

روش سالمسازی میوه و سبزیجات:

۱- پاکسازی :

شستشوی گل و لای سبزی و میوه با آب سالم.

۲- انگل زدایی :

به ازای هر لیتر آب ۳ تا ۵ قطره مایع ظرفشویی ریخته و سبزی را به مدت ۵ دقیقه در آن شناور می کنیم. سپس با آب سالم آنها را کاملاً شستشو می دهیم تا تخم انگل ها و باقیمانده مایع ظرفشویی پاک شود.

۳- گندزدایی:

یک گرم (نصف قاشق چایخوری) پودر پرکلرین را در ظرف ۵ لیتری پر از آب ریخته و سپس میوه و سبزیجات را به مدت ۵ دقیقه در آن غوطه ور می کنیم.

۴- شستشو :

سبزی ضدعفونی شده را مجدداً با آب سالم می شوئیم.

منابع:

سایت پزشکان بدون مرز

سایت معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی زنجان

تماس با ما: ۰۳۷۲۴۹۰۰۳-۰۴۱

اقدامات پیشگیری از وبا

اساس پیشگیری از بیماریهای اسهالی از جمله وبا، رعایت بهداشت فردی می باشد .

– استفاده از آب سالم جهت شستشو، پخت و پز و آشامیدن.

– پرهیز از مصرف آب غیر مطمئن چشمه رودخانه و آب چاه.

– مصرف سبزیجات و میوه جات بعد از سالم سازی.

– پختن غذاهای گرم تا حدی که کاملاً داغ شود.

– شستشوی دستها با آب و صابون بعد از اجابت مزاج و قبل از تهیه غذا.

– جهت اطمینان، از مصرف آب آشامیدنی سالم یا از آب

ضدعفونی شده با کلر استفاده کنید یا اینکه آن را بجوشانید.

سه قاعده ساده برای پیشگیری از وبا :

۱- از غذای پخته استفاده کنید.

۲- از آب سالم استفاده کنید.

۳- دستهای خود را با آب و صابون بشوئید.



وبا (التور)



تهیه و تنظیم:

واحد بهداشت محیط

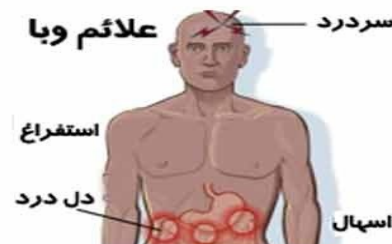
بهمن ۱۳۹۵

تعریف وبا

وبا (کلرا) نوعی بیماری اسهالی واگیردار است که عامل آن نوعی باکتری به نام ویبریوکلرا می باشد. این بیماری بیشتر در نقاط گرم مرطوب دیده می شود. بیماران مبتلا به وبا به طور مشخص دچار اسهال حاد آبکی همراه با دهیدراتاسیون می شوند. این بیماری در اثر تولید و تجمع سم میکروب و بادر روده باریک ایجاد می شود و در اکثر موارد باعث از دست رفتن سریع آب و الکترولیت های بدن از طریق روده می گردد و در صورتی که درمان نشود باعث شوک و سرانجام منجر به مرگ می شود

علائم وبا

وبا طیف بالینی وسیعی دارد و تقریباً حدود ۷۵ درصد از افرادی که دچار عفونت با ویبریوکلرا می شوند، هیچ نشانه از بیماری ندارند. وبای علامت دار با شروع ناگهانی اسهال آبکی شدید بدون درد و پیچش شکم همراه با تهوع و استفراغ در مراحل اولیه بیماری می باشد که با پیشرفت اسهال علائم کم آبی ظاهر می شود و با کم آبی شدید بیمار ممکن است دچار کرامپ های عضلانی جنرالیزه و کاهش حجم ادرار شود که اهمیت زیادی دارد در بیماران درمان نشده، دهیدراتاسیون سریع، اسیدوز، کولاپس عروقی، هیپو گلیسمی در بچه ها و نارسایی کلیه شایع است.



راه های انتقال وبا

- دستهای آلوده
- تماس با مواد دفعی و استفراغ بیماران و لوازم آلوده بیمار
- آب آلوده
- غذای آلوده
- میوه و سبزیجات آلوده

تشخیص بیماری وبا

براساس جداکردن سرو گروپ آزمایشگاهی سریع در دسترس نباشد از محیط انتقال cary blair برای انتقال یا نگهداری نمونه مدفوع یا نمونه سواپ استفاده میشود

مورد مظنون وبا : در منطقه ای که وبا بومی نیست هر فرد ۲ سال به بالا دچار دهیدراتاسیون شدید شود و یا در اثر اسهال آبکی شدید بمیرد ، یادر منطقه ای که وبا همه گیر و یا آندمیک است ، هر فرد ۲سال به بالا اسهال حاد آبکی داشته باشد.