



سرخجه Rubella

آیا واکسن سرخجه وجود دارد؟

2 نوع واکسن در بریتیش کلمبیا وجود دارد که در برابر سرخجه محافظت ایجاد می کند:

1. واکسن سرخک، اوریون، سرخجه (MMR)

2. واکسن سرخک، اوریون، سرخجه و آبله مرغان (MMRV)

واکسن ها به صورت رایگان و به عنوان بخشی از برنامه ایمنی سازی منظم دوران کودکی و نیز برای سایر افرادی که نیاز به محافظت در برابر سرخجه داشته باشند ارائه می شوند. برای اطلاعات بیشتر به اینجا رجوع کنید:

- [HealthLinkBC File #14a واکسن سرخک، اوریون، سرخجه \(MMR\)](#)
- [HealthLinkBC File #14e واکسن سرخک، اوریون، سرخجه و آبله مرغان \(MMRV\)](#)

کند، نباید به این دلیل به بارداری خاتمه بدهد. این واکسن هیچگاه موجب سندروم سرخجه مادرزادی نشده است.

سرخجه چگونه منتقل می شود؟

سرخجه از طریق تماس با بزاق یا خلط دهان، بینی یا گلوی فرد مبتلا منتقل می شود. وقتی شخص مبتلا سرفه یا عطسه می کند، ویروس از طریق قطرات ریز در هوای منشر می شود. شما ممکن است با تنفس این قطرات ریز یا لمس اشیاء آلوده به ویروس

به این بیماری مبتلا شوید. مصرف غذا، نوشیدنی یا سیگار به صورت مشترک، یا بوسیلن کسی که حامل ویروس باشد می تواند شما را در معرض خطر قرار بدهد.

نشانه های این بیماری چیست؟

نشانه ها ممکن است شامل کهیر و جوش پوستی، تب، درد مفاصل، سردرد، کسالت، آبریزش بینی و چشم درد باشد. غدد لنفاوی واقع در پشت گوش ها و پشت گردن ممکن است متورم شده و دردناک شوند.

سرخجه چیست؟

سرخجه، که به نام سرخک آلمانی هم شناخته می شود، یک بیماری است که توسط ویروس سرخجه ایجاد می شود.

سرخجه معمولاً یک بیماری خفیف است اما می تواند برای زنان باردار و جنین آنها بسیار خطرناک باشد. اگر زن بارداری مبتلا به سرخجه شود ممکن است جنین خود را سقط کرده یا مرده به دنیا بیاورد. فرزند او ممکن است با نقص های شدیدی، مانند ناشنوایی، مشکلات بینایی، نارسایی قلبی، کبدی، طحالی و آسیب مغزی به دنیا بیاید. به این حالت سندروم سرخجه مادرزادی (CRS) می گویند. CRS در هر 9 نوزاد از 10 نوزادی رخ می دهد که مادرانشان در 3 ماهه ای اول بارداری مبتلا به سرخجه شده اند. CRS عارضه نادری است زیرا بسیاری از زنان بخارط این سازی های عادی نسبت به سرخجه این شده اند. البته مواردی هنوز در کانادا رخ می دهد که در کودکان زنانی است که به کانادا مهاجرت کرده اند زیرا این سازی در برابر سرخجه در بسیاری از نقاط دنیا جزء برنامه ایمنی سازی نیست.

اگر بخواهم باردار بشوم باید چه کار کنم؟

اگر شما زنی هستید که در سن بارآوری قرار دارد، حتماً قبل از اقدام به بارداری نسبت به سرخجه این شود. اگر این سازی نشده اید (مبتلا به بیماری نشده یا واکسن دریافت نکردید)، باید واکسن MMR را دریافت کنید و سپس قبل از اقدام به بارداری 1 ماه صبر کنید.

اگر اکنون باردار باشم باید چه کار کنم؟

اگر باردار هستید و نمی دانید که در برابر سرخجه این سازی شده اید یا نه، یک آزمایش خون اینمی در برابر سرخجه به عنوان بخشی از روند پیش از زایمان از شما گرفته خواهد شد. اگر این سازی نشده باشد، باید پس از بارداری خود این سازی شوید، ترجیحاً قبل از آنکه از بیمارستان به خانه بروید. واکسن سرخجه را نباید در حین بارداری تزریق کرد که دلیل آن اختیاط کلی نسبت به جلوگیری از تزریق واکسن زنده در طول بارداری است. اگر زنی در دوران بارداری خود واکسن سرخجه دریافت

چگونه می توانم از انتقال سرخجه به دیگران جلوگیری کنم؟

کسی که مبتلا به سرخجه شده باشد می تواند از 7 روز قبل تا 7 روز بعد از اولین ظهور جوش ها یا بیشتر، ویروس را به دیگران منتقل کند. اگر شما مبتلا به سرخجه شده اید می توانید با رعایت موارد زیر از انتقال آن به دیگران بویژه زنان باردار جلوگیری کنید:

- پس از ظهور اولیه‌ی کهیر و جوش‌ها، حداقل 7 روز در خانه بمانید
- دست‌های خود را به طور منظم بشویید
- داخل یک دستمال کاغذی یا آستین خود عطسه و سرفه کنید و نه داخل دست هایتان
- غذا، نوشیدنی، یا سیگار را با دیگران به طور مشترک استفاده نکنید و دیگران را نبوسید

درمان خانگی سرخجه چیست؟

پس از مراجعت به ارائه کننده مراقبت‌های بهداشتی و درمانی، راهنمایی‌های زیر برای درمان خانگی ممکن است به شما کمک کند تا در دوران استراحت و نقاوت راحت‌تر باشید.

- مایعاتی مانند آب، آبمیوه و سوپ فروان بنوشید، به ویژه اگر تب دارید
- زیاد استراحت کنید

تب (در صورت وجود) را درمان کنید

برای تسکین تب یا درد می‌توان از استامینوفن (مانند Tylenol® یا ایبوپروفن*) (مانند Advil®) استفاده کرد. به افراد زیر 18 سال نباید ASA (مانند Aspirin®) (داد زیرا خطر بروز سندروم رای وجود دارد.

* به کودکان زیر 6 ماه نباید بدون مشورت قبلی با ارائه کننده مراقبت‌های بهداشتی و درمانی ایبوپروفن داده شود.

برای آگاهی بیشتر درباره سندروم رای [HealthLinkBC File #84](#) رجوع کنید.



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

کهیر و جوش پوستی که ممکن است همراه با خارش باشد ابتدا در صورت ظاهر می‌شود و سپس به سمت پایین حرکت کرده و از سر تا پاها را فرا می‌گیرد و حدود 3 تا 5 روز به طول می‌انجامد. در حدود نیمی از افراد مبتلا به سرخجه هیچ نشانه‌ای از کهیر و جوش پوستی بروز نمی‌کند.

نشانه‌ها ممکن است بین 14 تا 21 روز پس از ابتلای فرد به ویروس سرخجه آشکار شوند. در اکثر موارد، این نشانه‌ها بین 14 تا 17 روز پس از قرارگیری در معرض ویروس آشکار می‌شوند.

اگر من در معرض سرخجه قرار گرفته باشم باید چه کار کنم؟

اگر شما در معرض فردی مبتلا به سرخجه قرار گرفته باشید و مبتلا به این بیماری نشده باشید یا 1 دوز از واکسن سرخجه را دریافت نکرده باشید، باید اینم سازی شویید تا در مراحل بعدی قرارگیری در معرض آن از خود محافظت کنید. با ارائه کننده مراقبت‌های بهداشتی و درمانی خود تماس بگیرید تا وقت ملاقانی برای اینم سازی تعیین کند. زنان بارداری که احتمالاً در معرض سرخجه قرار گرفته اند اید با ارائه کننده مراقبت‌های بهداشتی و درمانی خود مشورت کنند تا مشخص شود که آیا نسبت به سرخجه اینم هستند یا خیر. زنان بارداری که در معرض سرخجه قرار گرفته اند و اینم نیستند باید اینم نمونه‌ی خون بدھند تا مشخص شود آیا مبتلا شده اند یا خیر.

اگر احتمال پدهم که مبتلا به سرخجه شده ام باید چه کار کنم؟

اگر چار تب شده و کهیر و جوش شده اید و فکر می‌کنید که ممکن است سرخجه گرفته باشید، به ویژه اگر با کسی تماس داشته‌اید که مبتلا به سرخجه بوده است یا به منطقه‌ای سفر کرده اید که سرخجه شیوع داشته است، برای معاینه به یک ارائه کننده مراقبت‌های بهداشتی و درمانی مراجعت کنید. بهتر است از قبل تماس بگیرید تا به سرعت ارائه کننده مراقبت‌های بهداشتی و درمانی خود را ببینید و دیگران را هم آلود نکنید. سرخجه به آسانی ممکن است در امکانی مثل اتفاق انتظار یا بخش اورژانس منتشر شود. پزشک یا پرستار مسئول اولویت نوبت بیماران (تریاژ) می‌توانند اطمینان حاصل کنند که شما به فضایی بسته برای معاینه هدایت شوید و زمانی به کلینیک بروید که اتفاق انتظار خالی باشد. سوابق واکسیناسیون خود را به همراه داشته باشید. یک معاینه جسمانی، آزمایش خون، و نمونه برداری از گلو یا نمونه‌ی ادرار از شما گرفته خواهد شد تا تشخیص سرخجه به انجام برسد.