



بیماری‌های آب‌برد در بریتیش کلمبیا Water-borne Infections in British Columbia

بیماری‌های آب‌برد چه بیماری‌هایی هستند؟

بیماری آب‌برد به هر نوع بیماری گفته می‌شود که به دلیل آب آشامیدنی آلوده به میکروب‌های خاص یا «بیماری‌زایان»، مانند باکتری‌ها، ویروس‌ها، یا انگل‌ها ایجاد شود. نمونه‌های این نوع بیماری عبارتند از ای‌کولای، کامپیلوباکتری، سالمونلا، ژرباریا و کریپتوسپورییدیوم.

بیماری‌های آب‌برد چگونه منتقل می‌شوند؟

بیماری‌های آب‌برد زمانی روی می‌دهند که مدفوع حیوانی یا انسانی که محتوی این بیماری‌زایان است وارد شبکه آب آشامیدنی شود. حیوانات آلوده می‌تواند شامل حیوانات خانگی، دام، ماکیان، یا حیوانات وحشی مانند سگ آبی، گوزن و جوندگان باشد.

فاضلاب حاوی مدفوع انسانی از محل دفن زباله، میدان‌های فاضلاب، لوله‌های فاضلاب، زباله‌های مسکونی/انسانی یا تأسیسات صنعتی نیز می‌تواند آب‌های سطحی مورد استفاده برای آشامیدن را آلوده کند. احتمال این رخداد زمانی بیشتر است که شبکه‌های عمومی و خصوصی آب آشامیدنی آب خود را از منابع آبی سطحی مانند دریاچه‌ها، جویبارها، رودها، چشمه‌ها، نهرها یا برکه‌ها تأمین می‌کنند.

فراگیر شدن (شیوع) به چه معنی است؟

وقتی تعداد زیادی از مردم به یک بیماری مبتلا شوند، به این حالت «فراگیر شدن یا شیوع» آن بیماری می‌گویند. شیوع می‌تواند زمانی رخ بدهد که منابع آب آشامیدنی به شکلی مناسب تصفیه نشوند یا زمانی که تانکرهای ذخیره‌ی آب یا مخازن به وسیله بیماری‌زایان آلوده شوند.

شناسایی موارد پراکنده‌ی بیماری‌های آب‌برد که خارج از شیوع رخ می‌دهد سخت است زیرا اکثر انواع بیماری‌های منتشر شده توسط آب قابل انتشار توسط غذا یا انتقال مستقیم از انسان یا حیوان هم می‌باشند.

نشانه‌های بیماری‌های آب‌برد چیست؟

اکثر افرادی که به یکی از انواع رایج بیماری‌های آب‌برد مبتلا می‌شوند اصلاً نشانه‌ای نخواهند داشت و احتمالاً حتی نخواهند فهمید که بیمار شده‌اند. در گذر زمان، پاتوژن داخل سیستم گوارش شما حرکت می‌کند و همراه مدفوع از بدن شما خارج می‌شود.

اگر بیمار شوید، حال شما بستگی به نوع آلودگی دارد. در بسیاری از بیماری‌های آب‌برد، شما 2 تا 10 روز پس از نوشیدن آب آلوده احساس بیماری خواهید کرد. ممکن است مبتلا به اسهال، گرفتگی معده، تهوع، استفراغ، و تب شوید. اگر تب دارید، غدد شما متورم است، یا تغییراتی در بینی‌ی خود دارید، به مراقبتگر بهداشتی خود مراجعه کنید.

چه کسانی بیشتر در معرض بیماری قرار دارند؟

افرادی که احتمال بیشتری در ابتلا به بیماری دارند عبارتند از:

- افراد دارای سیستم ایمنی تضعیف شده از قبیل افراد مبتلا به اچ‌آی‌وی / ایدز، افرادی که پیوند عضو یا مغز استخوان شده‌اند، یا تحت درمان برای سرطان بوده‌اند
- نوزادان و کودکان خردسال
- زنان باردار
- بزرگسالان سالمند
- افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن

افرادی که به بیماری‌های آب‌برد حساسیت شدید دارند ممکن است واکنش‌ها و عوارض حادی، از جمله مرگ، داشته باشند. اگر سیستم ایمنی تضعیف شده‌ای دارید و نگران کیفیت آب در محل خود هستید با ارائه دهنده خدمات بهداشتی خود مشورت کنید. ممکن است به شما گفته شود که آب آشامیدنی را بجوشانید یا سیستم تصفیه آب نصب کنید. برای آگاهی بیشتر از پرونده‌ی آگاهی‌رسانی [HealthLinkBC File #56](#) پیشگیری از بیماری‌های آب‌برد برای افراد دارای سیستم ایمنی ضعیف دیدن کنید.

اگرچه خطر ابتلا به توکسوپلاسموز از طریق آب آشامیدنی نسبتاً پایین است، این بیماری یک نگرانی برای زنان باردار می‌باشد. برای آگاهی بیشتر از [HealthLinkBC File #43](#) توکسوپلاسموز دیدن کنید.

اگر فکر کنم که مبتلا به بیماری آب‌برد شده‌ام باید چه کار کنم؟

در موارد زیر بی‌درنگ به مراقبتگر بهداشتی خود مراجعه کنید:

- بسیار ناخوش هستید
 - نشانه‌های شما طی چند روز از بین نمی‌روند
 - دارای سیستم ایمنی تضعیف شده هستید
- به واحد محلی بهداشت همگانی خود اطلاع دهید تا بتوانند منبع آلودگی را تشخیص داده و کنترل کنند.

چگونه می‌توانم از ابتلا به بیماری آب‌برد پیشگیری کنم؟

از دریاچه‌ها، جویبارها، نهرها، چشمه‌ها یا برکه‌هایی که ممکن است از طریق مدفوع حیوانات وحشی، خانگی یا انسان‌ها آلوده شده باشند مستقیماً آب ننوشید.

اگر در محل شما هشدار یا اطلاعیه‌ای در مورد جوشاندن آب وجود دارد یا درباره‌ی کیفیت آب در محل خود نگرانی دارید، از پرونده آگاهی‌رسانی زیر دیدن کنید: [HealthLinkBC File #49b](#) گندزدایی از آب آشامیدنی.

اگر درباره کیفیت آبی که می‌نوشید نگرانی دارید، با افسر بهداشت محیط خود تماس بگیرید. از وبسایت www2.gov.bc.ca/gov/topic.page?id=F220C3323A3B42D594A07A81947392BF دیدن کنید یا به شیوه‌های زیر با افسر اداره بهداشت تماس بگیرید:

- متصدی بهداشت اقوام اولیه 6500-693-604، تلفن رایگان راه دور 1 866 913-0033
- اداره بهداشت فریزر 604 587-4600
- اداره بهداشت اینتریور 250 862-4200
- اداره بهداشت آلیند 250 370-8699
- اداره بهداشت نورثرن 250 565-2649
- اداره بهداشت ونکوور کوستال 604 736-2033

چه کسی مسئول ایمنی آب آشامیدنی است؟

تأمین کننده محلی آب مسؤل فراهم کردن آب آشامیدنی سالم است. تأمین کننده آب شخص بنگاهی محلی است که مالک و اداره کننده سیستم آب آشامیدنی است و آب آشامیدنی سالم را ذخیره و عرضه می‌نماید.

تأمین کننده آب ممکن است دولت محلی یا منطقه‌ای شما باشد. تعداد زیادی شبکه‌ی کوچکتر آب آشامیدنی در بریتیش کلمبیا وجود دارد که تحت مالکیت خصوصی یا شرکت‌های آب است.

اگر شما مالک خانه‌ی خود هستید و منبع آب شخصی مانند چاه آب دارید، آنگاه شما تأمین کننده آب خود می‌باشید.

صرف نظر از اینکه تأمین کننده آب چه کسی می‌باشد، او باید این مسئولیت را بپذیرد که آب آشامیدنی را قبل از تحویل به مصرف کننده به شکلی مناسب تصفیه نماید. برای آگاهی بیشتر به پرونده [HealthLinkBC File #05b](http://www2.gov.bc.ca/gov/topic.page?id=F220C3323A3B42D594A07A81947392BF) آزمایش آب چاه رجوع کنید یا با مأمور بهداشت محیط محل خود تماس بگیرید.

تأمین کنندگان آب چگونه از من در برابر بیماری‌های آب‌برد محافظت می‌کنند؟

تأمین کنندگان آب با استفاده از گندزدایی اولیه اقدام به از بین بردن بیماری‌زایان از آب می‌کنند. روش‌های گندزدایی اولیه ممکن است شامل یک یا چند روش از موارد زیر بشود: فیلتر کردن، کلر زدن، اوزون، یا پرتو فرابنفش. پس از انجام گندزدایی اولیه، مقدار اندکی گندزدا به آب اضافه می‌شود که به آن گندزدایی ثانویه می‌گویند تا در مسیر عبور آب از درون سیستم توزیع از آن محافظت نماید.

آیا باید آب مصرفی خود را تصفیه کنم؟

در موارد زیر آب مصرفی خود را تصفیه کنید:

- در محل شما اطلاعیه «جوشاندن آب» صادر شده است
- شما آب آشامیدنی خود را مستقیماً از یک جویبار، رودخانه، دریاچه، نهر یا چاهی کم‌عمق یا ساخته شده به شکلی نامناسب دریافت می‌کنید یا چاه آب شما در معرض خطر پاتوژن قرار گرفته
- باشد نمونه‌هایی که از آب مصرفی شما برداشته شده حاوی «کلیفرم مدفوعی» یا باکتری/ویروس بوده است که نشان دهنده وجود مدفوع حیوانی یا انسانی می‌باشد. این علامتی برای نگرانی است زیرا بسیاری از بیماری‌زایان از طریق مدفوع منتشر می‌شوند
- سیل، زلزله یا حادثه‌ای دیگر موجب تخریب منبع آب در محل شما شده است
- به منطقه‌ای سفر می‌کنید که آب به خوبی تصفیه نمی‌شود یا از کیفیت آب آشامیدنی آنجا مطمئن نیستید
- شما دارای سیستم ایمنی تضعیف شده‌ای هستید. برای آگاهی بیشتر از پرونده‌ی آگاهی‌رسانی [HealthLinkBC File #56](http://www2.gov.bc.ca/gov/topic.page?id=F220C3323A3B42D594A07A81947392BF) پیشگیری از بیماری‌های آب برد برای افرادی دارای سیستم ایمنی ضعیف دیدن کنید.

جوشاندن آب بهترین راه برای از بین بردن باکتری، ویروس و انگل است. به طور کلی، آب باید حداقل به مدت 1 دقیقه جوشانده شود، و اگر شما در ارتفاعی بالاتر از 2000 متر هستید، این مدت باید به 2 دقیقه افزایش بیابد. برای آگاهی بیشتر از پرونده آگاهی‌رسانی زیر دیدن کنید: [HealthLinkBC File #49b](http://www2.gov.bc.ca/gov/topic.page?id=F220C3323A3B42D594A07A81947392BF) گندزدایی از آب آشامیدنی.



BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority

برای دیگر پرونده‌های آگاهی‌رسانی هلت‌لینک‌بی‌سی، از وبسایت www.HealthLinkBC.ca/healthfiles، یا واحد بهداشت همگانی محل خود دیدن کنید. برای دریافت اطلاعات و راهنمایی‌های بهداشتی غیر اورژانسی، از وبسایت www.HealthLinkBC.ca دیدن کنید یا با شماره 1-1-8 (به رایگان) تماس بگیرید. برای کمک به ناشنایان یا کم‌شنوایان، با 1-1-7 تماس بگیرید. در صورت درخواست، خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان ارائه می‌گردد.