



Farsi - Number 48
February 2018



HealthLinkBC

بیماری کریپتوزپورییدیوم Cryptosporidium Infection

کریپتوزپورییدیوم چیست؟

بیماری ممکن است در کسانی که دارای سیستم ایمنی ضعیفی هستند مدت بیشتری به طول بیانجامد. افراد مبتلا به ایدز، کسانی که پیوند اندام یا مغز استخوان انجام داده اند، و نیز کسانی که تحت درمان سرطان بوده‌اند، ممکن است به عفونت حاد مبتلا شوند. خطر کاهش آب بدن برای کودکان خردسال و سالمندان بیشتر است.

کریپتوزپورییدیوم گونه‌ای انگل است که روده‌ها را دچار عفونت می‌کند. اگر در اثر این عفونت بیمار شوید، به این بیماری کریپتوزپورییدیوسیس گفته می‌شود. شایعترین نشانه عفونت کریپتوزپورییدیوم اسهال است.

کریپتوزپورییدیوسیس چگونه تشخیص داده و درمان می‌شود؟

اگر فکر می‌کنید که مبتلا به کریپتوزپورییدیوسیس یا هر نوع اسهال یا استفراغ مزمن هستید، برای آزمایش، مشاوره و پیگیری به مراقبتگر بهداشتی خود مراجعه کنید. از شما خواسته خواهد شد که نمونه مدفوع خود را برای آزمایش ارسال کنید. از آنجا که تشخیص کریپتوزپورییدیوم مشکل است، ممکن است لازم شود که بیش از یک نمونه مدفوع بفرستید.

شمار کسانی که در بی‌سی به بیماری کریپتوزپورییدیوم مبتلا شده اند، در سالهای اخیر کاهش یافته است.

چگونه ممکن است به عفونت کریپتوزپورییدیوم مبتلا شوم؟

کریپتوزپورییدیوم می‌تواند از راه آب، غذا، یا با انتقال مدفوعی-دهانی از فرد یا حیوان به دیگران سرایت کند. انتقال مدفوعی-دهانی هنگامی روی می‌دهد که اجزاء مدفوع وارد بدن شوند. پستانداران (مانند حیوانات در مزارع)، پرندگان، ماهی‌ها و خزندگان ممکن است ناقل کریپتوزپورییدیوم باشند.

مراقبتگر بهداشتی شما در مورد ضرورت درمان با کمک دارو تصمیم خواهد گرفت. کسانی که مبتلا به کریپتوزپورییدیوسیس هستند باید مایعات فراوانی بنوشند تا از کاهش آب بدنشان جلوگیری نمایند.

اگر مبتلا به عفونت کریپتوزپورییدیوم شوم چه کار باید بکنم؟

انگل کریپتوزپورییدیوم از طریق مدفوع منتقل می‌شود؛ بنابراین کسانی که به دلیل ابتلا به اسهال نمی‌توانند کنترلی بر کار کردن شکم خود داشته باشند نباید سر کار یا مدرسه بروند. اگر دچار عفونت کریپتوزپورییدیوم هستید، دست‌کم به مدت ۴۸ ساعت پس از توقف اسهال و/یا استفراغ، در دریاچه‌ها، برکه‌ها، نهرها، جویبارها، رودخانه‌ها، استخرهای شنا یا وان آب گرم شنا نکنید، یا بنا به دستور مقام پزشکی محل خود عمل نمایید. اجتناب از این فعالیتها کمک می‌کند که دیگر شناگران به این انگل آلوده نشوند.

آب آلوده یکی از منابع عمده شیوع کریپتوزپورییدیوسیس است. انگل کریپتوزپورییدیوم می‌تواند در دریاچه‌ها، برکه‌ها، نهرها و جویبارها به زندگی ادامه دهد. اگر در زمان شنا کردن از آن آب بنوشید یا به طور تصادفی آن را قورت دهید، ممکن است به این عفونت مبتلا شوید.

همچنین ممکن است از طریق خوردن غذاهای خام یا نیم‌پز آلوده به انگل کریپتوزپورییدیوم به این عفونت مبتلا شوید.

کریپتوزپورییدیوم همچنین در محیطهایی که کنترل مدفوعی و اصول بهداشتی رعایت نمی‌شود، مانند مراکز مهد کودک نیز ممکن است از فردی به فرد دیگر سرایت کند. خطر این عفونت برای کودکان خردسالی که هنوز آموزش توالیت ندیده‌اند بیشتر است. این دسته از کودکان همچنین می‌توانند عفونت را به سایر اعضای خانواده خود نیز منتقل کنند.

علامت بیماری کریپتوزپورییدیوسیس چیست؟

کریپتوزپورییدیوسیس ممکن است باعث اسهال آبکی پیاپی، دل‌پیچه، تهوع، استفراغ، تب خفیف و کم شدن آب بدن شود. با این همه، این احتمال نیز وجود دارد که به این انگل آلوده شوید اما هیچ یک از نشانه‌های بیماری نیز بروز نیابد.

اگر شما با مواد غذایی در تماس هستید یا در حرفه مراقبت‌های پزشکی کار می‌کنید، امکان آن وجود دارد که انگل کریپتوزپورییدیوم را به دیگران منتقل نمایید. زمانی که دچار اسهال یا استفراغ هستید از رفتن سر کار خودداری کنید و دست کم به مدت ۴۸ ساعت پس از آخرین اسهال یا آخرین دور استفراغتان به سر کار برنگردید، یا به دستور مقام پزشکی محل خود رفتار کنید. دستان خود را به خوبی و به دفعات بشویید، زیرا این کار احتمال سرایت عفونت به دیگران را کاهش خواهد داد.

نشانه‌های بیماری به طور معمول دو تا ۱۰ روز پس از ابتلا به انگل بروز می‌یابند، و میانگین بروز آن هفت روز است. کسانی که بیماری دیگری نداشته باشند به طور معمول به مدت یک تا دو هفته نشانه‌های این بیماری را خواهند داشت.

کودکانی که در مهد کودک هستند باید در هنگام شستن دستهایشان توسط یک بزرگسال نظارت شوند. برای اطلاعات بیشتر، این پرونده

در برخی موارد علائم بیماری ممکن است پس از اینکه حالتان شروع به بهبودی می‌کند، دوباره برگردند.

اطلاع رسانی را ببینید: [HealthLinkBC File #85](#) شستن دست‌ها: به جلوگیری از شیوع آلودگی‌ها کمک کنید.

حتی پس از احساس بهبودی، امکان دارد که انگل کریپتوزپوریدیوم به مدت چند هفته در مدفوع شما باقی باشد و بتواند دیگران را دچار عفونت کند.

چگونه می‌توان از کریپتوزپوریدیوم پیشگیری نمود؟

- اگر اعلامیه جوشاندن آب برای سیستم آبرسانی محل زندگی شما صادر شده است، این توصیه را جدی بگیرید و از دستورهای داده شده پیروی کنید.
- اگر دارای سیستم ایمنی ضعیفی هستید، باید در مورد خطر ابتلا به کریپتوزپوریدیوم با مراقبتگر بهداشتی خود صحبت کنید. این امر شامل کسانی است که به طور مادرزاد مبتلا به بیماریهایی هستند که به شدت سیستم ایمنی بدن را تحت تأثیر قرار می‌دهند؛ مبتلا به ایدز و دارای ایمونوگلوبولین‌های CD4 بیشتر از ۱۰۰ سلول بر میلی‌متر هستند؛ بیماران مبتلا به سرطان خون و نیز کسانی که پیوند عضو انجام داده‌اند. کسانی که از آبهای سطحی بدون تصفیه و فیلتر شدن استفاده می‌کنند، ممکن است همواره در معرض خطر باشند. این پرونده اطلاع رسانی را ببینید: [HealthlinkBC File #56](#) پیشگیری از بیماری‌های آب برد برای افراد دارای سیستم ایمنی ضعیف
- از نوشیدن آبهای سطحی تصفیه نشده از چشمه، جویبار، رود، دریاچه، برکه یا چاه کم عمق خودداری کنید. این گونه آنها احتمالاً آلوده به مدفوع حیوانی است.
- هنگامی که به کمپ می‌روید، در فاصله ۳۰ متر از منبع آب، دستشویی نروید.
- شیر یا آمیوه پاستوریزه نشده ننوشید.
- قبل از دست زدن یا خوردن غذا، و نیز پس از توالت رفتن، تعویض پوشک یا لمس حیوانات دست‌نشان را بشویید.
- مواظب باشید که کودکان، به ویژه آنها که با حیوانات خانگی سر و کار دارند، قبل از تغذیه و به طور مرتب دست‌هایشان را به دقت بشویند.
- از خوراکی‌ها یا نوشیدنی‌های نپخته یا تهیه شده از آب تصفیه نشده پرهیزید، به ویژه هنگامی که به کشورهای دیگر سفر می‌کنید.
- روشهای آمیزش جنسی سالم را رعایت کنید و سعی کنید در زمان فعالیت جنسی از تماس با مدفوع اجتناب نمایید.
- همیشه قبل و بعد از استفاده از استخرهای عمومی دوش بگیرید.

چگونه می‌توان آب را از انگل کریپتوزپوریدیوم پاک نمود؟

اگر آب مصرفی شما از منبع آب سطحی تصفیه نشده تأمین می‌شود، لازم است که آب مورد مصرف برای آشامیدن، تهیه یخ، شستشوی میوه و سبزی، آماده کردن شیر خشک کودک، مسواک زدن و شستن دندانها را ضدعفونی نمایید. می‌توانید با پیروی از شیوه‌های ضدعفونی زیر، آب مصرفی خود را از انگل کریپتوزپوریدیوم پاک کنید:

جوشاندن

آب را به مدت دست کم یک دقیقه در حالت جوش نگه دارید. اگر در محلی با ارتفاع بیش از ۲۰۰۰ متر (۶۵۰۰ پا) بالاتر از سطح دریا هستید، آب را به مدت دست کم دو دقیقه بجوشانید. بگذارید آب خنک شود. همیشه آب تمیز را در ظرفهای تمیز مخصوص نگهداری آب و غذا نگهداری کنید. آبی که به شدت عفونت زده یا دارای آلودگی شیمیایی است با جوشاندن پاک نمی‌شود.

فیلتر کردن

فیلترهای آب باید برای خارج کردن کیسه‌های حاوی انگل کریپتوزپوریدیوم، دارای منافذی با اندازه مطلق یک میکرون یا کمتر باشند و دارای گواهی از بنیاد بین المللی بهسازی ملی (NSF) یا سازمان های معتبر دیگر برای رفع کیسه‌ها باشند.

فیلترهای آب که بر روی تنگ پارچ قرار میگیرند نمی‌توانند انگل کریپتوزپوریدیوم را از آب خارج کنند. برخی از سیستم‌های فیلتر نصب شده در شبکه می‌توانند انگل کریپتوزپوریدیوم را تصفیه کنند، اما برای اینکه بتوانند خوب کار کنند باید به طور مرتب و با دقت سرویس و نگهداری شوند.

تصفیه فرابنفش

دستگاههای عفونت زدایی فرابنفش نیز در دسترس هستند. برای اطلاعات بیشتر، با عرضه کنندگان وسایل تصفیه آب در محل زندگی خود یا اداره بهداشت محیطی محل زندگی خود تماس بگیرید. دستگاه تصفیه باید از طرف NSF یا یک سازمان معتبر دیگر گواهی غیرفعال سازی کیسه انگل داشته باشد.

انواع دیگر تصفیه

دستگاههای تقطیر و دستگاههای ترکیبی (ترکیب فیلتر و اشعه فرابنفش) نیز وجود دارند. برای اطلاعات بیشتر، با عرضه‌کنندگان وسایل تصفیه آب در محل خود یا اداره بهداشت محیطی محل زندگی خود تماس بگیرید.

به این نکته توجه داشته باشید که انگل کریپتوزپوریدیوم در مقابل کلر مقاوم است، بنابراین تصفیه آب با کلر به تنهایی برای پاک کردن آب از این انگل کارایی ندارد.

برای اطلاعات بیشتر

برای اطلاعات بیشتر درباره عفونت زدایی از آب، این پرونده آگاهی رسانی را ببینید: [HealthLinkBC File #49b](#) گندزدایی از آب آشامیدنی یا با اداره بهداشت محیطی در محل زندگی خود تماس بگیرید.

برای اطلاعات بیشتر درباره گواهی‌های دستگاههای تصفیه آب، از وبسایت شورای استانداردهای کانادا [www.scc.ca](#) دیدن کنید.

برای اطلاعات بیشتر درباره بنیاد بهسازی ملی (NSF) این وبسایت را ببینید: [www.nsf.org](#)