

## گال Scabies

### گال چیست؟

گال یک بیماری پوستی است که توسط انگل سارکوپتس اسکابئی یا حشره‌ای موسوم به مایت انسانی ایجاد می‌شود. گال رایج و شدت مسری است.

مایت انسانی درست زیر سطح پوست لانه می‌سازد تا در آن زندگی کند، خود را تغذیه کند و تخم بگذارد. علائم بیماری گال وقتی ظهور می‌کند که پوست به حضور مایت، تخم‌های آن و/یا فضولات آن واکنش نشان دهد.

### گال چگونه گسترش می‌یابد؟

گال معمولاً از طریق تماس گسترده و نزدیک پوستی با فرد آلوده گسترش می‌یابد. گال براحتی میان اعضای خانواده، شرکای جنسی و افراد در مراکزی مانند آسایشگاه‌های مراقبتی گسترش می‌یابد. شما می‌توانید پیش و پس از ظهور علائم بیماری و مادامی که بیماری را درمان نکرده‌اید، آن را به دیگران منتقل کنید.

استفاده مشترک از لباس، حوله یا لوازم خواب می‌تواند باعث انتقال گال شود، اگرچه انتقال به این روش کمتر شایع است. ابتلا به گال می‌تواند برای هر کسی رخ دهد و نشانه بهداشت فردی ضعیف نیست.

### علائم گال چیست؟

علائم گال عبارتست از بثورات پوستی قرمز رنگ و احساس خارش بسیار شدید. احساس خارش اغلب در شب شدیدتر است. خاراندن می‌تواند به بروز عفونت ثانویه پوستی منجر شود.

بثورات پوستی بیشتر در این نواحی ظاهر می‌شود:

- شیار بین انگشتان
- داخل مچ و آرنج‌ها
- پستان
- آلت تناسلی
- ناحیه کمر
- کمر
- نشیمن‌گاه

نوزادان و افراد مسن ممکن است در نواحی سر، گردن، کف دست‌ها یا کف پاها دچار بثورات پوستی شوند.

اگر قبلاً به گال مبتلا نشده باشید، ممکن است چندین هفته طول بکشد تا علائم ظاهر شوند. برای کسانی که قبلاً به گال مبتلا شده‌اند، ظاهر شدن علائم معمولاً طی چند روز شروع می‌شود.

### چگونه بدانم که مبتلا به گال هستم؟

شایع‌ترین علامت بیمار گال خارش شدید است که در شب بدتر می‌شود. در برخی موارد، ممکن است قادر باشید لانه‌های ساخته شده توسط حشره مایت را ببینید. لانه مایت، به شکل خطوط موج‌دار خاکستری و برجسته رشته‌مانند بر روی سطح پوست هستند. خاراندن می‌تواند باعث شود لانه‌ها سخت‌تر قابل مشاهده باشند. از آنجا که خارش و بثورات پوستی می‌تواند به دلایل بسیار زیادی پدید آید، تنها مراقبتگر بهداشتی شما می‌تواند تایید کند که آیا به گال مبتلا هستید یا نه.

### اگر سیستم ایمنی ضعیفی داشته باشم، چه می‌شود؟

اگر سیستم ایمنی ضعیف داشته باشید، در معرض خطر ابتلا به نوع شدیدی از گال، به نام گال پوسته‌دار (نروژی) خواهید بود. گال پوسته‌دار (نروژی)، به دلیل تعداد بسیار زیاد حشره مایت در داخل و روی پوست، بسیار مسری بوده و درمان آن بسیار مشکل است.

### چگونه بفهمم که مبتلا به گال پوسته‌دار (نروژی) هستم؟

علائم گال پوسته‌دار (نروژی) عبارتند از:

- زخم‌های فلس‌مانند و پوسته‌دار در دست، پا، پوست سر، صورت و بدن
- ریزش مو
- خارش خفیف

### گال چگونه درمان می‌شود؟

گال بدون درمان برطرف نخواهد شد. مهم است که قبل از درمان گال، با مراقبتگر بهداشتی خود صحبت کنید.

در داروخانه‌ها، درمان‌های موضعی گال (کرم‌ها) در دسترس هستند که می‌توانید آنها را تهیه کنید. همیشه برچسب‌ها را به دقت بخوانید و دستورالعمل‌ها را دقیقاً دنبال کنید. ممکن است برخی از درمان‌ها برای کودکان، زنان باردار یا کسانی که در حال شیردهی هستند مناسب نباشد.

از آنجا که بزرگسالان معمولاً در قسمت بالای گردن به گال مبتلا نمی‌شوند، نباید لوسيون را به صورت و پوست سر خود بمالید. با این حال، مراقبتگر بهداشتی شما ممکن است استعمال لوسيون در سر و پوست سر کودکان و افراد مسن را توصیه کند. اگر کرم درمان گال را به سر یا پوست سر می‌زنید، از تماس آن با دهان، بینی و چشم‌ها خودداری کنید. پس از استفاده از کرم، از لباس‌ها و ملحفه‌های تمیز استفاده کنید.

خارش ممکن است تا 4 هفته پس از درمان ادامه داشته باشد. این امری عادی است و بهتر خواهد شد. درمان را مگر در صورت

درخواست مراقبتگر بهداشتی‌تان تکرار نکنید. مراقبتگر بهداشتی‌تان ممکن است 1 هفته بعد از درمان اول، درمان دومی را به شما توصیه کند.

گال پوسته‌دار (نروژی) بسیار مسری است و درمان آن می‌تواند دشوار باشد. ممکن است دارویی که برای درمان عادی به کار برده می‌شود، در درمان آن موثر نباشد. برای کسب اطلاعات بیشتر، با مراقبتگر بهداشتی خود صحبت کنید.

### چگونه از گسترش گال جلوگیری کنیم؟

اگر یکی از اعضای خانواده یا خانوار شما به گال مبتلا شده باشد، احتمال مبتلا شدن دیگران به آن زیاد است. آنها ممکن است هنوز علائمی نداشته باشند. به همین دلیل، همه اعضای خانواده باید به طور همزمان درمان شوند.

کودکان می‌توانند بعد از تکمیل درمانشان مجدداً به مدرسه یا مهدکودک برگردند.

در صورت مبتلا شدن افراد زیر به گال، به واحد بهداشت عمومی خود اطلاع دهید:

- افرادی که به مدرسه یا مهدکودک می‌روند

- افرادی که در مراکز مراقبتی سالمندان یا شرایط دیگری به سر می‌برند که اجتناب از تماس نزدیک فردی در آنها دشوار است

برای جلوگیری از گسترش بیشتر بیماری، حتماً منزلتان را جاروبرقی بکشید و لباس و لوازم خواب را نیز تمیز کنید. برای جلوگیری از گسترش بیشتر بیماری، حتماً منزلتان را جاروبرقی بکشید و لباس و لوازم خواب را نیز تمیز کنید. با شرکای جنسی خود درباره رابطه جنسی ایمن صحبت کنید، زیرا کاندوم ممکن است نتواند از انتشار گال جلوگیری کند.

### چه چیزهایی در محیط من باید تمیز شوند؟

لباس و لوازم خواب را که از 3 روز قبل از شروع درمان در تماس با پوست آلوده بوده‌اند، بشویید. آنها را با مواد شوینده و آب داغ (50 درجه سانتی‌گراد) بشویید و با حرارت زیاد خشک کنید.

اقلام غیرقابل شستشو باید از طریق خشک‌شویی تمیز شوند یا به مدت چند روز تا یک هفته قبل از استفاده مجدد در جایی محفوظ نگهداری شوند. اگر حشره گال به مدت 3 روز یا بیشتر با پوست در تماس نباشد، از بین می‌رود. خانه خود را به‌خوبی جاروبرقی بکشید، از جمله همه سطوح مبلمان و تشک‌ها.



BC Centre for Disease Control  
Provincial Health Services Authority