



ویروس چیکونگونیا

ویروس چیکونگونیا چیست؟ ویروس چیکونگونیا (CHIKV) از طریق پشه به افراد منتقل می شود. CHIKV باعث ایجاد ناگهانی تب بالا و درد در مفاصلها می شود. CHIKV معمولاً باعث ایجاد مرگ در افراد نمی شود، اما عوارض آن می تواند ناتوانی هایی را در افراد ایجاد کرده و برای برخی مشکلات حادی را ایجاد کند. CHIKV سبب افزایش آگاهی شما می شود - نیازی به دلهره و نگرانی نیست. عامل مهم در این میان، آگاهی نسبت به این ویروس و روش هایی برای پیشگیری از آلودگی به آن است. اقداماتی که انجام می دهید کمک می کنند از بروز سایر بیماری هایی نیز که به وسیله پشه ها منتقل می شوند، جلوگیری شود.

CHIKV چطور پخش می شود؟ CHIKV از طریق نیش پشه که بیشتر در طول روز انجام می شود منتقل می شود. پشه با تغذیه از فردی که قبلاً به این ویروس مبتلا شده است، به این ویروس مبتلا می شود. سپس پشه های مبتلا به این ویروس، از طریق گزیدن سایر افراد این ویروس را منتقل می کنند. CHIKV به ندرت در زمان تولد نوزاد از مادر به فرزند منتقل می شود. CHIKV از طریق تماس های معمولی مانند لمس کردن یا بوسیدن فردی که مبتلا به ویروس است، پخش نمی شود.

عوارض CHIKV چیست؟ عوارض این بیماری در روزهای 3 تا 7 بعد از گزیده شدن توسط پشه بیمار بروز می کند. عوارض CHIKV در بیماران مختلف با یکدیگر متفاوت است و می تواند شامل موارد زیر شود:

- شروع ناگهانی تب بالا (بیشتر از 102 درجه فارنهایت)
- درد شدید در مفاصل ها به خصوص در دست ها و پاها
- سردرد
- درد ماهیچه
- کمر درد
- کهیر (در تقریباً 50% از موارد)

اکثر بیماران بعد از چند روز یا هفته احساس بهبود می کنند. بعضی افراد ممکن است به مدت طولانی دچار درد مفاصل شوند. مشکلات حاد به ندرت بروز می کند، اما بیشتر در افراد زیر مشاهده می شوند:

- نوزادان (کمتر از 1 سال)
 - افراد مسن (بیشتر از 65 سال)
 - افرادی که شرایط مزمنی دارند مانند دیابت، فشار خون بالا و دیگر موارد.
- ***افراد در گروه های بالا باید بیشتر مراقب باشند توسط پشه گزیده نشوند.*****

درمان CHIKV به چه صورت است؟ هیچ داروی خاصی برای درمان CHIKV وجود ندارد و واکسنی نیز برای جلوگیری از CHIKV نیست.

اگر احساس کردید به CHIKV مبتلا شده اید، باید چه کاری انجام دهید؟ از دارو (بجز آسپرین) می توانید برای کاهش تب و درد مفاصل استفاده کنید. با پزشک مشورت کنید.

اگر فکر می کنید دچار CHIKV شده اید:

- علائمتان را در جایی یادداشت کنید و به پزشک مراجعه کنید.
- از خودتان در برابر گزش بیشتر پشه ها مراقبت کنید.
- اگر دچار بیماری ناشی از CHIKV شده اید، نگذارید پشه ای شما را بگزد، از این طریق مانع از شیوع بیماری در دیگران می شوید.

چه کاری می توانم انجام دهم؟ با استفاده از 4 مورد زیر از خودتان مراقبت کنید.

هر روز از DEET استفاده کنید

هرگاه خارج از خانه هستید، از ضدحشرات حاوی DEET یا دیگر ضدحشرات مورد تأیید EPA استفاده کنید و دستورالعمل های موجود را دنبال کنید.

لباس

در بیرون از خانه لباس های بلند، گشاد و رنگ روشن بپوشید.

تخلیه آب

همه آب های راکد در خانه و اطراف خانه تان را تخلیه کنید.

غروب و طلوع خورشید

در زمان طلوع و غروب خورشید که پشه ها فعالیت بیشتری دارند، فعالیت های بیرون از خانه را محدود کنید.