



## تب‌دانگ ویژه بیماران

۱ تب دانگ یک بیماری تب دار ویروسی است که توسط گزش پشه روز گز به نام آئدس منتقل می شود.

۲ تشخیص قطعی بیماری با آزمایش خون است.

۳ پشه آئدس می تواند در هر ظرف یا جایی که مقداری آب جمع شود تخم گذاری کند مانند: لاستیک، قوطی کنسرو، قایق، گلدان شیشه ای و...



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی



iec.behdasht.gov.ir

در صورتی که در محل زندگی شما پشه آئدس وجود دارد نکات زیر را رعایت کنید

توری به در و پنجره ها نصب کنید.



در روز و شب زیر پشه بند استراحت کنید.



دوبار در شبانه روز در نقاط تاریک و خنک خانه حشره کش، اسپری کنید. (مانند کمد لباس، زیر تخت، ...).



از تردد غیر ضروری خارج از منزل پرهیز کنید.



فرد بیمار هنگام خروج از منزل، از فرآورده های دورکننده حشرات بر روی پوست استفاده نماید.



لباس های رنگ روشن، آستین بلند و شلوار بلند و جوراب بپوشید.



از تجمع آب راکد جلوگیری کنید.



دوره نقاهت و پس از بهبودی

بلافاصله فعالیت ها و ورزش های سنگین آغاز نشود و استراحت کافی در دوران نقاهت با فعالیت بدنی سبک همراه باشد.

اگر هر کدام از علایم بالا را داشتید بلافاصله به پزشک مراجعه کنید و سابقه سفر در دو هفته اخیر و لیست داروهای مصرفی خود را با ایشان در میان بگذارید.

## نکته



## خود مراقبتی در منزل

بسیاری از بیماران با استراحت و درمان های ساده خانگی شامل موارد زیر بهبود می یابند:

### ● استراحت کافی

● مصرف مایعات فراوان (از مصرف نوشابه، چای، قهوه و سایر نوشیدنی های کافئین دار و انرژی زا پرهیز شود)

● مصرف میوه و سبزیجات

● استفاده از استامینوفن برای کاهش درد و تب

پرهیز از مصرف داروهایی مانند ایبوپروفن (ادویل، ژلوفن)، آسپرین، نوافن، دیکلوفناک، ناپروکسن و مفنامیک اسید: زیرا در این بیماری ممکن است باعث خون ریزی شود.

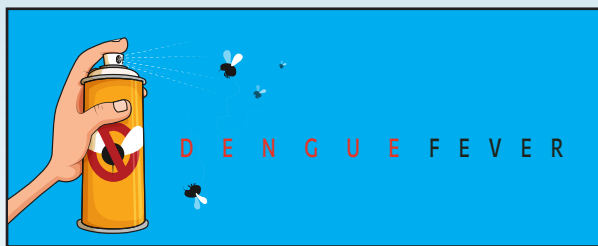


## نکته

بیماری از انسان به انسان منتقل نمی شود لذا جداسازی بیمار از سایر افراد خانواده ضرورت ندارد.

مدت زمان بیماری در افراد مختلف فرق می کند و می تواند از ۴ تا ۱۴ روز طول بکشد. (به طور متوسط ۷ روز)

در ۷ روز اول بیماری تبار، بیماران باید مراقب باشند که مورد گزش پشه ها قرار نگیرند چون ویروس دانگ در هفته اول بیماری در بدن بیماران وجود دارد و ویروس می تواند از بدن بیماران به پشه های غیرآلوده منتقل شود، و سپس پشه های آلوده شده بعد از گذشت ۱ تا ۲ هفته، می توانند بیماری را به سایر افراد منتقل نمایند.



## زمان مراجعه به پزشک

وقتی تب بیمار شروع به کاهش می نماید در تعداد کمی از بیماران ممکن «علایم هشدار» ظاهر شود که اطلاع از آنها بسیار مهم است و شامل موارد زیر می باشد:

۱ استفراغ های مکرر

۲ درد شدید شکم

۳ خونریزی از مخاط شامل بینی، لثه و دهان مقعد، واژن

۴ بیحالی و ضعف شدید

۵ دشواری در تنفس

۶ کم آبی بدن مانند: کاهش شدید حجم ادرار، خشکی دهان، سرگیجه، افت شدید فشارخون

۴- زمان اوج گزش پشه دو ساعت بعد از طلوع آفتاب و پنج ساعت قبل از غروب آفتاب است.

۵- احتمال بروز فرم شدید بیماری، در کودکان زیریک سال، زنان باردار، افراد دارای نقص ایمنی، و کسانی که قبلا یکبار تب دانگ گرفته اند بیشتر است.

## علائم تب دانگ

از هر ۴ نفر مبتلا به بیماری تب دانگ، ۳ نفر بدون علامت یا با علامت های بسیار خفیف هستند. علائم شامل:

تب بالا که معمولا ناگهانی آغاز می شود.



دردهای استخوانی



سردرد شدید



بدن درد، درد مفاصل و عضلات



درد پشت چشم



بی اشتهایی



تهوع و استفراغ



برخی بیماران ممکن است علامت های دیگری مانند اسهال، قرمزی پوست و تورم غدد لنفاوی را تجربه نمایند.