

## بیماری استفراغ زمستانی (ویروس کالیزی) معلومات در مورد مریض

بیماری استفراغ زمستانی یکی از شایع ترین عوامل بروز عفونت های روده بی ناشی از ویروس کالیزی می باشد. فرد مصاب به این بیماری بسرعت افراد ماحول خود را به این بیماری مصاب ساخته میتواند. و علت آن هم این است که تعداد زیادی از این ویروس ها در اسهال و استفراغ وجود دارند و تنها به چند ویروس متعدد نیاز است تا این بیماری را به میان آورد. این بیماری معمولاً در بین ماه های نومبر و اپریل شایع می باشد و در ماه های جنوری تا مارچ به اوج خود میرسد. از همین رو آنرا استفراغ زمستانی می نامند. بهبود از این عفونت معافیت محدود به بار آورده و امکان آن وجود دارد تا فرد مصاب در مدت کوتاه چند مرتبه مریض شود.

### انتقال

- بین افراد عمدتاً ذریعه ی تماس دستها
- از طریق غذا و آب آلوده
- از طریق غذای که از سوی شخص مصاب لمس شده باشد
- روی سطوح اشیاء در محیط زیست

### علائم

مدت زمان بین عفونت و ظهور علائم 1 تا 2 روز است. علائم این بیماری عبارتند از آغاز سریع تهوع، استفراغ و یا اسهال و بعضاً تب. بیماری معده ناشی از ویروس کالیزی اکثراً در ظرف دو روز از بین میرود اما این ویروس در معده برای چندین روز باقی میماند.

در صورتیکه شما یا عضو فامیل تان به این بیماری مصاب شوید:

- افراد بزرگسال مصاب به این بیماری زمانی که علائم این بیماری در آنها دیده شود باید در خانه باقی بمانند و در صورت امکان باید از بازدید کلینیک، مرکز ایمرجنسی یا شفاخانه جلوگیری نمایند زیرا احتمال قوی سرایت به دیگران وجود دارد.
- افراد مصاب و آنهایکه کمک میکنند باید حفظ الصحه دستان را بدقت رعایت کنند. دستان تانرا کاملاً شسته و آنرا با دستپاک یکبار مصرف یا دست پاک تکه یی خشک سازید.
- افراد مصاب باید برای دیگران غذا تهیه نکنند و یاهم غذای دیگران را لمس نه نمایند.
- تا زمانیکه دارای علائم این بیماری هستید باید در خانه باقی بمانید و از تماس با دیگران تا حد امکان جلوگیری کنید و همچنان زمانی که علائم از بین رود باید برای 1 تا 2 روز اضافی نیز همین کار را انجام دهید. در صورت امکان، به شفاخانه ها، مراکز نگهداری سالمندان و یا محلات مشابه مراجعه نکنید تا از سرایت بیماری به دیگران جلوگیری کرده باشید.
- هرگاه در خانه تان اضافه تر از یک تشناب وجود داشته باشد، کوشش شود تا فرد مصاب از یک تشناب منحصرأ استفاده نماید.
- بعد از بهبودی: تشناب فرد مصاب باید بدقت پاک و تمیز گردد. دست پاک ها، شاور و بستره ها تعویض گردند.

هرگاه صحتمند باشید:

- از بازدید اعضای مصاب خانواده یا دوستان مصاب بپرهیزید
- در صورت امکان، شفاخانه ها، مراکز نگهداری سالمندان و محلات مشابه را که در آن افراد مصاب زندگی میکنند بازدید نه نمایید.

## تداوی

- این بیماری در ذات خود خطرناک نیست. افراد مصاب به این بیماری باید آب یا مایعات بنوشند و استراحت کنند
- در بین اطفال و افراد مسن مصاب به این بیماری، کم آبی بدن باعث کسالت و ضعف در آنها می‌گردد که در چنین حالت اخذ سیروم برای آنها ضروری پنداشته میشود. در صورت ضرورت، به مرکز صحتان در تماس شوید.

## وقایه

- همیشه قبل از خوردن غذا و بعد از استفاده تشناب دستان تانرا کاملاً بشویید.
- از غذا های بوفه، جاییکه بسیاری افراد غذا ها را لمس میکنند بپرهیزید.

## اقدامات شفاخانه ها و مراکز نگهداری سالمندان

شما تا زمانی که مصاب به اسهال باشید و همچنان به مدت دو روز بعد از اختتام این بیماری در اتاق منزوی تان که دارای تشناب بوده بود و باش خواهید کرد. در جریان این مدت، برای شما غذا تهیه شده و به اتاق تان آورده خواهد شد. قبل از غذا خوری و بعد از استفاده تشناب دستان تانرا با آب و صابون بشویید. رعایت حفظ الصحة خوب با حمام گرفتن و تبدیلی زیرشلواری هر روز نهایت مهم است. در صورت امکان، از ملاقات با عیادت کننده گان جلوگیری کنید. هرگاه قرار باشد با عیادت کننده گان بازدید نمایید، آنها باید قبل از و بعد از ملاقات با شما حفظ الصحة دستان را رعایت نمایند. برای آنها اجازه داده خواهد شد تا تنها از اتاق شما بازدید کنند و به دیگر بخش های صحتان دسترسی نخواهند داشت.

Ring 1177 for health care advice in English/Swedish or visit [www.1177.se/Halland/other-languages](http://www.1177.se/Halland/other-languages)