



## گزیدگی کنه و بیماری Tick Bites and Disease

### کنه چیست؟

کنه‌ها حشرات کوچکی تقریباً به اندازه دانه کنگد هستند، که از خون تغذیه می‌کنند. گونه‌های مختلف کنه از انواع مختلفی از حیوانات تغذیه می‌کنند. گاهی اوقات، کنه به جای گزیدن حیوان، انسان را نیش می‌زند. هر چند در اکثر مواقع گزیدن کنه به بیماری نمی‌انجامد، اما در برخی موارد چنین می‌شود.

کنه‌ها در بین چمن‌های بلند و مناطق پردرخت زندگی می‌کنند. مشاهده‌ی آنها هنگامی که روی بدن فرد در حال مکیدن خون هستند آسان‌تر است. کنه‌ها به درون پوست نفوذ می‌کنند، نیش می‌زنند، خون تغذیه می‌کنند و سپس آن را رها می‌کنند. دهان کنه در زیر پوست، و قسمت عقب بدن در بیرون قرار می‌گیرد. معمولاً هنگامی که آنها پر از خون هستند، به رنگ آبی-خاکستری دیده می‌شوند. در این حال به آنها کنه پُر خورده گفته می‌شود.



کنه دایلم (اندازه واقعی تقریبی)



کنه بالغ ماده (اندازه واقعی تقریبی)

کنه بالغ ماده (تقریباً ده برابر اندازه واقعی)

### در صورت دیدن کنه روی پوستم چه باید بکنم؟

اگر روی پوست خود کنه مشاهده کردید، باید در اسرع وقت آن را از پوست خود بردارید. تمام بدن و لباس‌های خود را چک کنید. به دیدن یک کنه بسنده نکنید. ممکن است کنه‌های بیشتری وجود داشته باشند. مطمئن شوید که نور کافی دارید، که بتوانید همه کنه(ها) را ببینید. اگر دستتان به کنه نمی‌رسد یا نمی‌توانید آن را درست ببینید، از کسی بخواهید آن را از بدن شما بردارد یا اینکه نزد بهداشتگر بروید و از او بخواهید که آن را بردارد. اگر کودکان و حیوانات خانگی تان در محیطی بوده اند که کنه امکان زیست داشته، مطمئن شوید که آنها را هم بررسی کنید.

### چه زمانی باید برای برداشتن کنه به بهداشتگر مراجعه کرد

اگر کنه زیر پوست‌تان پنهان شده است، برای برداشتنش به بهداشتگر مراجعه کنید. این وضعیت وقتی پیش می‌آید که کنه چند ساعت یا حتی یک یا دو روز روی شما بوده است. وقتی کنه خود را عمیقاً درون پوست جا داده است، خیلی سخت است که بدون این که قسمت‌هایی از دهانش در بدن شما بماند، آن را بردارید. این قسمت‌ها ممکن است عفونت ایجاد کند.

### نحوه برداشتن کنه توسط خودتان

اگر خودتان می‌توانید کنه را بردارید، موارد زیر را رعایت کنید.

1. با موجین به آرامی کنه را در نزدیکترین قسمت به دهانش بگیرید. بدن کنه روی پوست شما قرار می‌گیرد. با دستان برهنه و مستقیماً به کنه دست نزنید. اگر امکان دارد، دستکش بپوشید.

2. کنه را مستقیم و در حالت پیوسته از پوست بیرون بکشید. کنه را فشار ندهید، چون این کار ممکن است سبب شود که محتویات شکم کنه درون زخم بریزد و احتمال عفونت را افزایش دهد. کنه را یک دفعه نکشید، پیچ ندهید و نچرخانید، چون ممکن است سبب جدا شدن سر از بدنش شود. بسیار مهم است که مطمئن شوید تمام بدن کنه، از جمله قسمت دهانی‌اش که زیر پوست تان قرار گرفته، بیرون کشیده شود.

3. پس از بیرون کشیدن کنه، جای آن را با آب و صابون تمیز کنید. همچنین می‌توانید از مقداری پماد آنتی بیوتیک استفاده کنید. دست‌های خود را پس از آن با آب و صابون بشویید.

کنه را نمی‌توانید با مالیدن روغن یا بنزین روی آن یا با نگاه داشتن کبریت یا سیگار روی آن در بیاورید. این کار نتیجه‌ای ندارد و ممکن است احتمال عفونت را افزایش دهد.

### پس از بیرون کشیدن کنه با آن چه کنید

اگر کنه زنده است، آن را در یک ظرف کوچک با در محکم (مانند ظرف جای قرص) بگذارید و یک گلوله پنبه مرطوب را کنارش قرار دهید تا زنده بماند.

از الکل یا هیچ مایع دیگری استفاده نکنید. ظرف حاوی کنه را می توان به مدت کوتاه در یخچال قرار داد. در اسرع وقت با بهداشتگر خود صحبت کنید که ببینید آیا می‌خواهند که کنه را برای آزمایش به مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا ببرید.

### چگونه می توانم از نیش کنه دوری کنم؟

با رعایت راهنمایی‌های زیر زمانی که در مناطق محل زندگی کنه‌ها هستید، می‌توانید از خود و خانواده خود در مقابل نیش کنه و سایر حشرات محافظت کنید:

- هنگام پیاده روی در چمن‌های بلند یا جنگل، در حد امکان در مسیرهای پاکسازی شده راه بروید.
- لباس رنگ روشن بپوشید، لباس بالاتنه را در شلوار و شلوار را در پوتین یا جوراب خود قرار دهید.
- به لباس و همه قسمت‌های برهنه پوست خود دفع کننده حشره حاوی DEET بزنید. بر اساس دستورالعمل روی ظرف، این کار را تکرار کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد دفع کننده‌های حشرات و DEET در وبسایت هلت‌لینک بی‌سی به این پرونده مراجعه کنید: [HealthLinkBC File #96 دفع کننده‌های حشرات و دی‌ای‌تی](#)
- هنگام ترک محلی که احتمال می‌دهید کنه داشته باشد، لباس و پوست سر خود را بررسی کنید. روی پوست خود را چک کنید. از کسی بخواهید که برای چک کردن بچه‌ها به شما کمک کند.
- حیوانات خانگی خود را که به جاهای پر از علفهای بلند و پردرخت می‌روند، مرتباً چک کنید.

### چه بیماری‌هایی ممکن است از طریق کنه سرایت کند؟

بیماری‌های مختلفی ممکن است از طریق گزیدگی کنه به انسان سرایت کند. معروف ترین آنها بیماری لایم است.

**بورلیا بورگ دورفری (*Borrelia burgdorferi*)** اندامگانی که بیماری لایم را ایجاد می‌کند، در کنه‌های بسیاری از مناطق بریتیش کلمبیا یافت شده است، و در ۱۵ سال اخیر ده‌ها مورد از بیماری لایم شناسایی شده است بسیاری از مبتلایان به بیماری لایم به بیرون از استان بریتیش کلمبیا سفر نکرده‌اند، و احتمالاً بیماری را در بی‌سی گرفته‌اند.

همه انواع کنه ناقل باکتری لایم نیستند و احتمال کمی وجود دارد که کنه به شما این باکتری را منتقل کند. با این حال از آنجا که بیماری لایم بسیار جدی است، بهتر است که احتیاط لازم را به خرج داد که مانع گزیدگی کنه شد.

دیگر بیماری‌هایی که از کنه منتقل می‌شود عبارتند از تب راجعه، تولارمی (tularemia)، تب دانه‌دار (منقوط) کوه‌های راکی (RMSF)، تب کیو، و آنپلاسماز (anaplasmosis). همه این بیماری‌ها در بریتیش کلمبیا نادر هستند.

برخی از کنه‌ها ممکن است ماده سمی‌ای ترشح کنند که می‌تواند سبب فلج موقت شود. به همین دلیل، مهم است که در صورت گزیدگی تمام قسمت‌های بدن کنه بلافاصله از بدن بیرون کشیده شود.

### علامت بیماری‌های ناشی از کنه چیست؟

اگر ظرف روزها و هفته‌های پس از گزیدگی کنه، علامت زیر را مشاهده کردید، این امر را بلافاصله به بهداشتگر خود گزارش کنید. به بهداشتگر خود بگویید کی و کجا دچار گزیدگی شدید.

- علائم عمومی مانند تب، سردرد، درد عضله یا مفاصل، کوفتگی یا ضعف عضلات صورت.
- حساسیت پوستی به ویژه اگر به بزرگی یک لکه باشد، خواه در محل گزیدگی یا غیر آن.
- در موارد نادر، ممکن است فلج رخ دهد. فلج معمولاً از پا شروع می‌شود و به بالاتنه، بازوها و سر گسترش می‌یابد. فلج معمولاً چند ساعت تا یک یا دو روز پس از گزیدگی آغاز می‌شود.

### درمان گزیدگی کنه چیست؟

در حال حاضر هیچ واکسنی در کانادا برای بیماری‌های ناشی از کنه به تأیید نرسیده است.

بیماری لایم یا دیگر بیماری‌های ناشی از کنه را می‌توان با آنتی بیوتیک درمان کرد. با تشخیص و درمان زودهنگام می‌توان از عوارض و پیچیدگی‌های ناشی از آن جلوگیری کرد.



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