنترل خارج می‌شود.

راه‌های انتقال تب دنگی

ویروس دنگی از طریق پشه به انسان منتقل می‌شود اما روش‌های انتقال بین انسان و پشه به شکل‌های گوناگونی پیش می‌آید که در این بخش آن‌ها را بررسی می‌کنیم.

۱. انتقال از طریق نیش پشه

ویروس دنگی از طریق نیشه پشه‌های ماده‌ی آلوده به انسان منتقل می‌شود. این انتقال بیشتر از طریق گونه‌ی آئدس اجیپتی انجام می‌شود.

۲. انتقال از انسان به پشه

وقتی پشه‌ی آئدس از خون یک فرد آلوده به دنگی تغذیه کند، ویروس وارد بدن او می‌شود. وقتی پشه‌ی آلوده شده فرد دیگری را نیش بزند، به راحتی این ویروس به بدن فرد جدید منتقل می‌شود.

۳. انتقال از مادر به فرزند

اصلی ترین روش انتقال ویروس دنگی از پشه به انسان است اما در مواردی مشاهده شده است وقتی پشه‌ی آلوده یک مادر باردار را نیش می‌زند، ویروس از مادر به جنین منتقل می‌شود. زایمان زودرس، وزن کم و ناراحتی جنین از عوارض ابتلای جنین به دنگی است.

۴. سایر حالت‌ها

موارد نادری از انتقال این ویروس از طریق فرآورده‌های خونی، اهدای عضو و انتقال خون ثبت شده است.

علائم تب دنگی

اغلب افرادی که به این عفونت مبتلا می‌شوند بدون علائم یا با علائم خفیف هستند و در عرض یک تا ۲ هفته بهبود پیدا می‌کنند. تب دنگی به ندرت به صورت شدید بروز پیدا می‌کند و باعث مرگ می‌شود. علائم معمولاً ۲ تا ۸ روز بعد از نیش پشه‌ی آلوده شروع و ۲ تا ۷ روز هم طول می‌کشند.

افرادی که برای بار دوم به این ویروس آلوده می‌شوند بیشتر در معرض خطر دنگی شدید هستند.

علائم می‌توانند شامل یک یا چند مورد از لیست زیر باشند:

- تب بالا (۴۰ درجه‌ی سانتیگراد)
- سردرد شدید
- درد پشت چشم
- دردهای عضلانی و مفاصل
- حالت تهوع
- استفراغ
- تورم غدد
- کھیر

علائم شدید دنگی که معمولاً با از بین رفتن تب ظاهر می‌شوند:

- درد شدید شکم
- استفراغ مداوم
- تنفس سریع و پی‌درپی
- خونریزی لته یا بینی
- خستگی
- بی‌قراری
- وجود خون در استفراغ یا مدفوع
- تشنگی بسیار زیاد
- پوست رنگ پریده و سرد
- احساس ضعف

افراد مبتلا به علائم شدید باید به سرعت تحت مراقبت‌های ویژه‌ی پزشکی قرار بگیرند. وجود احساس خستگی تا چند هفته بعد از بهبود کاملاً طبیعی است.

روش‌های تشخیص و درمان تب دنگی

قبل از هر چیز باید بدانید که هیچ درمان خاصی برای دنگی وجود ندارد و تمرکز روی درمان علائم درد است. اغلب موارد تب دنگی را می‌توان در خانه و با داروهای مسکن درمان کرد. البته این به معنای عدم مراجعه به مراکز پزشکی نیست. استفاده از داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی مثل ایبوپروفن و آسپرین در این فرآیند ممنوع است چون خطر خونریزی را افزایش می‌دهد. در عوض استامینوفن (پاراستامول) بهترین داروی ضد درد در این بیماری است که توسط متخصص تجویز می‌شود. موارد شدید ابتلا به این عفونت نیاز به بستری در بیمارستان دارند.

راه‌های جلوگیری از ابتلا به تب دنگی

تنها راه جلوگیری از ابتلا به دنگی کنترل حشرات محیط زندگی و جلوگیری از گزیده شدن توسط پشه است. برای پاکسازی محیط از پشه‌ی آندس و به حداقل رساندن احتمال گزیده شدن توسط آن، می‌توانید از روش‌های زیر استفاده کنید:

- تمام پنجره‌ها و درهای ورودی را با توری سالم و بدون پارگی بپوشانید.

- هیچ پلاستیک و ظرف یکبار مصرفی در اطراف محل زندگی تان رها نکنید و اگر مورد مشاهده کردید حتما جمع آوری کنید. چون پشه‌ها در این مکان‌ها تخم‌ریزی می‌کنند.
- تمام ظرف‌های آبی که در محیط باز وجود دارند را خالی و خشک کنید.
- تمام چاله‌ها و مکان‌هایی که در اطراف خانه‌تان پر از آب می‌شوند را خشک و تمیز کنید.
- اگر در خانه‌های حیاط‌دار یا در باغ و محیط‌های طبیعی زندگی می‌کنید حتما به صورت دوره‌ای محیط را سمپاشی کنید.
- تمام زیر گلدانی‌ها را خالی و خشک نگه دارید و به صورت دوره‌ای بشویید.
- اگر قصد دارید در فضای باز، مثل تراس یا حیاط، بخوابید حتما از پشه‌بند استفاده کنید.
- بهتر است روی محل خواب فرزندان خود را با پشه‌بند ببوشانید، حتی اگر در خانه می‌خوابند.
- از قرص پشه‌کش استفاده کنید.
- از دستگاه‌های دورکننده‌ی حشرات استفاده کنید.
- با توجه به اینکه پشه‌ی آندس به رنگ‌های تیره جذب می‌شود، بیرون از خانه لباس‌های نخی و گشاد به رنگ روشن بپوشید.
- سعی کنید از لباس‌های بلند استفاده کنید تا بدن شما را کاملا ببوشانند.
- حتما از اسپری‌ها و قلم‌های ضد گزیدگی حشرات و دافع حشرات روی پوست خود بزنید. مخصوصا وقتی در فضای باز در حال تردد هستید.
- حتما محیط داخلی خانه را تمیز نگه دارید و جلوی مرطوب شدن گوشه و کنار خانه را بگیرید.
- از برگه‌ها و کارت‌های جذب کننده‌ی حشرات در بالکن، حیاط و ورودی‌های خانه استفاده کنید.
- تمام فیلترها و مجاری هوای فن کوئل، اسپلت و کولر را تمیز و سمپاشی کنید. سپس تمام ورودی‌های هوا به مجاری انتقال هوای این دستگاه‌ها را با توری مناسب ببوشانید تا از ورود پشه‌ها به این مجاری جلوگیری شود. در صورت ورود پشه‌ها به این مجاری به سرعت تخم‌گذاری انجام می‌شود و در زمان کوتاهی با جمعیت زیادی از این پشه‌ها روبه‌رو خواهید شد.
- زباله‌ها را به صورت مناسب از خانه خارج کنید. حتما باید زباله‌ها در کیسه‌های خشک و در بسته قرار بگیرند و در سطل زباله‌ی مخصوص (سطل‌های شهرداری) قرار داده شوند.
- سطل‌های زباله را پس از هر بار تخلیه خوب بشویید و خشک کنید، سپس در آن کیسه‌ی زباله قرار دهید.
- مایعات زیاد بنوشید تا بدن شما همیشه در بهترین حالت برای مبارزه‌ی احتمالی با ویروس‌ها باشد.
- می‌توان لباس، تور و چادر را با پرمترین ۵ صدم درصد سمپاشی کرد.

- آبخوری پرندگان و ظروف آب حیوانات خانگی را به طور منظم عوض کنید.

معرفی ابزارهای موثر در دور کردن پشه

همانطور که قبل تر اشاره کردیم اولین راه برای جلوگیری از ورود پشه به خانه، نصب توری روی ورودی‌های خانه، مثل پنجره‌ها و در حیات، است. با نصب توری و جلوگیری از ایجاد پارگی در آن می‌توانید به شکل موثری جلوی ورود حشرات به خانه را بگیرید.

استفاده از پشه‌بند در زمان خواب قدم دوم برای جلوگیری از گزیدگی توسط پشه است. اگر در فصل تابستان عادت دارید در فضای باز بخوابید حتما از پشه‌بند استفاده کنید. همچنین بهتر است نوزادان و کودکان در خانه هم زیر پشه‌بند بخوابند.

استفاده از محصولات شیمیایی دورکننده‌ی حشرات راه بعدی برای نابود کردن و دور نگه داشتن پشه‌ها از خانه است. اسپری‌های حشره کش، قرص‌های حشره کش و محلول‌های ضد حشره از گزینه‌های مناسب برای این کار است. همچنین نصب کارت‌های جذب کننده‌ی حشرات در ورودی‌های خانه، گلدان‌هایی که در فضای باز قرار دارند و همچنین باغچه می‌تواند روش مناسبی برای به دام انداختن حشرات قبل از ورود به خانه باشد.

اگر به قرص پشه کش و دستگاه مخصوص آن دسترسی ندارید یا نگران تاثیر گذاشتن مواد شیمیایی موجود در قرص‌ها و اسپری‌ها هستید، می‌توانید از دستگاه‌های دور کننده‌ی حشرات استفاده کنید. این دستگاه‌ها با برق کار می‌کنند و با انتشار امواجی خاص، حشرات را از محدوده‌ی خود دور می‌کنند.

وقتی در فضای باز هستید می‌توانید با پوشیدن لباس‌های روشن، گشاد و بلند از گزیدگی توسط حشرات جلوگیری کنید. همچنین استفاده از اسپری‌ها، قلم‌ها و لوسیون‌های ضد گزیدگی و ضد حشرات احتمال گزیده شدن توسط پشه را به صفر برسانید.

تب دنگی یکی از بیماری‌هایی است که این روزها در جهان مورد توجه قرار گرفت است. ویروسی که عامل ایجاد این عفونت است از طریق پشه آئدس منتقل می‌شود اما انتقال آن از انسان به انسان غیرممکن است. این تب از حالت بدون علائم تا بروز علائم شدید و ایجاد مرگ می‌تواند در افراد بروز کند. البته موارد ابتلای شدید بسیار کم است اما به هر حال نباید رعایت اصول بهداشتی و جلوگیری از رشد پشه‌ها در اطراف محل سکونت را فراموش کنید.

واکسن در موارد تکرار شونده برای جلوگیری از خونریزی

از مارس ۲۰۲۴، دو واکسن برای محافظت در برابر عفونت دنگی وجود دارد به نام‌های دنگواکسیا (Dengvaxia) و قدنگا (Qdenga) و از سال ۲۰۱۵ در دسترس قرار گرفت و برای استفاده در ایالات متحده، اتحادیه اروپا و در برخی از کشورهای آسیایی و آمریکای لاتین تأیید شده است. این یک ویروس ضعیف شده است، برای افراد ۶ تا ۴۵ ساله مناسب است و در برابر هر چهار سروتیپ دنگی محافظت می‌کند. با توجه به نگرانی‌های ایمنی در مورد افزایش وابسته به آنتی‌بادی (ADE)، این دارو فقط باید به افرادی داده شود که قبلاً به دنگی مبتلا شده‌اند تا از عفونت مجدد محافظت شوند. این دارو به صورت زیر جلدی در سه دوز در فواصل شش ماهه تجویز می‌شود.



تدوین توسط واحد تحقیق و توسعه معاونت غذا و داروی گیلان