

سندرم ریوی هانتاویروس Hantavirus pulmonary syndrome

سندرم ریوی هانتاویروس چیست؟

سندرم ریوی هانتاویروس (HPS) یک بیماری شدید است که توسط ویروسی به نام هانتاویروس ایجاد می‌شود. این بیماری نادر اولین بار در سال ۱۹۹۳ در جنوب غربی ایالات متحده و در سال ۱۹۹۴ در غرب کانادا شناسایی شد. هر ساله در بریتیش کلمبیا، تنها چند نفر گزارش می‌دهند که به هانتاویروس مبتلا شده‌اند.

علائم چیست؟

HPS مثل یک بیماری "شبهه به آنفولانزا" شروع می‌شود. علائم معمولاً ۲ تا ۳ هفته پس از قرار گرفتن در معرض ویروس ظاهر می‌شوند. در مراحل اولیه بیماری، ممکن است علائم زیر را داشته باشید:

- تب
- عضلات دردناک
- سر درد
- حالت تهوع
- استفراغ
- اسهال
- درد شکم

اگر بیماری بدتر شود، مایعات در ریه‌های شما جمع می‌شوند و باعث تنگی نفس و مشکلات شدید تنفسی می‌شوند. در آمریکای شمالی، حدود ۱ نفر از هر ۳ نفر مبتلا به HPS فوت کرده‌اند.

آیا درمانی وجود دارد؟

هیچ درمان، دارو یا درمان خاصی وجود ندارد. با این حال، بسیاری از علائم و عوارض HPS قابل درمان هستند. بیشتر بیماران در بیمارستان در بخش مراقبت‌های ویژه بستری می‌شوند و ممکن است اکسیژن دریافت کنند. ممکن است به برخی از بیماران داروهای ضد ویروسی داده شود.

برای اطلاع درباره نحوه جلوگیری از ابتلا به هانتاویروس، به [دولت کانادا - پیشگیری از عفونت هانتاویروس](#) مراجعه کنید.

چگونه انتقال پیدا می‌کند؟

در کانادا، این ویروس فقط در موش‌های وحشی، به ویژه موش گوزنی وجود داشته است که در سراسر آمریکای شمالی یافت می‌شود.

جوندگان دیگر، مانند موش‌های خانگی، موش‌های سقفی و موش‌های نروژی، به عنوان ناقل ویروس شناخته نمی‌شوند.

در کانادا، هانتاویروس در درجه اول زمانی به انسان منتقل می‌شود که ذرات ویروس از مدفوع، ادرار، بزاق یا مواد لانه‌سازی جوندگان آلوده مانند موش گوزنی، موش پنبه، موش برنج، موش پا سفید و ول پشت قرمز به هم زده شوند و به ویروس اجازه دهند که در هوا پخش شود. این ذرات ویروس در هوا پخش می‌شوند و می‌توانند استنشاق شوند. در موارد نادر، ممکن است از طریق خراش‌های کوچک روی پوست هنگام لمس موش وحشی یا از طریق گزش موش منتقل شود. شما این بیماری را از حیوان خانگی خود نمی‌گیرید. در آمریکای شمالی، هیچ مدرکی مبنی بر انتقال بیماری از فردی به فرد دیگر وجود ندارد.

چه کسانی در معرض خطر ابتلا به هانتاویروس هستند؟

افرادی که در مناطقی زندگی می‌کنند که ویروس وجود دارد و در تماس نزدیک با بزاق، ادرار، فضولات یا لانه موش‌های گوزنی قرار دارند، ممکن است در معرض خطر ابتلا به این ویروس باشند. با این حال، احتمال وقوع این اتفاق فوق‌العاده کم است. آلودگی جوندگان در داخل و اطراف خانه همچنان خطر تماس با هانتاویروس را افزایش می‌دهد.

کدام فعالیت‌ها من را در معرض خطر قرار می‌دهند؟

برخی فعالیت‌ها ممکن است خطر ابتلا به HPS را افزایش دهند، مانند تمیز کردن ساختمان‌های بلااستفاده و کار در زمینه ساخت و ساز، خدمات رفاهی و کنترل آفات.

کارگران و صاحبان خانه ممکن است در فضاهای زیرزمینی، زیر خانه‌ها یا در ساختمان‌های خالی یا ساختمان‌هایی که گاهی اوقات مورد استفاده قرار می‌گیرند، مانند کلیه‌ها، تریلرها و انبارهای باغ که ممکن است محل تجمع موش‌ها باشند، در معرض این بیماری قرار گیرند.

همچنین، اردوکنندگان و کوهنوردان ممکن است هنگام استفاده از سرپناه‌های آلوده یا اردو زدن در سایر زیستگاه‌های موش گوزنی در معرض این موش قرار گیرند.

اگر در فضاهای بسته‌ای که موش‌های گوزنی به طور فعال در آنها زندگی می‌کنند، کار، بازی یا زندگی می‌کنید، احتمال ابتلا به هانتاویروس بیشتر است. در موارد نادر، برخی از افرادی که به HPS مبتلا شده‌اند گزارش داده‌اند که قبل از بیمار شدن، موش یا مدفوع آنها را ندیده‌اند. حتی اگر موش گوزنی یا فضله آن را نمی‌بینید، باید اقدامات احتیاطی را رعایت کنید.

چطور می‌توانم از خودم محافظت کنم؟

بهترین راه برای جلوگیری از ابتلا به هانتاویروس، جلوگیری از تماس با موش‌های گوزنی، مدفوع، ادرار یا بزاق آنها است. شما می‌توانید این کار را با کنترل جوندگان در داخل و اطراف خانه انجام دهید. موش‌ها را از خانه خود دور نگه دارید و یاد بگیرید که چگونه با خیال راحت خانه را تمیز کنید.

برای جلوگیری و حذف موش‌ها از خانه و تمیز کردن ایمن مناطقی که موش‌ها در آنها بوده‌اند، دستورالعمل‌های زیر را دنبال کنید. قبل از تمیز کردن خانه کسی که HPS دارد، با واحد بهداشت عمومی محلی خود تماس بگیرید.

موش‌ها را از خانه خود دور کنید

برای حذف جوندگان از ساختمان‌ها از تله‌های فتری استفاده کنید. آنها را در کیسه‌های زباله پلاستیکی دولا به در بسته ببندید. برای یافتن مناسبترین روش دفع، باید به آیین‌نامه‌های محلی یا مقامات مربوطه مراجعه کنید. برای مثال، می‌توانید کیسه‌های زباله را در گودالی به عمق ۰.۵ تا ۱ متر دفن کنید، آنها را بسوزانید یا در سطل زباله بیندازید. اگر قصد دارید از تله‌ها دوباره استفاده کنید، پس از جمع‌آوری موش‌های مرده، آنها را با مخلوطی از ۱ قسمت سفیدکننده و ۹ قسمت آب ضدعفونی کنید.

از ورود موش‌ها به خانه‌تان جلوگیری کنید

میزان پناهگاه‌های جوندگان، مانند بوته‌های انبوه یا توده‌های چوب، و غذا یا زباله را تا فاصله ۳۵ متری خانه خود کاهش دهید. تمام سوراخ‌های اطراف دیوارها، پنجره‌ها، درها و سقف خانه خود را مسدود کنید.

مناطق که موش‌ها در آنجا بوده‌اند را با رعایت ایمنی تمیز کنید

در حین تمیز کردن، از ماسک فیلتردار مناسب و اندازه، دستکش لاستیکی و عینک ایمنی استفاده کنید. این ماسک‌ها شامل فیلترهای سری ۱۰۰ مورد تأیید NIOSH مانند P100، R100 و N100 (که قبلاً فیلترهای HEPA نامیده می‌شدند) یا یک دستگاه تنفس با کارتریج‌های P100 هستند. همچنین می‌توان از ماسک N95 استفاده کرد. ماسک گرد و غبار مخصوص عایق کاری یا رنگ آمیزی با این ماسک‌های تخصصی متفاوت است. ماسک‌های تخصصی در فروشگاه‌های لوازم ایمنی و برخی فروشگاه‌های ابزار و مصالح ساختمانی موجود است. واحد بهداشت عمومی محلی شما یا WorkSafe BC می‌تواند اطلاعات بیشتری در مورد نحوه‌ی استفاده، کاربرد و محدودیت‌های ماسک ارائه دهد. برای اطلاعات بیشتر، به WorkSafe BC به آدرس www.worksafebc.com مراجعه کنید.

هنگام تمیز کردن مناطقی که موش‌ها در آن زندگی کرده‌اند، از ایجاد گرد و غبار جلوگیری کنید. قبل از شروع، به مدت 30 دقیقه هر فضای بسته‌ای را تهویه کنید. محلول ضدعفونی کننده تهیه کنید. بیشتر ضدعفونی‌کننده‌های عمومی و شوینده‌های خانگی مؤثر هستند. همچنین می‌توان از سفیدکننده رقیق‌شده (۱ قسمت سفیدکننده با ۹ قسمت آب) استفاده کرد.

پس از پوشیدن ماسک، دستکش لاستیکی و عینک ایمنی و انجام کارهای مقدماتی که در بالا توضیح داده شد، این مراحل را دنبال کنید:

1. محلول ضدعفونی‌کننده را با احتیاط روی زباله‌ها بریزید تا از پخش شدن ویروس‌های احتمالی جلوگیری شود - از اسپری استفاده نکنید. اجازه دهید 10 دقیقه خیس بخورد.
2. فضولات، مواد لانه و سایر زباله‌ها را با یک حوله کاغذی پاک کنید و در یک کیسه زباله پلاستیکی قرار دهید. از جارو کردن کف‌های خشک خودداری کنید. جاروبرقی نکشید.
3. طبق قوانین محلی، محتویات را در دو کیسه قرار دهید، کیسه‌ها را ببندید و دفن کنید، بسوزانید یا در سطل زباله بیندازید.
4. فرش‌ها را شامپو بزنید یا بخارشویی کنید، لباس‌ها و ملحفه‌ها را با آب داغ و مواد شوینده بشویید و کف، پیشخوان، کابینت‌ها و کثوفهایی که با موش‌ها در تماس بوده‌اند را ضدعفونی کنید.
5. قبل از درآوردن دستکش‌های لاستیکی، آنها را با مواد ضدعفونی‌کننده یا آب و صابون بشویید. بعد از درآوردن دستکش، دست‌های‌تان را با آب و صابون بشویید.

هنگام پیاده‌روی یا کمپینگ از موش‌ها دوری کنید

سعی کنید لانه‌های جوندگان را تخریب نکنید. از کلبه‌هایی که در آنها فضله موش یا موش صحرایی وجود دارد، استفاده نکنید. مواد غذایی خود را در ظروف ضد جوندگی نگهداری کنید. روی زمین خالی نخوابید.

برای کسب اطلاعات بیشتر

برای اطلاعات بیشتر در مورد نحوه کنترل موش‌ها و جوندگان، به [HealthLinkBC File #37](#) رهایی از جوندگان (موش خانگی و موش صحرایی) مراجعه کنید.

برای نکات صحیح شستن دست‌ها، به [HealthLinkBC File #85](#)

شستشوی دست: به جلوگیری از شیوع آلودگی‌ها کمک کنید مراجعه کنید.



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

برای دیگر موضوعات HealthLinkBC، از www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files دیدن کنید یا به واحد بهداشت

همگانی محل خود مراجعه کنید. برای دریافت اطلاعات و مشاوره بهداشتی غیر اورژانسی در بریتیش کلمبیا از www.HealthLinkBC.ca دیدن کنید یا با شماره 1-8-1 (رایگان) تماس بگیرید. برای افراد ناشنوا و کم شنوا با شماره 1-7-1 تماس بگیرید. خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان، بنا به درخواست موجود است.