



Public Health
Agency

HEALTH

سرخک

علائم و درمان

**سرخک بیماری ویروسی بسیار
واگیرداری است که می تواند بسیار
ناخوشایند باشد و گاهی موجب
مشکلات جدی شود. واکسن سرخک،
اوریون و سرخجه (MMR) برای
محافظت از افراد در برابر ابتلا به
سرخک (و نیز اوریون و سرخجه)
بسیار موثر است.**

با اینکه سرخک در خردسالان شایع تر است
اما هر کسی که واکسن نزده باشد یا پیشتر
به این بیماری مبتلا نشده باشد، ممکن است
به سرخک مبتلا شود.

این عفونت معمولا در مدت تقریبا 7 تا
10 روز از بین می رود.



علائم سرخک

علائم اولیه سرخک به مدت حدودا 10 روز وجود دارند، اما پس از ابتلا ممکن است به کوتاهی 7 روز یا به اندازه 21 روز نیز به طول انجامد. این علائم می توانند شامل موارد زیر باشند:

- علائم شبه سرما خوردگی، مانند آبریزش بینی، عطسه، و سرفه؛
- چشمان قرمز و دردناک که ممکن است به نور حساس باشند؛
- دمای بالای بدن (تب)، که ممکن است به حدود 40 درجه سانتیگراد (104 درجه فارنهایت) برسد؛
- لکه های کوچک خاکستری مایل به سفید در داخل گونه ها.

چند روز بعد، بثورات جلدی لکه دار قرمز-قهوه ای ظاهر خواهند شد. شروع این بثورات جلدی معمولا از سر یا قسمت بالای گردن است، سپس در بخش خارجی سایر قسمت های بدن منتشر می شود.

چه زمانی به پزشک عمومی خود مراجعه کنید

اگر مشکوک هستید که شما یا فرزندتان به سرخک مبتلا شده اید، باید در اسرع وقت با پزشک عمومی خود تماس بگیرید.

پیش از ملاقات خود باید تماس تلفنی داشته باشید زیرا ممکن است نیاز باشد که مطب پزشک هماهنگی هایی را انجام دهد تا از ریسک انتشار عفونت به دیگران بکاهد.

آیا سرخک بیماری جدی است؟

عامل سرخک ویروس بسیار واگیرداری است که موجب بثورات جلدی و تب بالا می شود. همچنین این بیماری می تواند جدی باشد.

سرخک می تواند ناخوشایند باشد، اما معمولا در حدود 7 تا 10 روز بدون ایجاد مشکلات دیگری از بین خواهد رفت. کودک مبتلا به سرخک باید حدود پنج روز در تخت باشد و ممکن است به مدت ده روز از مدرسه دور بماند. بزرگسالان احتمالا برای مدت طولانی تری بیمار خواهند بود.

البته این بیماری در برخی افراد نیز می تواند بسیار جدی و همراه با مشکلاتی باشد که خطر بالقوه ای برای زندگی آنها دارد. تقریبا یک کودک از هر 15 کودک مبتلا به سرخک با مشکلات جدی تری درگیر خواهد شد. این مشکلات می توانند شامل عفونت گوش و سینه، تشنج، اسهال، آنسفالیت (عفونت مغزی)، و آسیب مغزی شوند. سرخک می تواند موجب مرگ شود.

با ابتلا به سرخک، بدنتان مقاومت خود (ایمنی) در برابر ویروس را افزایش می دهد و احتمال ابتلای دوباره شما به این بیماری بسیار کم می شود.

نحوه انتشار سرخک

ویروس سرخک در میلیون ها قطره کوچک خارج شده از بینی و دهان فرد مبتلایی که سرفه یا عطسه می کند وجود دارند.

با استنشاق این قطرات یا، اگر این قطرات روی سطحی قرار داشته باشند، با تماس با آن سطح و سپس قرار دادن دستان خود نزدیک بینی یا دهانتان ممکن است به سادگی به سرخک مبتلا شوید. این ویروس می تواند تا چند ساعت روی سطوح زنده بماند.

افراد مبتلا به سرخک از زمان بروز علائم تا حدود چهار روز پس از ظهور اولین نشانه های بثورات جلدی واگیردار هستند.

چگونگی پیشگیری از سرخک

با تزریق واکسن سرخک، اوریون و سرخجه (MMR) می توان از سرخک پیشگیری کرد.

این واکسن بعنوان بخشی از برنامه واکسیناسیون کودکان در دو دوز تزریق می شود. اولین دوز درست پس از اولین سالگرد تولد فرزندان و دومین دوز در 3 سال و 4 ماهگی او، پیش از شروع مدرسه به فرزندان تزریق می شود.

کودکان بزرگ تر و بزرگسالان در صورتی که پیشتر کاملاً واکسینه نشده باشند، می توانند در هر سنی واکسن را دریافت کنند. در مورد دریافت واکسن از پزشک خود اطلاعات کسب کنید.

درمان سرخک

درمان خاصی برای سرخک وجود ندارد، اما وضعیت بیمار معمولاً در مدت 7 تا 10 روز بهبود می یابد. احتمالاً پزشک عمومیتان به شما پیشنهاد خواهد کرد که تا زمان بهبودی، در خانه به خود سخت نگیرید.

برای کاهش ریسک انتشار عفونت، حداقل چهار روز از زمان بروز اولین نشانه های بثورات جلدی سرخک، از محل کار یا مدرسه دور بمانید.

همچنین باید سعی کنید از تماس با افرادی که نسبت به عفونت آسیب پذیرتر هستند اجتناب کنید، مانند خردسالان، زنان باردار و افرادی با سیستم ایمنی ضعیف شده.

تسکین علائم

اگر علائم سرخک موجب ناراحتی شما یا فرزندتان می شود، در حین انتظار برای غلبه بدنتان بر ویروس، چند راهکار برای بهبود این علائم وجود دارد که می توانید انجام دهید.

کنترل کردن تب و تسکین درد

در صورتی که فرزندتان احساس ناراحتی می کند، برای کاهش دمای بالای بدن (تب) و تسکین هر گونه درد می توان از پاراستامول یا ایبوپروفن استفاده کرد.

برای خردسالان می توان از پاراستامول مایع برای اطفال استفاده کرد. نباید به کودکان زیر 16 سال آسپرین داده شود.

در صورتی که مطمئن نیستید کدام داروها برای کودکان مناسب است، با دکتر داروخانه صحبت کنید.

نوشیدن مایعات فراوان

اگر فرزندتان تب دارد، اطمینان یابید که مایعات فراوانی مصرف می کند زیرا ممکن است با خطر کم آبی بدن مواجه باشد.

حفظ کردن آب بدن نیز می تواند در کاهش ناراحتی گلو ناشی از سرفه کمک کند.

درمان چشمان دردناک

با استفاده از پنبه خیسانده شده در آب می توانید هر گونه پوسته و قی را به آرامی از پلک ها و مژه های فرزندتان پاک کنید.

اگر نور روشن موجب آزار چشمانش می شود، کشیدن پرده ها یا کم کردن نور می تواند کمک کند.

درمان علائم شبه سرما خوردگی

اگر فرزندتان علائمی شبیه سرما خوردگی دارد، مانند آبریزش بینی یا سرفه، راهکارهایی وجود دارد که می توانید برای کمک به راحتی بیشتر او انجام دهید. برای مثال، می توانید حوله خیس را روی رادیاتور گرم قرار دهید تا هوا را مرطوب کرده و به راحت تر کردن سرفه فرزندتان کمک کند.

نوشیدن مایعات گرم، به ویژه مایعات حاوی لیمو یا عسل، نیز می توانند به آرام کردن مجاری تنفسی، نرم کردن مخاط، و تسکین سرفه کمک کند. عسل نباید به نوزادان زیر 12 ماه داده شود.

شناسایی علائم بیماری جدی

اگر شما یا فرزندتان به سرخک مبتلا شده اید، باید مراقب علائم مشکلات جدی باشید که گاهی می توانند بروز کنند. علائم بیماری جدی تر عبارتند از:

- تنگی نفس؛
- درد شدید قفسه سینه که با تنفس بدتر می شود؛
- سرفه همراه با خون؛
- خواب آلودگی؛
- گیجی؛
- تشنج (حملات تشنجی).

اگر شما یا فرزندتان هر یک از این علائم را دارید، به بخش اورژانس مراجعه کرده یا از طریق تماس با 999 درخواست آمبولانس کنید.





Public Health Agency

Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.

Tel: 0300 555 0114 (local rate).

www.publichealth.hscni.net

www.nidirect.gov.uk

Find us on:



YouTube

این نشریه برگرفته از اطلاعاتی است که در اصل توسط
آژانس امنیت سلامت انگلستان تدوین شده است و تحت
"مجوز دولت باز" نسخه 3.0 مورد استفاده قرار می گیرد.

برای دریافت اطلاعات بیشتر با پزشک خود تماس گرفته
و یا به وبسایت زیر رجوع کنید: www.nhs.uk/mmr