



## کلوستری‌دیوم دیفیسیل Clostridium Difficile (C.difficile)

در مواردی که بیمار مبتلا به اسهال شدید باشد، می‌تواند به عوارضی مانند کم‌آبی بدن و کولیت (التهاب روده پایینی یا روده بزرگ) دچار شود. در موارد نادر، این عفونت می‌تواند باعث مرگ شود.

### کلوستری‌دیوم دیفیسیل چگونه گسترش می‌یابد؟

باکتری کلوستری‌دیوم دیفیسیل و هاگ آن در مدفوع یافت می‌شود. این هاگها می‌توانند هفته‌ها و ماه‌ها در خارج از بدن شما زندگی کنند و ممکن است در وسایلی که شما لمس می‌کنید، مانند ملافه، نرده حفاظ تخت، وسایل دستشویی و حمام و تجهیزات پزشکی یافت شوند.

اگر سطح آلوده به مدفوع را لمس کنید و سپس به دهانتان دست بزنید، یا اگر چیزی آلوده را بخورید یا بنوشید، امکان دارد به این بیماری مبتلا شوید.

کارکنان مراقبت‌های بهداشتی، پرسنل و بازدید کنندگان می‌توانند عفونت را به شما منتقل کنند، اگر دستشان با باکتری کلوستری‌دیوم دیفیسیل تماس پیدا کرده باشد، و قبل از لمس شما یا غذایی که می‌خورید یا می‌نوشید، دست‌هایشان را به خوبی تمیز نکرده باشند.

باکتری کلوستری‌دیوم دیفیسیل نمی‌تواند از طریق هوا پخش شود. شما از طریق عطسه یا سرفه‌ی دیگران به کلوستری‌دیوم دیفیسیل مبتلا نمی‌شوید.

### چگونه می‌توانم از کلوستری‌دیوم دیفیسیل جلوگیری کنم؟

بهترین روش جلوگیری از گسترش این بیماری شستن منظم دست با آب و صابون، به‌ویژه بعد از استفاده از توالت یا قبل از غذا خوردن می‌باشد. اگر صابون و آب در دسترس نباشد، از دستمال آغشته به الکل (موسوم به ABHR یا hand sanitizer) استفاده کنید. اگر هنگامی که در یک مرکز مراقبت پزشکی پذیرفته شده‌اید، دچار نشانه‌هایی مانند اسهال شوید که ناشی از کلوستری‌دیوم دیفیسیل یا مشکوک به آن تشخیص داده شود، به یک اتاق انفرادی منتقل خواهید شد. همچنین شما در وضعیت «اقدام‌های احتیاطی هنگام تماس» قرار خواهید گرفت تا از سرایت آلودگی به دیگران پیشگیری شود.

### کلوستری‌دیوم دیفیسیل (C.difficile) چیست؟

کلوستری‌دیوم دیفیسیل، که *C.diff* نیز نامیده می‌شود، نوعی باکتری است که در روده بزرگ تا ۷ درصد افراد زندگی می‌کند بدون اینکه باعث بیماری شود. روده شما به طور عادی شامل بسیاری باکتری‌های مفید نیز هست که به هضم غذا و سالم ماندن شما کمک می‌کنند. هنگامی که برای درمان بیماری‌های دیگر آنتی‌بیوتیک مصرف می‌کنید، ممکن است این باکتری‌های مفید نیز کشته شوند. اما باکتری کلوستری‌دیوم دیفیسیل می‌تواند زنده بماند و باعث بیماری شما شود.

کلوستری‌دیوم دیفیسیل مواد زهر آگینی تولید می‌کند که باعث آسیب رساندن به سلول‌های روده ای می‌شوند. شایعترین نشانه کلوستری‌دیوم دیفیسیل اسهال است. در حقیقت، کلوستری‌دیوم دیفیسیل عادی‌ترین عامل گسترش اسهال مسری در بیمارستانها و مراکز مراقبت‌های بهداشتی است. عفونت کلوستری‌دیوم دیفیسیل می‌تواند به بیماری جدی بیانجامد.

### چه کسی در معرض خطر بیشتری است؟

کلوستری‌دیوم دیفیسیل برای اکثر افراد سالم خطر سلامتی در بر ندارد. کسانی که در معرض خطر بیشتر این عفونت هستند عبارتند از:

- کسانی که آنتی‌بیوتیک مصرف می‌کنند
- کسانی که شیمی‌درمانی سرطان انجام می‌دهند
- کسانی که مبتلا به بیماری‌های دیگر هستند
- سالخوردگان

### نشانه‌های کلوستری‌دیوم دیفیسیل چیست؟

در برخی موارد ممکن است کلوستری‌دیوم دیفیسیل هیچ نشانه‌ای نداشته باشد. با این حال، ممکن است نشانه‌های زیر را ایجاد نماید:

- اسهال آبیکی
- تب
- بی‌اشتهایی
- حالت تهوع
- درد و نرمی شکم

## بهترین شیوه شستشوی دستها کدام است؟

برای شستن صحیح دستها، از مراحل زیر پیروی کنید:

۱. انگشتر یا جواهرات دیگر را از دست و مچ خود بیرون بیاورید

۲. دستان خود را با آب گرم خیس کنید

۳. تمام قسمتهای دستتان را با آب و صابون برای حداقل ۲۰ ثانیه بشویید، و دستهایتان را به هم بمالید تا کف ایجاد شود. برای کمک به کودکان در شستن دستهایشان، آواز الفبا را بخوانید

۴. دستها را زیر آب گرم و روان به خوبی آب بکشید

۵. دستها را با حوله پارچه‌ای یا کاغذی تمیز خشک کنید

۶. اگر در یک دستشویی عمومی هستید، برای بستن شیر آب یا باز کردن در هنگام خروج، از حوله کاغذی استفاده کنید

اگر دستهایتان را به دفعات می‌شوید، اغلب اوقات بعد از شستن دست از کرم مخصوص دست استفاده کنید تا از خشکی و ترک خوردن پوست دستتان پیشگیری نمایید.

برای آگاهی بیشتر درباره شستن دستها، از این پرونده

آگاهی‌رسانی دیدن کنید: [HealthLinkBC File #85 شستن دستها: به جلوگیری از شیوع آلودگی‌ها کمک کنید.](#)

## «اقدامهای احتیاطی هنگام تماس» چیست؟

«اقدامهای احتیاطی هنگام تماس» به اقدام‌هایی گفته می‌شود که توسط مراکز مراقبت‌های بهداشتی انجام می‌شود تا بکوشند که از گسترش باکتری کلوستریدیوم دیفیسیل به سایر بیماران پیشگیری نمایند.

اقدامهای احتیاطی هنگام تماس شامل قرار دادن تمام بیماران مشکوک یا مبتلا به کلوستریدیوم دیفیسیل در اتاقهای جداگانه و افرادی است. اگر اتاق جداگانه موجود نباشد، بیماران مبتلا به نوع مشابه باکتری کلوستریدیوم دیفیسیل می‌توانند در یک اتاق مشترک بستری شوند. در اتاق‌ها باید بسته نگه داشته شود و

تابلو "اقدامهای احتیاطی هنگام تماس: Contact Precautions" بر روی در نصب شود.

مراقبت‌گران بهداشتی، کارکنان و عیادت‌کنندگان باید قبل از ورود به اتاق بیماری که مبتلا به کلوستریدیوم دیفیسیل یا مشکوک به آن است، اقدامهای زیر را انجام دهند:

۱. دستهایتان را بشویید

۲. روپوش عایق را بر روی لباسهایتان بپوشید. این امر به جلوگیری از تماس با سطوح آلوده یا بیمار کمک می‌کند

۳. دستکش غیر استریل بپوشید

هنگام ترک اتاق بیمار، باید اقدامهای زیر صورت گیرند:

۱. دستکشها را بی‌درنگ در بیاورید و در سطل زباله بیاندازید

۲. دستها را بشویید

۳. روپوش عایق را بدون دست زدن به قسمت بیرونی آن در بیاورید و در سبد مخصوص لباسهای شستنی بگذارید

۴. قبل از خروج از اتاق، برای بار دوم دستهایتان را بشویید

مراکز مراقبت‌های بهداشتی نیز برای کاهش تعداد باکتری‌ها، مکرراً سطوح را با سفید کننده حاوی اسید ضد هاگ تمیز می‌کنند.

## کلوستریدیوم دیفیسیل چه درمان‌هایی دارد؟

نخستین گام در درمان عفونت کلوستریدیوم دیفیسیل قطع مصرف آنتی‌بیوتیکی است که باعث این عفونت شده است. با این حال، تا زمانی که مراقبت‌گر بهداشتی به شما نگفته است، نباید مصرف آنتی‌بیوتیک را متوقف کنید. اگرچه آنتی‌بیوتیکها می‌توانند باعث کلوستریدیوم دیفیسیل شوند، اما آنتی‌بیوتیکهایی نیز وجود دارند که برای درمان آن استفاده می‌شوند. مراقبت‌گر بهداشتی‌تان آنتی‌بیوتیکی برای درمان کلوستریدیوم دیفیسیل تجویز خواهد کرد. اگر درمان آنتی‌بیوتیکی ناموفق باشد، اکنون گزینه‌ی پیوند میکروبیوتای مدفوع (گرفتن مدفوع از یک هدیه‌دهنده‌ی سالم) نیز وجود دارد. این نوع درمان را با مراقبت‌گر بهداشتی خود در میان بگذارید. در موارد نادر، در صورت نتیجه ندادن تمام درمانهای دیگر یا وخامت نشانه‌های بیماری، امکان دارد عمل جراحی در نظر گرفته می‌شود.



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