

کد سند : AE/AB/HES/BR-INFE/01/01

تاریخ تدوین: ۱۴۰۰/۱/۲۰ شماره بازنگری: ۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۱/۲۰ تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۱/۲۰

سل چیست؟



ناظر علمی: خانم دکتر میرشکار

دفتر آموزشی سلامت

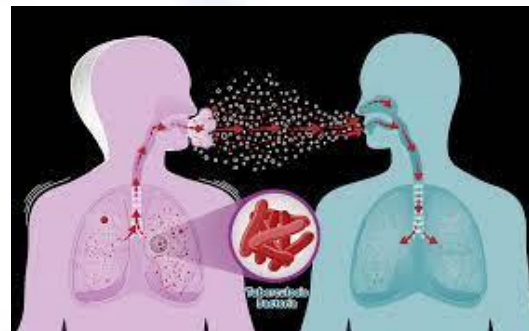
تابستان ۱۴۰۲

سل چیست؟

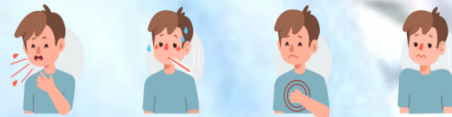
سل یک بیماری عفونی است که توسط باکتری مایکوباکتریوم توبرکلوزیس ایجاد میشود . سل اغلب ریه ها را درگیر می کند ولی در هر جایی از بدن ممکن است رخ دهد .

علائم بیماری سل را بشناسیم

علامت شایع بیماری سرفه های مزمن و طولانی که گاهی همراه با خلط خونی. می باشد و چند هفته طول می کشد .



احساس ضعف به همراه بی اشتهایی و کاهش وزن و تب و تعریق شبانه و همچنین درد تیزی که در ناحیه قفسه سینه است و با نفس کشیدن و سرفه ایجاد و تشدید می شود. کسانی که در تماس نزدیک با بیماری که درمان نمی شود باشند و یا با او زندگی کنند در معرض خطر ابتلا هستند



Blood cough Fever Chest pain Chills



Long term cough Fatigue Night sweats Weight loss

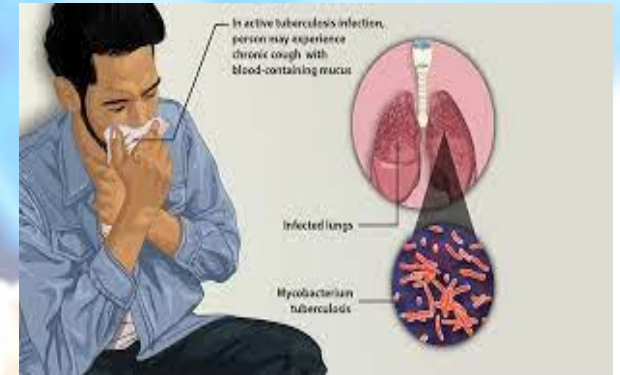
آیا راه انتقال بیماری سل را می دانید؟

بیماری سل به وسیله قطره های ریز موجود در هوا از فردی به فرد دیگر منتقل می شود. با سرفه شخص مبتلا ، باکتری های سل در هوا پخش می شود و برای ساعتها در محیط می ماند هر شخصی که از این هوای آلوده برای مدتی استنشام کند ممکن است مبتلا شود.

هر فرد مبتلا می تواند ۱۶ نفر را در صورت عدم درمان مبتلا کند.

کسانی که در تماس نزدیک با بیماری که درمان نمی شود باشند و یا با او زندگی کنند در معرض خطر ابتلا هستند.

خطر بروز بیماری در موارد ضعف ایمنی به هر علتی و یا مصرف مواد مخدر و تغذیه بدو در سنین بالا افزایش می یابد .



نکاتی که در رابطه با بیماری سل باید بدانیم:

- ❖ شخص مبتلا به سل بایستی دهان خویش را هنگام سرفه یا عطسه با دستمال یکبار مصرف بپوشاند تا باکتریها در هوا پخش نشود و پس از آن، دست های خود را با دقت بشویند.
- ❖ هر روز در معرض نور آفتاب قرار گیرد.
- ❖ لباس و ملحفه با آب گرم شسته و در معرض نور آفتاب قرار گیرد.

- ❖ توصیه به مصرف رژیم پرکالری - پرپروتئین (فرنی - حلیم - ماکارونی - سیب زمینی - سبزیجات - کمپوت - انواع میوه ها - خشکبار - لبنیات - سوپ خامه دار یا با گوشت) و سرشار از ویتامین ها بخصوص ویتامین C (مرکبات - سبزیجات و میوه ها)
- ❖ اگر شخص در معرض خطر و یا جوان باشید نیاز به یک دوره ۹-۶ ماهه درمان دارویی دارید
- ❖ اگر دوره درمانی را کامل دریافت نکنید دچار اشکال مقاوم بیماری می شوید
- ❖ دستمال های آلوده در داخل کیسه قرارداد و سپس معدوم یا سوزانده شود

منبع: برونر و سودارث

شماره تلفن بیمارستان: ۷۳-۳۳۲۹۵۵۷۱

شماره داخلی: ۱۵۴۲

آدرس لینک آموزش به بیمار بیمارستان:

*آموزش-به-بیمار-و-ارتقای-

سلامت/https://alihos.zaums.ac.ir/

- ❖ از زندگی در مکان های مرطوب اجتناب شود
- ❖ هر روز درب و پنجره اتاق جهت تهویه و آفتاب دهی باز شود
- ❖ در مراحل اولیه بیماری سعی شود که در اتاق جداگانه بخواهید
- ❖ از حوله دست و صورت جداگانه استفاده نمایید
- ❖ ظروف غذاخوری بعد از مصرف جداگانه بامقدار کافی محلول تمیزکننده پاک و شستشوداده شود
- ❖ از حضور در مکان های شلوغ اجتناب نمایید
- ❖ از مصرف مواد مخدر اجتناب نمایید
- ❖ توصیه به استراحت کافی در تخت تا زمان درمان کافی بیماری
- ❖ اجتناب از انجام فعالیت های سنگین
- ❖ جهت تسهیل در خروج خلط توصیه می شود که در وضعیت نشسته قرار بگیرید، سه بار نفس عمیق کشیده، دهانتان را با دستمال بپوشانید و بعد سرفه کنید
- ❖ توصیه به مصرف مایعات فراوان جهت رقیق شدن خلط و خروج راحت تر ترشحات