

موضوع:

بیماری دست پا دهان



تهیه و تنظیم:

واحد آموزشی سلامت

مرکز آموزشی درمانی بو علی سینا

تابستان ۱۴۰۳

افراد مبتلا به بیماری دست، پا و دهان را جدا کنید.

از آنجا که بیماری بسیار مسری است. بهتر است افراد مبتلا به این بیماری که علائم و نشانه های فعال دارند را محدود کنید. کودکان مبتلا به بیماری دست و پا و دهان را از مراکز مراقبت کودک یا مدرسه و مهد کودک ها دور نگه داشته و تا زمانی که تب کودک برطرف شده و زخم های داخل دهان بهبود نیافته از فرستادن او به مهدکودک بپرهیزید. اگر خودتان مبتلا به این بیماری شدید. باید تا زمان بهبود در منزل بمانید.

همچنین یادتان باشد که فرزندان می توانند بیش از یک بار دچار بیماری دست، پا و دهان شود. درست مثل بیماری سرماخوردگی، کودک شما به ویروس خاصی که او را بیمار کرده است ایمنی پیدا می کند، اما بسیاری از سویه های دیگر ویروس می توانند این بیماری را ایجاد کنند.



دستها را با دقت بشویید.

حتماً در طول روز چندین بار دست ها را به خوبی بشویید. خصوصاً بعد از استفاده از توالت یا تعویض پوشک و قبل از تهیه غذا و غذا خوردن، حتماً یکبار دستهای خود را شسته و سپس این کارها را انجام دهید. هنگامی که صابون یا آب بهداشتی در دسترس نیست از دستمال یا ژل های ضد عفونی کننده حاوی الکل برای کشتن میکروب ها استفاده کنید.

محیط را ضد عفونی کنید.

مناطق پر رفت و آمد را ابتدا با آب و صابون به خوبی تمیز کرده و سپس با محلول رقیق آب و کلر محیط را ضد عفونی کنید. مراکز مراقبت از کودک باید یک برنامه دقیق و اصولی برای تمیز کردن و ضد عفونی کردن محوطه بازی و وسایل مشترک بین

کودکان مانند اسباب بازی ها ردشاته باشند، زیرا ویروس می تواند روزها روی این اشیاء و اسباب بازی ها زندگی کرده و سپس وارد بدن کودکان شوند. اگر کودک خردسال دارید، حتماً به طور منظم اسباب بازی ها، پستانک و شیشه کودک را شسته و با آب و نمک ضد عفونی کنید.

بهداشت و نظافت را به کودک خود آموزش دهید.

به فرزندان خود نشان دهید که چگونه بهداشت خود را رعایت کرده و چگونه خود را تمیز نگه دارند. برای آنها توضیح دهید که چرا بهتر است انگشتان دست، دست یا اشیاء و اسباب بازی های دیگر را در داخل دهان خود قرار ندهند

بیماری دست پا دهان:

بیماری دست پا دهان، یک بیماری ویروسی است که توسط ویروس های خانواده اترروویروس و کوکساکسی ویروس ایجاد می شود و خود را به شکل بثورات جلدی در دست ها و پاها و گاهی سایر نقاط بدن، همراه با ضایعات مخاط دهان نشان می دهد.

انتقال بیماری:

انتقال این بیماری به صورت فرد به فرد و از طریق تماس مخاط دهان با ترشحات تنفسی فرد بیمار یا تماس با مایع داخل وزیکول و تاول فرد بیمار است. بیمار مبتلا می تواند ویروس را به مدت ۶ هفته یا بیشتر از طریق مدفوع دفع کند، ولی انتقال ویروس از طریق ترشحات تنفسی حدوداً تا یک ماه پس از ابتلا بطول می انجامد. کودک مبتلا حدود ۷ روز ناقل این بیماری می باشد.

شیوع بیماری:

انتقال بیماری بین اعضای خانواده شایع است. شایعترین سن ابتلا، سنین شیرخوارگی، و در سنین کودکی به ویژه زیر ۵ تا ۷ سال می باشد. هرچند در سن بالاتر نیز گزارش شده است. شایع ترین زمان بروز بیماری فصل تابستان و اوایل پاییز است.

علائم بالینی:

بیماری دست و پا و دهان ممکن است باعث بروز همه علائم و نشانه های زیر یا فقط برخی از آن ها شود. این علائم و نشانه ها معمولاً شامل موارد زیر می شوند:

- ✓ تب
- ✓ گلو درد
- ✓ از دست دادن اشتها
- ✓ احساس ناخوشایند (ضعف)
- ✓ احساس بی قراری در نوزادان و کودکان نوپا
- ✓ بروز ضایعات دردناک، قرمز رنگ و تاول بر روی زبان، لثه ها و داخل گونه ها
- ✓ ضایعات قرمز رنگ، بدون خارش. اما گاهی همراه با تاول، روی کف دست، کف پا و گاهی باسن

عوارض:

شایع ترین عارضه ناشی از بیماری دست، پا و دهان کم آبی بدن است. این بیماری می تواند باعث ایجاد زخم در دهان و گلو شده و بلع را برای فرد مبتلا دردناک و مشکل سازد. در طول دوره بیماری مراقب کودک خود باشید. تا مطمئن شوید که کودکان در طول بیماری غالباً مایعات مصرف می کند. اگر کم آبی بدن کودک شدید بود باید حتماً در روند بهبودی کودک مداخله کرده و با تزریق مایعات داخل وریدی، مشکل کم آبی بدن کودک را برطرف کرد.

این بیماری عوارض جدی خاصی ندارد. ندرتاً در صورت ابتلا به سویه های خاصی از اترروویروس ها می تواند بیماری شدیدی ایجاد کند که از طریق اختلال در تغذیه سبب ایجاد کم آبی، انسفالیت، مننژیت ویروسی، بیماری التهابی قلب، التهاب لوزالمعده، زخم ملتحمه، و به صورت دیررس ریزش ناخن ها ۳-۸ هفته بعد از شروع بیماری شود.

تشخیص:

تشخیص این بیماری به صورت بالینی انجام می شود و نیاز به تست های تشخیصی خاصی نیست، مگر در مواردی که عوارض شدید بیماری بروز کنند.

درمان:

- در بیشتر موارد، عفونت بدون درمان در ۷ تا ۱۰ روز از بین می رود. با این وجود، پزشک شما ممکن است درمان های خاصی را برای کمک به سهولت در علائم توصیه کند تا زمانی که بیماری مسیر خود را طی کند. این موارد می تواند شامل موارد زیر باشد:
- ✓ پمادهای موضعی بدون نسخه برای تسکین تاول و بثورات
 - ✓ داروهای ضد درد مانند استامینوفن یا ایبوپروفن برای تسکین سردردها استفاده می شود
 - ✓ شربت های دارویی یا لوزه برای تسکین گلو درد

پیشگیری:

بهداشت خوب بهترین دفاع در برابر بیماری های دست، پا و دهان است.