

هر آنچه که باید در مورد بیماری سل بدانید

سل یک بیماری عفونی واگیر است که در اثر میکروبی میله ای شکل به نام باسیل سل ایجاد می شود. این بیماری می تواند به هر قسمتی از بدن انسان مانند استخوان ها، مفاصل، مغز، کلیه، پوست و ... حمله و آن ها را گرفتار کند، اما به دلیل نیاز و علاقه زیاد این میکروب به اکسیژن، در ۸۰ درصد موارد ریه ها را هدف حمله خود قرار می دهد. این بیماری از گذشته های دور در کشورهای مختلف دنیا وجود داشته و در طول تاریخ باعث ابتلا و مرگ انسانهای زیادی شده است و هنوز هم یک مشکل جهانی به حساب می آید. در حال حاضر حدود ۱/۷ میلیارد نفر در دنیا با میکروب سل آلوده شده اند و بدون آنکه احساس بیماری کنند میکروب سل را بصورت نهفته در بدن خود دارند، عواملی که موجب ضعف سیستم ایمنی می شوند باعث می گردند که باسیل سل از حالت نهفته خارج شده و موجب بیماری فعال سل در این افراد گردد. در حال حاضر سالیانه حدود ۱۰ میلیون نفر به بیماری سل مبتلا می شوند و ۱/۵ تا ۲ میلیون نفر در اثر این بیماری جان می سپارند، در حالی که این بیماری قابل پیشگیری و درمان است. عواملی مثل فقر، مهاجرت، پوشش بهداشتی نامناسب در کشورهای دچار بحران و انتشار بیماری ایدز در جوامع، موجب توسعه بیماری سل در جهان شده است.

روش انتقال بیماری

راه اصلی انتقال باسیل سل از طریق هوا و تنفس می باشد و چون انسان به نفس کشیدن زنده است، پس هر کسی می تواند این باسیل را از طریق تنفس دریافت و به بیماری سل مبتلا شود.

هنگام عطسه، سرفه، حرف زدن و حتی خندیدن توسط بیمار مبتلا به سل ریوی، قطراتی ریز حاوی میکروب سل در هوا پراکنده می شوند که می توانند به مدت چند ساعت در هوا به حالت معلق باقی بمانند. اگر فردی سالم در هوای آلوده به این قطرات ریز، تنفس کند میکروب سل وارد ریه های او خواهد شد. با این حال برای انتقال بیماری، تماس طولانی و نزدیک با بیمار لازم است. بیماری سل در محیط های شلوغ، کوچک، بدون تهویه مناسب، کم نور و مرطوب بیشتر انتقال می یابد. به یاد داشته باشید که میکروب سل توسط حشرات، خون، ظروف غذا خوری، لباس و ملحفه انتقال نمی یابد. به خاطر داشته باشید که همه انواع سل قابل انتقال به دیگران نیستند یا حداقل قابلیت انتقال کمتری دارند، افراد مبتلا به سل ریوی که در آزمایش میکروسکوپی خلط آنان میکروب سل مشاهده می شود و در اصطلاح مبتلا به (سل ریوی مسری) هستند عفونت را محسوب می شوند، زیرا با هر عطسه یا سرفه تعداد زیادی میکروب را در هوا پراکنده می کنند و می توانند باعث انتقال بیماری به دیگران شوند، بد نیست بدانید که هر فرد مبتلا به سل ریوی مسری در صورت عدم درمان می تواند سالانه به طور متوسط میکروب بیماری را به ۱۰ تا ۱۵ فرد سالم انتقال دهد.

پس از ورود میکروب سل به بدن چه اتفاق می افتد؟

اغلب افراد پس از ورود میکروب به ریه ها هیچ گاه بیمار نمی شوند زیرا سیستم دفاعی بدن آنها میکروب را مهار کرده و از تکثیر آن و ایجاد بیماری جلوگیری می کند در واقع میکروب سل به حالت نهفته و غیر فعال در بدن آنان باقی می ماند و این عده علائم بیماری را نداشته و میکروب را به دیگران انتقال نمی دهند، از هر ۱۰ نفر که میکروب سل در بدن آنها وجود دارد تنها یک نفر در طول عمر خود ممکن است به بیماری فعال سل مبتلا شود. این موضوع به علت ضعیف شدن سیستم دفاعی بدن و به دنبال آن فعالیت مجدد و تکثیر میکروب اتفاق می افتد. پس هر عاملی که موجب ضعف سیستم ایمنی فرد آلوده به میکروب سل گردد، ممکن است باعث بروز بیماری فعال سل در او شود.

اگر چه همه افراد بشر استعداد ابتلا به سل را دارند، اما به واسطه نکته اشاره شده در بالا، کودکان کم سن، افراد سالمند، افراد مبتلا به دیابت (مرض قند)، سوء تغذیه، سرطان ها، نارسایی مزمن کلیه، ایدز و همچنین افرادی که داروهای ضعیف کننده سیستم دفاعی بدن (نظیر کورتون و داروهای ضد سرطان) استفاده می کنند بیشتر از سایرین در معرض خطر ابتلا به سل هستند.

علائم بیماری

علائم بیماری سل بسته به محل گرفتاری در بدن متفاوت است، اما علاقه زیاد میکروب سل به ریه ها باعث می شود که شایعترین نوع بیماری، سل ریوی باشد.

علائم سل ریوی عبارتند از:

- سرفه مداوم (به مدت ۲ هفته یا بیشتر) که می تواند با خلط همراه باشد یا نباشد (شایع ترین علامت)
- تب (که در عصرها بیشتر است)
- کاهش وزن
- عرق کردن شبانه
- بی اشتها
- خستگی زود رس و ضعف عمومی
- و گاهی در مواردیکه بیماری دیر تشخیص داده می شود درد قفسه سینه و تنگی نفس و خلط خونی

افراد دارای علائم مشکوک به سل به ویژه سرفه مداوم باید سریعا به پزشک مراجعه کنند.

روش تشخیص بیماری

بهترین و ساده ترین راه تشخیص سل ریوی در افراد مشکوک، تهیه خلط و ارسال آن جهت آزمایش می باشد هر چند که گاه از کشت خلط، عکس برداری قفسه ی سینه و برخی آزمایشات دیگر نیز ممکن است کمک گرفته شود.

با این توضیح باید بدانید در صورت بروز هر یک از علائم بیماری سل بخصوص سرفه ی بیش از دو هفته در خود یا یکی از بستگان، به نزدیکترین مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید تا با تهیه نمونه خلط و آزمایش آن توسط پرسنل بهداشتی (به طور رایگان) از وجود بیماری مطلع گردید.

درمان بیماری

خوشبختانه سل یک بیماری کاملاً قابل درمان است، البته به این شرط که بیمار داروهای ضد سل را با دقت، به طور کامل و منظم و به مدت حداقل ۶ ماه به طور روزانه مصرف کند حتی اگر وی قبل از اتمام این مدت احساس بهبودی کرده باشد در غیر این صورت میکروب های سل می توانند به ابر میکروب های مقاوم به درمان و بسیار خطرناک تبدیل شوند که دیگر با داروهای معمول سل درمان نخواهند شد. درمان سل سرپایی است و بیمار نیازی به بستری در بیمارستان ندارد (مگر در موارد خاص با نظر متخصص). داروهای سل یک بار در روز و به طور ناشتا مصرف می شود و طول مدت درمان حداقل ۶ ماه می باشد. البته اغلب بیماران دو هفته پس از آغاز درمان موثر، خطر انتقال بیماری به دیگران را ندارند. باید به خاطر داشت که مصرف نامنظم و ناکامل داروهای ضد سل خطرناک بوده و می تواند موجب عدم بهبود و یا بازگشت مجدد بیماری، تداوم انتقال بیماری به دیگران، مقاوم شدن میکروب های سل نسبت به داروهای موجود، پیشرفت بیماری و مرگ گردد، به همین دلیل جهت نظارت بهتر بر روند درمان بیمار از راهبرد داتس (DOTS) استفاده می شود. DOTS فرایندی است که طی آن بیمار مبتلا به سل داروهای روزانه خود را با نظارت مستقیم و مشاهده کارمند بهداشتی یا فرد آموزش دیده مصرف می کند. این راهبرد به عنوان موثرترین اقدام در کنترل سل شناخته شده است و ضمن حمایت و تشویق بیمار برای ادامه درمان، بروز عوارض دارویی احتمالی را به موقع شناسایی کرده و تکمیل دوره درمان را تضمین می کند. با این روش از مصرف نامنظم و قطع خود سرانه دارو به دلیل طولانی بودن دوره درمان جلوگیری می شود. به خاطر داشته باشید خدمات تشخیصی و درمانی سل در کلیه مراکز بهداشتی درمانی خانه های بهداشت کشور به طور رایگان ارائه می شود.

پیشگیری از ابتلا به سل

۱. تشخیص به موقع و درمان کامل بیماران (که موثرترین روش پیشگیری از ابتلای اطرافیان به سل محسوب می شود)

۲. داشتن رفتارهای سالم و بهداشتی نظیر:

الف) پوشاندن دهان و بینی با دستمال در هنگام سرفه و عطسه

ب) خودداری از ریختن آب دهان و خلط روی زمین

ج) خوردن غذا های سالم به مقدار کافی (یعنی داشتن تغذیه مناسب)

د) تهویه مناسب محل زندگی و کار با هوای تازه

ه) خود داری از مصرف سیگار

۳. تزریق واکسن ب ث ژ به کلیه نوزادان در بدو تولد جهت جلوگیری از ایجاد اشکال شدید و کشنده بیماری سل در سنین

کودکی

۴. درمان پیشگیرانه دارویی برای افراد در معرض خطر بیشتر برای ابتلا به سل (مانند کودکان زیر ۶ سال در تماس با بیماری مبتلا

به سل ریوی مسری و افراد مبتلا به ویروس ایدز)

۵. سعی در افزایش اطلاعات بهداشتی جامعه (که یکی از راههای آن انتقال اطلاعات کسب شده توسط شما به اعضای خانواده

و بستگان می باشد)