



راهنمایی برای جامعه:

آنچه باید در مورد بیماری تب دنگی بدانیم

بیماری تب دنگی

تب دنگی یا تب دانگ یک بیماری ویروسی است که از طریق گزش پشه آندس به انسان منتقل می‌شود. در اکثر موارد، ابتلا به این بیماری بدون علامت یا همراه با بروز علائم خفیف است، اما در موارد نادر (حداکثر ۵ درصد موارد) علائم بیماری تشدید شده و حتی می‌تواند منجر به مرگ شود. معمولاً علائم بیماری بین ۴ تا ۱۰ روز پس از انتقال شروع می‌شوند و ۲ تا ۱۰ روز ادامه دارند. علائم بیماری تب دنگی شامل تب شدید (۴۰ درجه!)، سردرد شدید و درد پشت چشم، درد عضلانی و مفاصل، حالت تهوع و استفراغ و بثورات پوستی (کهپیر) می‌شود، بنابراین توصیه می‌کنیم با مشاهده این علائم برای دریافت خدمات درمانی به پزشک معالج مراجعه بفرمایید.

ناقل بیماری؛ پشه آندس



همانطور که قبلاً گفته شد، تب دنگی تنها از طریق گزش پشه آندس منتقل می‌شود. پشه آندس در مناطق شهری و اطراف آن هم در محیط بیرون و هم در داخل ساختمان زندگی می‌کند. این نوع پشه در طول روز فعال است و به‌ویژه اوایل صبح و قبل از غروب اقدام به گزش می‌کند. محل تخم‌ریزی پشه آندس، آبهای راکد محیط‌های شهری نظیر گودال‌ها و فرورفتگی‌های معابر با تجمع آب باران، ظروف زیر گلدان، ظروف ذخیره آب، تیرهای مستعمل خودرو، ناودان‌های مسدود شده، گودال پای درختان، حفره‌های روی تنه درختان هستند. در صورت وجود شرایط مساعد محیطی، تکثیر پشه آندس (از مرحله تخم تا پشه بالغ) حدود هفت روز طول می‌کشد.

آمار و گستره انتشار بیماری در جهان

ابتلا به تب دنگی در جهان در حال افزایش است؛ بطوریکه در سال ۲۰۲۳ حدود ۶ میلیون مورد بیماری گزارش شده و آمار ابتلا فقط طی ۷ ماه اول سال ۲۰۲۴ به بیش از ۱۰ میلیون مورد رسیده است. در حال حاضر حدود نیمی از جمعیت جهان در معرض خطر ابتلا به تب دنگی هستند. در سال‌های اخیر پشه آندس علاوه بر زیستگاه اصلی یعنی مناطق گرمسیری و نیمه گرمسیری در همه قاره‌ها به جز قطب جنوب مشاهده شده و دامنه جغرافیایی انتقال تب دنگی را افزایش داده است.

وضعیت بیماری در کشور

بر اساس آخرین آمار منتشر شده وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی (۳۱ تیرماه ۱۴۰۳)، عمده مبتلایان به تب دنگی در کشور (۱۵۱ مورد از ابتدای سال ۱۴۰۳) سابقه سفر به کشورهای امارات و یا پاکستان را داشته‌اند، علاوه بر این پشه آندس در استان‌های جنوبی و شمالی کشور شناسایی شده، در نتیجه احتمال ابتلا با منشأ داخلی نیز وجود دارد.

راه‌های پیشگیری از ابتلا به بیماری تب دنگی

در حال حاضر واکسن مورد تایید برای استفاده عموم در دسترس نیست و تنها در بعضی کشورها در مناطق با خطر بالای بیماری، دریافت واکسن برای کودکان و افراد مستعد بیماری توصیه شده است. بنابراین در شرایط موجود بهترین راه پیشگیری از ابتلا به تب دنگی، حذف محل‌های تکثیر پشه آندس با بهسازی محیط و جلوگیری از گزش پشه آندس با خودمراقبتی است.

الف- حذف آبهای راکد: بهترین راه کنترل بیماری تب دنگ

بهترین راه کنترل بیماری تب دنگی، بهسازی محیط از طریق حذف آبهای راکد در محیط زندگیست. هر جایی که آب راکد ایجاد می شود باید آن را حذف نماییم. جاهایی مثل حوض و استخر آب، گودالها و باغچه ها، ظروف آب زیر گلدان، پسماندهایی نظیر تیر فرسوده ماشین، بطری آب، قوطی کنسرو، ظروف یکبار مصرف، کفشوی حیاط و محوطه و ناودان پشت بام، ظروف آب پرندگان و حیوانات خانگی و ... می تواند محل تجمع آب راکد باشد. حذف آبهای راکد و یا تعویض زود هنگام آنها می تواند مانع رشد و تکثیر پشه منتقل کننده این بیماری شود.

ب- خودمراقبتی برای جلوگیری از گزش پشه آندس

- ۱- حتی المقدور از مسافرت به مناطق و کشورهای با شیوع بالای بیماری تب دنگی پرهیز کنیم.
- ۲- از تردد در محیط‌های تجمع پشه‌های بالغ نظیر مکان‌های سایه‌دار و با پوشش گیاهی به ویژه در هنگام صبح و قبل از غروب پرهیز کنیم.
- ۳- در محیط بیرون لباس‌های محافظ شامل پیراهن آستین بلند، شلوار، جوراب و کفش بسته بپوشیم.
- ۴- در مناطق با شیوع بالای بیماری، در محیط بیرون از فرآورده‌های دافع حشرات (مطابق دستورالعمل روی برچسب) استفاده کنیم. در حال حاضر دو فرآورده دافع حشرات دیت و IR ۳۵۳۵ مورد تایید سازمان غذا و دارو بوده و در اشکال مختلف از قبیل لوسیون، کرم، قلم و اسپری در داروخانه‌ها و فروشگاه‌های معتبر عرضه می‌شود.
- ۵- با بسته نگه داشتن در و پنجره و یا نصب توری بر روی آنها از ورود پشه به داخل ساختمان جلوگیری کنیم.
- ۶- در صورت احساس گزش پشه، به ویژه برای کودکان از پشه‌بند استفاده کنیم.
- ۷- در صورت احساس گزش پشه، در محیط داخل ساختمان از حشره‌کش‌های برقی، اولتراسونیک و یا شیمیایی (مطابق دستورالعمل روی برچسب) استفاده کنیم.

توصیه پایانی

جهت اطلاع از آخرین وضعیت شیوع بیماری تب دنگی در کشور و اقدامات پیشگیرانه و درمانی، اخبار را از منابع معتبر نظیر وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور و صدا و سیما پیگیری کنیم.

انجمن علمی بهداشت محیط ایران (iaeh.ir)

مرداد ۱۴۰۳