

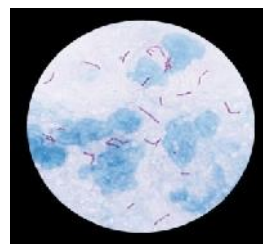
فهرست مطالب

شماره	عنوان
صفحه	
۲	مقدمه
۴	اهداف
۵	کاربردها
۶	اطلاعات مورد نیاز از محله
	۱- چرا بیماری سل اهمیت دارد؟
	الف : بیماری سل چیست؟ و چرا باید به آن توجه کرد؟
	ب: چه افرادی بیشتر مستعد ابتلا به بیماری سل هستند؟ آیا ورود میکروب سل به ریه ها یقینا باعث ایجاد بیماری می شود؟
	ج: انواع بیماری سل کدامند؟ بیماری سل کدامیک از اعضای بدن را می تواند در گیر کند؟
	۲- خصوصیات بیماری سل چیست؟
	الف: نشانه های بیماری سل چیست؟ در چه مواردی باید به وجود بیماری شک کرد؟
	ب: بیماری سل چگونه منتقل می شود؟
	ج: بیماری سل چگونه تشخیص داده می شود؟
	د: بعد از تشخیص یک بیمار مبتلا به سل چه اقداماتی برای خانواده بیمار انجام می شود؟
	۳- چگونه با بیماری سل مقابله کنیم؟
	الف : برای پیشگیری از ابتلا به بیماری سل چه اقداماتی لازم است؟
	ب: درمان بیماری سل چگونه انجام می شود؟
	ج : داروهایی که در درمان سل استفاده می شود، چه عوارضی دارند؟
	د: پیگیری اطرافیان بیمار چگونه انجام می شود؟
	۴- چگونه پیام هایمان را به مردم منتقل کنیم؟
	؟- خود آزمایی
	۵- چگونه فرایند انتقال پیامهای بهداشتی به مردم را ارزیابی کنیم؟
	پرسشنامه سنجش آگاهی و عملکرد خانوارهای تحت پوشش



بیماری سل یک بیماری عفونی واگیر است که قدمت آن به قرن های بسیار دور باز می گردد، به طوری که نشانه های آن در قدیمی ترین تمدن ها یافت شده و بطور مثال میکروب آن از اجساد مومیایی مصر نیز جدا شده است.

عامل میکروبی این بیماری خوشبختانه بیش از ۱۳۰ سال قبل توسط دانشمندی به نام رابرت کخ کشف و در سال ۱۸۸۲ به جهانیان معرفی شد؛ و همین کشف مهم، زمینه تحقیق و کشف داروهای موثر برای درمان بیماری را فراهم آورد. به طوری که اصول درمان این بیماری از حدود ۶۰ سال قبل



مشخص شده و بیش از یک ربع قرن است که رژیم درمانی کاملاً موثری برای آن در جهان معرفی و مورد استفاده قرار گرفته است. این دستاوردها سبب شد که بروز بیماری سل با چنان سرعتی رو به کاهش بگذارد که بسیاری از پزشکان به این باور برسند که برای سل، تا سال ۲۰۰۰ میلادی، جایی به جز داخل کتاب های پزشکی باقی نخواهد ماند.

ولی متأسفانه به دلیل غفلت دولت ها، بی توجهی و باورهای غلط مردم نسبت به این بیماری، ظهور ویروس اچ آی وی و بروز مقاومت های دارویی ناشی از مصرف اشتباه و ناقص داروها، این امید تحقق نیافت.

در حال حاضر تقریباً یک سوم جمعیت جهان (حدود ۲ میلیارد نفر) به میکروب سل آلوده و لذا در خطر ابتلا به بیماری سل قرار دارند و هر ساله حدود ۹ میلیون نفر از این افراد، به بیماری سل فعال مبتلا شده و حدود ۱,۵ میلیون نفر آن ها در اثر این بیماری جان می سپارند؛ و این در حالیست که **تمامی مرگ های ناشی از سل قابل پیشگیری هستند.**

بیش از ۹۰٪ موارد بیماری و مرگ های ناشی از سل در کشورهای در حال توسعه و فقیر رخ می دهد، کشورهایی که ۷۵٪ موارد بیماری در آنها به فعال ترین گروه های سنی به لحاظ اقتصادی (یعنی ۱۵ تا ۵۴ سالگی) تعلق دارد.

در صورت تاخیر در تشخیص و درمان، یک فرد بزرگسال مبتلا به سل بطور متوسط ۳ الی ۴ ماه قادر به کار کردن نبوده و لذا ۲۰ تا ۳۰٪ درآمد سالانه خانواده اش از دست می رود؛ و چنانچه بیمار به علت عدم دریافت خدمات تشخیصی و درمانی بموقع، در اثر ابتلا به سل فوت کند، بطور متوسط ۱۵ سال درآمد خانواده به طور یکجا از بین خواهد رفت.

واضح است که سل بجز لطمات اقتصادی، اثرات منفی غیرمستقیم دیگری نیز بر کیفیت زندگی بیماران یا افراد خانواده آنها (نظیر طرد شدن زنان مبتلا از خانواده هایشان بدلیل باورهای غلط موجود یا ترک تحصیل فرزندان بیماران به دلایل فرهنگی و اقتصادی) دارد و به همین دلیل در زمره بیماریهای اجتماعی- اقتصادی نیز قابل طبقه بندی است.

به جز لطمات فردی و خانوادگی، پیامد اجتماعی دیگر بیماری این است که یک بیمار مبتلا به سل ریوی، در صورت عدم درمان، قادر است به طور متوسط ۱۰ نفر را در هر سال به میکروب سل آلوده کند.

در ایران نیز سالانه بالغ بر ده هزار مورد مبتلا به سل شناسایی و به نظام بهداشتی کشور گزارش می شود، که این رقم حدود ۷۰٪ تعداد واقعی بیماران موجود در کشور را تشکیل می دهد. و اگر چه شیوع سل در برخی استان های کشور بیشتر است، اما موارد آن از تمامی استان های کشور گزارش شده است. (آمار تکمیلی در وب سایت اداره کنترل سل و جذام مرکز مدیریت بیماری های واگیر www.cdc.hbi.ir در دسترس همگان می باشد).

سخن آخر؛ با توجه به مشخص بودن میکروب بیماری و راه انتقال آن از یک طرف و وجود درمان کاملا موثر و خدمات تشخیصی و درمانی رایگان در کشور از طرف دیگر، امکان حذف بیماری به هیچ عنوان دور از ذهن نیست. تنها کافیست:

**از آن غافل نمانیم،
دانسته هایمان را در مورد آن افزایش داده،
باورهای اشتباهمان را اصلاح کرده و
به آموخته هایمان عمل کنیم**

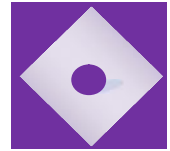
**دکتر محمد مهدی گویا
رئیس مرکز مدیریت بیماری های واگیر**

اهداف

پس از پایان جلسه های آموزشی این کتاب، انتظار می رود بتوانید:

۱. اهمیت بیماری سل را بیان کنید.
۲. انواع سل را ذکر نمایید.
۳. علائم بیماری سل را نام ببرید.
۴. نحوه سرایت بیماری سل را شرح دهید.
۵. عوامل مؤثر بر ابتلا به بیماری سل را نام برده و توضیح دهید که چه افرادی بیشتر مستعد ابتلا به این بیماری هستند.
۶. نحوه تشخیص بیماری سل را توضیح دهید.
۷. راه های پیشگیری از ابتلا به سل را شرح دهید.
۸. اقداماتی که برای جلوگیری از سرایت بیماری به اطرافیان بیمار لازم است انجام شود را توضیح دهید.
۹. طول مدت درمان و چگونگی انجام اقدامات درمانی برای بیمار مبتلا به سل را شرح دهید
۱۰. مفهوم داتس (DOTS) و ضرورت انجام آن را بیان کنید.
۱۱. نحوه پیگیری اطرافیان بیمار مبتلا به سل را توضیح دهید.

کاربردها



بایادگیری مطالب این کتاب خواهید توانست:

۱. در مورد اهمیت بیماری سل توضیح دهید.
۲. علائم بیماری سل را برای مردم شرح دهید
۳. در مورد نحوه سرایت بیماری سل به مردم اطلاعاتی بدهید.
۴. در مورد عوامل مؤثر بر ابتلا به بیماری سل به مردم توضیح دهید.
۵. در مورد نحوه تشخیص بیماری سل به مردم اطلاعاتی بدهید.
۶. در مورد روش های پیشگیری از ابتلا به بیماری سل به مردم توضیح دهید.
۷. اقداماتی که برای جلوگیری از سرایت بیماری سل انجام می شود را برای مردم شرح دهید.
۸. در مورد درمان پذیری کامل و طول مدت درمان سل به مردم اطلاعاتی بدهید.
۹. در مورد انواع مسری سل و طول مدت سرایت پذیری بیماران برای سایرین به مردم اطلاعاتی بدهید.
۱۰. چگونگی انجام اقدامات درمانی، ضرورت داتس، عوارض دارویی و نحوه پیگیری درمان سل را برای بیمار مبتلا به سل شرح دهید.
۱۱. در مورد نحوه پیگیری اطرافیان بیمار به مردم محله، بیماران مبتلا به سل و خانواده آن ها اطلاعاتی بدهید.
۱۲. در بهبود باورها و سنت های مردم محله خود در زمینه سل با مرکز بهداشتی درمانی همکاری کنید.
۱۳. در شناسایی افراد مشکوک به سل ریوی و راهنمایی و تشویق آن افراد برای مراجعه به مرکز بهداشتی درمانی و دریافت خدمات تشخیصی رایگان مشارکت کنید.
۱۴. در انجام داتس برای بیماران مبتلا به سل محله خود با مرکز بهداشتی درمانی همکاری کنید.



اطلاعات مورد نیاز از محله



- برای اینکه بدانید مردم محله شما چه عقیده ای دارند،
 - برای اینکه مهمترین نیازهای محله خودتان را شناسایی کنید،
 - برای اینکه باورها و سنت های خوب مردم محله تان را تشخیص دهید،
 - برای اینکه پیام های خودتان را با روش بهتری به مردم محله تان منتقل کنید،
- قبل از شروع فعالیت های آموزشی این کتاب، به

سوال های زیر فکر کنید. در زندگی روزانه و معمولی خود با مردم و همسایه ها به دنبال پاسخ آن ها باشید و در حین بحث های ((درمحله)) به آن ها پاسخ دهید. پاسخ این سوال ها در جلسه های ((چگونه پیام هایمان را به مردم منتقل کنیم؟)) استفاده خواهد شد.

- آیا مردم محله شما می دانند که چرا بیماری سل اهمیت دارد؟
- آیا مردم محله شما می دانند که چه افرادی بیشتر در معرض خطر ابتلا به سل هستند؟
- آیا مردم محله شما می دانند که بیماری سل چه انواعی دارد؟
- آیا مردم محله شما می دانند که سبب بروز چه علائمی در بیمار می شود؟
- آیا مردم محله شما با راه های انتقال بیماری سل آشنایی دارند؟
- آیا مردم محله شما می دانند که اولین اقدام تشخیصی در سل ریوی چیست؟
- آیا مردم محله شما می دانند در صورت شک به سل، چه اقدامی باید انجام دهند؟
- آیا مردم محله شما می دانند که سل یک بیماری کاملاً قابل درمان است؟
- آیا مردم محله شما می دانند هزینه تشخیص و درمان بیماری سل در مراکز بهداشتی درمانی چقدر است؟
- آیا مردم محله شما می دانند که چگونه می توان از ابتلا به بیماری سل پیشگیری کرد؟
- آیا مردم محله شما می دانند که اگر بیمار مسلول در خانواده ای وجود داشته باشد، چه اقداماتی باید برای بقیه افراد خانواده انجام شود؟
- آیا مردم محله شما می دانند چگونه می توان از بیماران مسلول در خانه مراقبت کرد؟
- آیا در محله شما خانواده ای زندگی می کند که بیمار مسلول داشته باشد؟ و آیا کسی در آن خانواده می داند که چگونه باید از فرد بیمار و سایر افراد خانواده مراقبت کند؟



چرا بیماری سل اهمیت دارد؟

الف: بیماری سل چیست و چرا باید به آن توجه کرد؟

درس اول

بحث عمومی ▼

۱. به نظر شما بیماری سل چیست؟

.....
.....
.....

۲. چرا بیماری سل اهمیت دارد؟

.....
.....
.....

۳. شما فکر می کنید چه گروه هایی از جمعیت جهان، بیشتر به بیماری سل مبتلا هستند؟

.....
.....
.....

۴. اگر به بیماری سل در جامعه توجه نشود چه اتفاقی می افتد؟

.....
.....
.....

۵. بیماری سل به چه دلیل در جهان توسعه پیدا کرده است؟

.....
.....
.....



- بیماری سل یک بیماری عفونی واگیر است که از سال های بسیار دور وجود داشته و در قرن حاضر نیز همچنان از مهمترین بیماری های عفونی در کشورهای جهان محسوب می شود.
- در حال حاضر در میان بیماری های میکروبی، بیماری سل پس از اچ آی وی، شایع ترین عامل **مرگ های قابل پیشگیری** در میان بالغین می باشد.
- در حال حاضر تقریباً یک سوم جمعیت جهان (حدود ۲ میلیارد نفر) به میکروب سل آلوده و در خطر ابتلا به بیماری سل قرار دارند و هر ساله حدود ۹ میلیون نفر از این افراد به بیماری سل فعال مبتلا می شوند
- سالانه حدود ۱٫۵ میلیون نفر در اثر ابتلا به سل جان می سپارند؛ و این بدان معناست که:



" هر ۲۵ ثانیه، یک مرگ قابل پیشگیری در جهان در اثر این بیماری اتفاق می افتد."

- متأسفانه بیش از ۹۰٪ موارد بیماری و مرگ ناشی از سل در کشورهای در حال توسعه و فقیر رخ می دهد و این در حالی است که ۷۵٪ این بیماران در گروه های سنی فعال از نظر اقتصادی (یعنی ۱۵ تا ۵۴ سال) اتفاق می افتد.
- بیماری سل کشنده ترین بیماری عفونی در بین زنان جهان در سنین باروری است و لذا بیشترین تعداد کودکان یتیم ناشی از بیماری در دنیا (که حدود ۱۰ میلیون نفر برآورد می شود)، دستاورد بیماری سل می باشد.
- سل سالانه نزدیک به ۵۰۰ هزار کودک را مبتلا و بالغ بر ۷۴ هزار نفر از آن ها را به کام مرگ می برد؛ در حالی که تمامی این مرگ ها قابل پیشگیری هستند.
- بیماری سل در بسیاری از موارد می تواند موجب کاهش درآمد و از هم گسیختگی خانواده-ها شود.
- فقر، افزایش جمعیت جهان و جابجایی جمعیت ها، پوشش بهداشتی نامناسب و ناکافی در کشورهای فقیر و گروه های آسیب پذیر و همزمانی سل و اپیدمی ایدز به خصوص در کشورهای آفریقایی و آسیایی از دلایل اصلی افزایش وسعت جهانی سل می باشند.
- با پیدایش و انتشار میکروب های سل مقاوم به چند دارو، خطر تبدیل بیماری قابل درمان سل به یک مرض صعب العلاج، مجدداً مطرح و سبب شده تا سازمان بهداشت جهانی در سال ۱۹۹۳ دوباره سل را به عنوان یک فوریت جهانی مطرح کند.
- کنترل بیماری سل به دلیل انتقال از طریق تنفس، حتی بیش از ایدز نیازمند توجه و برنامه ریزی است.
- هر بیمار مبتلا به سل ریوی، در صورت عدم درمان، به طور متوسط ۱۰ نفر را در هر سال به میکروب سل آلوده می کنند.

ب: چه افرادی بیشتر مستعد ابتلا به بیماری سل هستند؟

درس دوم



▼ بحث گروهی

۱- اگر میکروب سل وارد ریه کسی شود، آیا وی قطعاً به بیماری سل مبتلا می شود؟

.....

.....

.....

۲- آیا افراد آلوده به میکروب سل، به بیماری مبتلا هستند؟

.....

.....

۳- افراد آلوده به میکروب سل، چه اندازه برای سایرین سرایت پذیری دارند؟

.....

.....

۴- چه افرادی بیشتر در معرض ابتلا به بیماری سل هستند؟

.....

.....

دانستنی های بهداشتی



□ ورود میکروب سل به ریه ها مساوی با ابتلا به بیماری سل نیست. چون سیستم ایمنی بدن در مقابل این میکروب دفاع کرده و در اغلب موارد، در اطراف آن یک دیواره محکم دفاعی کشیده و آن را مهار و غیر فعال می کند. در این حالت فرد آلوده به میکروب سل (عفونت سلی) محسوب می شود.

□ بنابراین فرد آلوده به میکروب سل، بیمار نبوده و شخصی کاملاً سالم است، و در عین حال قادر به انتقال میکروب سل به دیگران نیز نمی باشد.



□ چنانچه سیستم دفاعی بدن فرد آلوده به میکروب سل، به هر علتی در طول عمر او ضعیف شود، میکروبی که از هفته ها، ماه-ها و یا حتی سال ها قبل در بدن او مهار و غیر فعال بوده، آزاد شده، تکثیر پیدا کرده و به یک یا چند عضو بدن حمله می کند و در نتیجه یکسری علائم و نشانه های بالینی در فرد ایجاد نموده و به این ترتیب وی را به بیماری سل مبتلا می کند.

□ **هیچیک از آحاد بشر مصون از ابتلا به سل نیستند؛ اما گروه های زیر به واسطه "تماس بیشتر با میکروب" و "ضعف سیستم ایمنی"، بیشتر از دیگران در معرض خطر ابتلا به این بیماری قرار دارند:**

- ★ افراد در تماس نزدیک و مستمر با بیمار مبتلا به سل ریوی خلط مثبت (بویژه کودکان)،
- ★ افرادی که دچار سوء تغذیه هستند،
- ★ افراد مبتلا به ویروس اچ آی وی،
- ★ افراد مبتلا به اعتیاد (بویژه از نوع تزریقی و یا سوء مصرف مواد صنعتی و نیمه صنعتی)،
- ★ افراد مبتلا به بیماری دیابت (مرض قند)،
- ★ افراد بی خانمان،
- ★ افراد مبتلا به سرطان،
- ★ افراد مبتلا به نارسایی مزمن کلیه (بویژه افراد تحت همو دیالیز)،
- ★ افرادی که تحت درمان طولانی با داروهای ضعیف کننده سیستم ایمنی (نظیر کورتون، شیمی درمانی، داروهای ضد رد پیوند و) قرار دارند،
- ★ سالمندان،
- ★ افرادی که در مراکز خاص و تجمعی نگهداری می شوند (مانند زندان ها و آسایشگاه-های معلولین، سالمندان و...)،
- ★ حاشیه نشین ها.

ج: انواع بیماری سل کدامند؟

بیماری سل کدامیک از اعضای بدن را می تواند درگیر کند؟

درس سوم

سخنرانی

از پزشک مرکز دعوت کنید تا در کلاس آموزشی شما حضور پیدا کند و درباره انواع سل و اعضای از بدن که درگیر بیماری سل می شوند، برای شما صحبت کند و به سوالات ذیل پاسخ دهد.

- عفونت سلی چیست؟

.....

- بیماری سل کدامیک از اعضای بدن را می تواند درگیر کند؟

.....

.....

- سل های ریوی به چند دسته تقسیم می شود؟

.....

.....

- کدامیک از انواع سل مسری هستند؟

.....

.....

۳

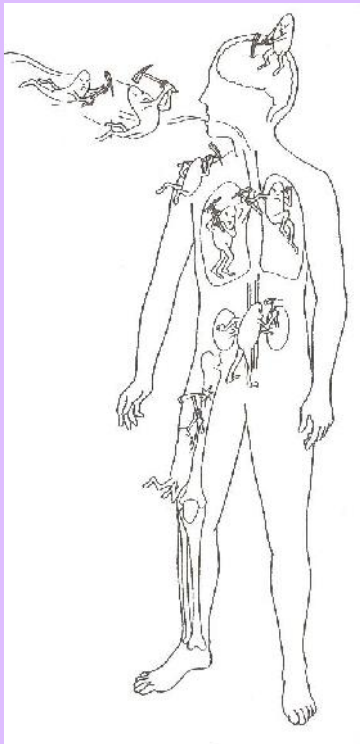
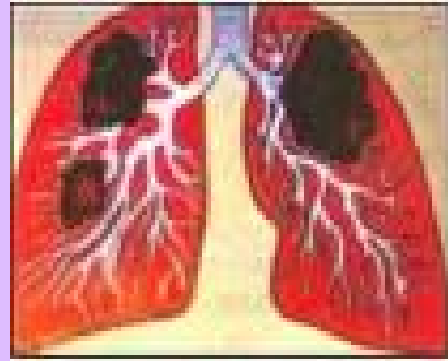
دانستنی های بهداشتی

□ **عفونت سلی (یا آلودگی به میکروب سل)** زمانی اتفاق می افتد که فرد میکروب سل را در بدنش حمل می کند، اما تعداد این میکروب ها کم بوده و در حالت خفته قرار دارند. در این حالت این میکروب های خفته تحت کنترل سیستم دفاعی بدن بوده و به همین دلیل قادر به ایجاد بیماری نیستند. نکته جالب این است که بسیاری از مردم جهان (که بالغ بر ۲ میلیارد نفر برآورد می شوند) و طبیعتا بسیاری از ما به رغم سلامت کامل، به این آلودگی یا عفونت با میکروب سل دچار هستیم.

□ **بیماری سل** زمانی رخ می دهد که میکروب های سل به دلیل ضعف دفاع بدن، از کنترل سیستم ایمنی خارج شده، تکثیر پیدا کرده و به یک یا چند ارگان بدن تهاجم می کنند. در این حالت بسته به قسمتی از بدن که درگیر شده، علائم و نشانه های بالینی خاصی بروز می نماید.

□ سل قادر است هر یک از بخش ها و اعضای بدن را مبتلا سازد، ولی بدلیل علاقه زیاد میکروب آن به محیط های پر اکسیژن، بیشترین محل ابتلا در این بیماری ریه ها بوده و در نتیجه شایعترین

شکل بیماری سل (که حدود ۸۰٪ موارد را تشکیل می دهد)، **سل ریوی** می باشد. در واقع به همین دلیل است که راه انتقال اصلی این بیماری، راه تنفسی است.



□ میکروب های سل پس از ورود به دستگاه تنفسی انسان می توانند از طریق جریان خون و یا مجاورت اعضا، مستقیماً به دیگر قسمت های بدن (مانند غدد لنفاوی، مفاصل، استخوان ها (مخصوصاً ستون فقرات)، سیستم ادراری، دستگاه تناسلی (در هر دو جنس)، مغز و اعصاب، روده ها، پرده جنب و دیگر اعضا منتشر شده و اشکال متنوعی از **سل های خارج ریوی** را ایجاد کنند.

سل های ریوی نیز بسته به تعداد میکروب های موجود در ترشحات تنفسی فرد، خود به دو گروه **خلط مثبت و خلط منفی** دسته بندی می شوند؛ که در این میان بیماران مبتلا به سل ریوی خلط مثبت، به دلیل تعداد زیاد میکروب های موجود در ریه ها و هوای تنفسی، مسری بوده و در صورت عدم تشخیص و درمان بموقع، نقش منبع انتشار بیماری در جامعه را بازی خواهند کرد

□ نگرانی از بابت انتقال سل به سایرین از بیماران مبتلا به سل های خارج ریوی به جز در موارد نادری همچون سل حنجره و یا ابتلای همزمان ریه ها وجود ندارد.

- آیا در محله شما بیمار مبتلا به سل زندگی می کند؟

.....
.....
.....

- آیا مردم محله شما می دانند که چرا بیماری سل اهمیت دارد؟

.....
.....
.....

- آیا مردم محله شما می دانند که چه افرادی بیشتر در معرض خطر ابتلا به بیماری سل هستند؟

.....
.....

- آیا مردم محله شما می دانند که سل کدام اندام های بدن را می تواند مبتلا کند؟

.....
.....

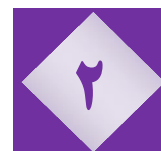
- آیا مردم محله شما می دانند که بیماری سل کدامیک از اندام های بدن را بیشتر از سایر قسمت ها مبتلا می کند؟

.....
.....

مشکلات شناسایی شده در محله:

- ۱.
- ۲.
- ۳.
- ۴.
- ۵.

خصوصیات بیماری سل چیست؟



الف: نشانه های بیماری سل چیست؟

درس چهارم

بررسی چند نمونه ▼



۱- آقای اکبری در یک کارگاه کوچک در خارج از شهر کار می کند. کارگاه محل کار او فضای مناسبی ندارد. او به دلیل مشکلات مالی ناچار است بیش از همکارانش کار کند و در ساعات اضافی در آنجا بماند. او مدتی است که احساس می کند زود خسته می شود و تمایل چندانی به غذا خوردن ندارد و این موضوع را مربوط به کار زیاد می داند. مدت یک ماه است که سرفه می کند و داروهایی که مصرف کرده مشکل سرفه اش را حل نکرده؛ او احساس تب داشته و اغلب عصرها و شب ها خیس عرق می شود.

۲- خانم محمدی کارگر شاغل در کارخانه نساجی است او در شیفت های مختلف کار کرده است. مدتی است که در ناحیه پشت و کمر احساس درد می کند، اما به دلیل گرفتاری کاری و زندگی به آن توجه نکرده است. اما اخیرا متوجه یک برجستگی و تغییر شکل در حوالی ستون فقرات خود شده که آن را ناشی از کار سخت و پر زحمت می داند. حال عمومی خوبی ندارد، احساس ضعف، خستگی و تب میکند، وزنش کم شده و خوب غذا نمی خورد.

- در باره هر یک از نمونه ها بحث کنید.

- آیا شما نمونه هایی مشابه با موارد بالا را می شناسید؟

- به نظر شما آیا این افراد احتمال دارد به بیماری سل مبتلا باشند؟

- چنانچه این افراد از نظر شما به بیماری سل مبتلا هستند، سل آن ها از چه نوعی است؟

- به نظر شما در چه مواردی باید به بیماری سل شک کرد؟

تظاهرات بیماری سل بسیار متفاوت است. علائم این بیماری بر حسب نوع سل و عضو درگیر متفاوت می باشد.



□ شایعترین علامت ابتلا به بیماری سل ریوی، **سرفه طول**

کشیده به مدت دو هفته و یا بیشتر است که معمولا با خلط همراه بوده و ممکن است در موارد پیشرفته و دیر تشخیص داده شده علائمی از جمله تنگی نفس، درد قفسه سینه یا پشت و گاهی خلط خونی نیز وجود داشته باشد.

□ علائم عمومی و مشترک در مبتلایان به بیماری سل (اعم از موارد سل ریوی و خارج ریوی) عبارتند از:

- ★ تب.
- ★ کاهش اشتها.
- ★ کاهش وزن و لاغری.
- ★ تعریق شبانه.
- ★ خستگی زودرس و ضعف عمومی.

□ علائم سل خارج ریوی بستگی به عضو مبتلا دارد؛ مثلا:



- ★ تورم و بزرگی غدد لنفاوی در **سل غدد لنفاوی**
- ★ درد و تورم مفاصل، درد و تغییر شکل استخوان ها و مهره ها (مانند زاویه دار شدن ستون فقرات) و اختلال حرکتی در اندام

ها در **سل استخوان**

- ★ نازایی در **سل اعضای تناسلی**
- ★ اختلال ادراری در **سل دستگاه ادراری**
- ★

□ در کودکان علائم سل می تواند با بزرگسالان کمی متفاوت باشد. در آنها اغلب عدم وزن گیری و رشد مناسب، تب، کاهش وزن، بی حالی و گاه سرفه مشاهده می شود.

ب: بیماری سل چگونه منتقل می شود؟

درس پنجم



کارگروهی

با راهنمایی مربی به گروه های کوچک تقسیم شوید و در مورد راه های انتقال و سرایت بیماری سل بحث کنید و به سوالات زیر پاسخ دهید.

۱- آیا در بین اطرافیان و افراد خانواده شما کسی به بیماری سل مبتلا شده است؟

.....
در صورت پاسخ بلی، چگونه این بیماری به آن ها منتقل شده است؟
.....

۲- به نظر شما میکروب بیماری سل چگونه از افراد مبتلا به سایر افراد منتقل می شود؟

.....
.....
۳- به نظر شما میکروب بیماری سل از چه راه هایی نمی تواند به سایر افراد انتقال پیدا کند؟

.....
.....
۴- چه عواملی خطر ورود میکروب سل به بدن و آلوده شدن فرد به این میکروب را افزایش می دهد؟

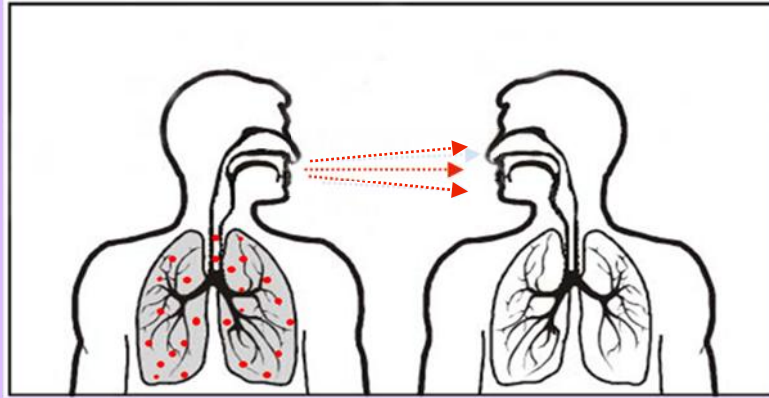
.....
.....
۵- به نظر شما سل گاوی از چه طریقی به انسان منتقل می شود؟

.....
.....

دانستنی های بهداشتی

مهمترین منبع عفونت و انتشار سل، یک بیمار مبتلا به سل ریوی خلط مثبت است که سرفه می کند.

راه اصلی انتقال از طریق هوای تنفسی می باشد یعنی اینکه عامل این بیماری همراه قطرات تنفسی به صورت ذرات ریز در حین عطسه، سرفه، خندیدن و حتی صحبت کردن وارد هوا شده و از راه تنفس به افراد دیگر منتقل می گردد.



□ عطسه، سرفه و صحبت کردن، هر یک می توانند تعداد زیادی ذره میکروبی را وارد هوای



اطراف نمایند؛ به طور مثال هر سرفه قادر است تا ۳۰۰۰ ذره عفونی را تولید کند و یا ۵ دقیقه صحبت کردن از نظر تولید ذرات میکروبی، معادل یک سرفه عمل می کند.

این ذرات میکروبی که در هوای موجود در فضاهای بسته برای مدت های طولانی به طور معلق باقی می مانند، در خاک سرد و سایه دار و یا در خلطی که روی زمین انداخته شده می توانند تا هفته ها زنده بمانند.

□ تابش مستقیم آفتاب در عرض ۵ دقیقه می تواند میکروب سل را از بین می برد.

□ مکان های پر ازدحام، کوچک، سر بسته، کم نور، مرطوب و فاقد تهویه مناسب، بهترین شرایط را برای تسهیل انتقال عفونت سلی ایجاد می کنند.

□ افرادی که در تماس نزدیک با بیماران مبتلا به سل ریوی خلط مثبت هستند، بیشترین خطر آلوده شدن به میکروب سل را دارا هستند. این افراد معمولا اعضای خانواده، هم اتاقی ها و همکاران این بیماران هستند.

□ اگرچه راه های انتقال دیگری نظیر ورود اتفاقی میکروب سل به پوست حین دستکاری مواد آلوده به میکروب در آزمایشگاه نیز وجود دارد، اما به دلیل نادر بودن از اهمیت چندانی برخوردار نیستند.

□ **سل از طریق خوردن و آشامیدن انتقال نمی یابد** و لذا نیازی به جداسازی ظروف غذای بیماران مبتلا به سل از سایرین نیست.

□ انتقال سل گاوی معمولا از طریق خوردن شیر خام دام آلوده صورت می گیرد و به صورت سل شکمی و یا غدد لنفاوی گردنی خود را نشان می دهد. اگر چه خوشبختانه امروزه سل گاوی به واسطه راه های استرلیزه کردن شیر و کنترل سل در دام ها از اهمیت کمتری برخوردار است، اما نمی بایست مورد غفلت قرار گیرد.

ج: بیماری سل چگونه تشخیص داده می شود؟

درس ششم

یک بازدید ▼

با راهنمایی و هماهنگی مربی خود با هماهنگ کننده سل شهرستان ملاقات کرده و از آزمایشگاه سل مرکز بهداشت شهرستان بازدید کنید. در این بازدید به نکات زیر توجه نمایید:

۱- چه کسانی برای تشخیص سل مراجعه می کنند؟

.....
.....

۲- از چه راه هایی بیماری سل تشخیص داده می شود؟

.....
.....

۳- روش نمونه گیری خلط چگونه است؟

.....
.....

۴- آیا ضروری است که افراد دارای سرفه طول کشیده، برای انجام آزمایش خلط، شخصا به آزمایشگاه مراجعه نمایند؟

.....
.....

۵- افراد برای تشخیص سل، باید چه مقدار هزینه کنند؟

.....
.....

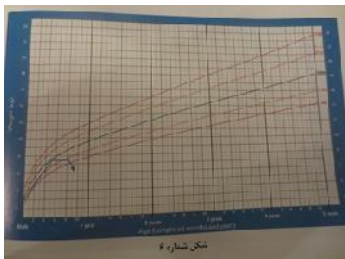
۶- چه موقع در کودکان به بیماری سل شک می کنیم؟

.....
.....

بعد از بازدید به مرکز بهداشتی درمانی خود بازگردید و در مورد نتیجه بازدید بحث و نتایج را یادداشت کنید.

.....
.....
.....

بررسی یک نمونه



- رعنا خانم دارای فرزند ۷ ماهه ای می باشد که تا یک ماه پیش بسیار سرحال بوده و به خوبی شیر می خورده است؛ اما از ۲ ماه قبل بسیار بی اشتها شده و کارمند ارائه دهنده خدمات بهداشتی نیز در آخرین مراجعه به وی گفته است که این بار نیز فرزندش مانند دفعه قبل، وزن نگرفته است. شوهر رعنا خانم که در کارخانه پارچه بافی مشغول به کار است از سه ماه قبل بیمار است و آزمایش خلط وی از نظر میکروب سل مثبت شده است.

در باره این نمونه بحث کنید. به چه نکاتی در نمونه بالا باید توجه شود؟

.....

.....

.....

آیا شما نمونه هایی مشابه با مورد بالا را می شناسید؟ شرایط آن نمونه ها را برای سایر داوطلبان توضیح دهید

.....

.....

دانستنی های بهداشتی



□ ساده ترین راه تشخیص سل ریوی، گرفتن سه نمونه خلط از بیمار و آزمایش آن است.

□ بیمارانی که دارای سرفه طول کشیده (سرفه بیش از ۲ هفته) هستند اعم از آنکه این سرفه ها همراه با خلط یا بدون خلط باشند و یا نوع خلط آنها خونی یا غیر خونی باشد، باید جهت تشخیص به مرکز بهداشتی درمانی معرفی شوند.

□ نمونه خلط اول در همان مراجعه اول، زیر نظر پرسنل بهداشتی و یا فرد آموزش دیده و در فضای باز گرفته می شود.

□ به بیمار قوطی داده شده تا صبح روز بعد، قبل از برخاستن از بستر، نمونه خلط دوم خود را در آن جمع آوری کند.

□ در همان روز دوم، بعد از تحویل نمونه خلط به مرکز بهداشتی درمانی، یک نمونه خلط دیگر با شرایط مشابه نمونه اول از او گرفته می شود.

□ روش صحیح نمونه گیری خلط عبارت است از:

★ فرد دهان خود را شسته و سپس در هوای آزاد چند نفس عمیق کشیده و با سرفه های کوتاه،



خلط را در ریه ها جمع می کند و در نهایت با چند سرفه عمیق خلط را دفع و درون قوطی می ریزد.

باید خلط مناسب گرفته شود، و نه آب دهان



□ نمونه های خلط باید در اولین فرصت به آزمایشگاه تحویل داده شوند و تا زمان تحویل به آزمایشگاه، در جای خشک و خنک و دور از نور نگهداری شوند.

□ در مراکز بهداشتی درمانی، خانه ها و پایگاه های بهداشت، برای دادن نمونه و انجام آزمایش خلط، مراجعه به آزمایشگاه ضروری نیست. به عبارت دیگر، بجز در شرایطی که فضای باز مناسب برای نمونه گیری خلط در مرکز، خانه یا پایگاه وجود نداشته باشد، نمونه های خلط بیماران در نزدیکترین مرکز به محل سکونت یا کار آن ها گرفته شده و توسط مرکز برای آزمایشگاه ارسال می شود و بابت انتقال نمونه به آزمایشگاه و انجام آزمایش، هیچ پولی از بیماران دریافت نمی شود.

□ در کودکان، چنانچه علائمی نظیر اختلال در رشد و وزن گیری، کاهش وزن، اختلال رشد، تب یا سرفه طول کشیده وجود داشته باشد باید به فکر احتمال ابتلا به سل باشیم. بدیهی است وجود سابقه تماس با بیمار مبتلا به سل ریوی خلط مثبت در چنین کودکانی، احتمال تشخیص سل را بشدت بالا می برد.

□ معیارهایی که برای تشخیص سل در کودکان مورد بررسی قرار می گیرند عبارتند از:

۱. بررسی علائم بالینی
۲. بررسی سابقه تماس با بیمار مبتلا به سل ریوی خلط مثبت
۳. انجام تست پوستی توبرکولین
۴. انجام رادیوگرافی قفسه سینه
۵. آزمایش خلط یا شیرۀ معده

د: چه اقداماتی بعد از تشخیص یک بیمار مبتلا به سل، برای خانواده بیمار باید انجام شود؟

درس هفتم

▼ یک مشورت

همسر معصومه خانم مدتی بیمار بود. سرفه های مکرر و تب و عرق شبانه او را بسیار اذیت می کرد. او مدتی از رفتن نزد پزشک طفره می رفت، اما بالاخره به اصرار همسرش به پزشک مراجعه کرد. بعد از آزمایش و انجام اقدامات لازم، پزشک به معصومه خانم گفت: که همسرش به نوعی از بیماری سل مبتلا شده که مسری است و به همین دلیل باید مواظب خود و دیگر اعضای خانواده اش باشد. معصومه خانم به همین خاطر خیلی نگران فرزندانش است. اگر معصومه خانم در این زمینه با شما مشورت کند، او را چگونه راهنمایی خواهید کرد؟ نظر خود را یادداشت کنید و با سایر داوطلبان سلامت در این خصوص بحث کنید.

.....

.....

.....

.....

.....

▼ یک ماجرای واقعی

محمد ۲۲ سال دارد و مدت ۶ ماه است که به خدمت سربازی در یکی از مناطق مرزی کشور مشغول است. چند روزی است که به دلیل تب و سرفه به مرخصی آمده است. او می گوید یکی از دوستانش در آسایشگاه نیز مدت زیادی است که دچار سرفه بوده و هیچ داروی ضد سرفه ای بر روی او اثر نمی کرده است تا اینکه در خلط خود رگه های خون مشاهده کرده و سپس تصمیم به مراجعه به پزشک پادگان

گرفته است و در نهایت برای او تشخیص بیماری سل ریوی خلط مثبت داده اند. مریم خانم (مادر محمد) که در ابتدا لاغر شدن محمد نسبت به زمان قبل از سربازی را به سختی های این دوران و دوری از خانواده مرتبط می دانست با شنیدن این موضوع و دیدن بی اشتهایی فرزندش به غذاهای مورد علاقه او نگران شده و محمد را به مرکز بهداشتی درمانی نزدیک منزلشان می برد و در آنجا پس از ویزیت پزشک و انجام آزمایش خلط، تشخیص سل ریوی داده شده و درمان ضد سل آغاز می شود. حال مریم خانم برای مجید برادر ۴ ساله محمد که بسیار به برادرش علاقه دارد و تا قبل از تشخیص سل، مرتب با او در تماس بوده و بازی می کرده بسیار نگران است. در باره ی این ماجرا چه نظری دارید؟

.....

.....

.....

آیا باید مریم خانم از ارتباط نزدیک محمد با سایر اعضای خانواده خصوصا برادر کوچکترش جلوگیری کند؟ اگر بلی، تا چه مدت باید این وضعیت ادامه یابد؟

.....

.....

به نظر شما برای مجید چه اقداماتی لازم است انجام شود؟

.....

.....

▼ کار گروهی

به دو گروه تقسیم شوید و راه هایی که در انتقال بیماری سل موثر و یا بی اثر هستند را از درس های گذشته مرور کنید و بر اساس آن ها جدول زیر را تکمیل نمایید. در این جدول تعدادی فعالیت برای پیشگیری از انتقال سل به اطرافیان بیماران مبتلا به سل پیشنهاد شده که برخی صحیح و برخی غلط هستند و انتظار می رود شما بتوانید صحت آن ها را بررسی و تعیین کرده و نظر خود را در مقابل هر اقدام پیشنهادی در جدول یادداشت کنید و سپس به کمک مربی خود جدول را تصحیح کنید.

اقدام را صحیح دانسته و آن را به خانواده بیمار توصیه می کنم		اقدام
		۱. بیمار مبتلا به سل کلیوی را باید به مدت حداقل دو هفته پس از آغاز درمان سل، از سایر افراد خانواده جدا کنیم.
		۲. بیمار مبتلا به سل ریوی را باید تا پایان دوره درمان سل، از سایر افراد خانواده جدا کنیم.

اقدام		اقدام را صحیح دانسته و آن را به خانواده بیمار توصیه می کنم
بلی	خیر	
		۳. در غیاب بیمار مبتلا به سل ریوی خلط مثبتی که به تازگی تشخیص داده شده است، مشکلی برای رفت و آمد به اتاق او وجود ندارد.
		۴. نیازی به جدا سازی بیمار مبتلا به سل دستگاه گوارش از سایر افراد خانواده او نیست
		۵. بیمار مبتلا به سل ریوی خلط مثبت، باید در دو هفته اول درمان، در محل کار حضور پیدا نکند و از پزشک خود برای این امر برگه مرخصی استعلاجی دریافت کند.
		۶. بیمار مبتلا به سل ریوی خلط مثبت باید در طول دو هفته اول درمان حتی المقدور از اتاق خود خارج نشود و در طول این مدت بینی و دهان خود را با ماسک بپوشاند.
		۷. باید شستشوی ظروف غذا و البسه بیماران مبتلا به سل به طور جداگانه انجام شود
		۸. اتاق بیمار مبتلا به سل ریوی باید کم رطوبت و آفتابگیر باشد و در طول روز با باز کردن پنجره یا در آن به سمت فضای آزاد، هوای آن را به خوبی تهویه نمود
		۹. مسیر جریان هوای اتاق بیمار مبتلا به سل ریوی نباید به سمت سایر بخش ها و اتاق های منزل باشد
		۱۰. پس از گذشت چهار ماه از آغاز درمان سل و مشاهده بهبود وضعیت بیمار، دیگر نیازی به پوشاندن دهان و بینی او در زمان سرفه و عطسه نمی باشد
		۱۱. تمام اطرافیان بیمار مبتلا به سل ریوی، باید از نظر ابتلا به سل بررسی شوند

دانستنی های بهداشتی

- در صورتی که بیمار مبتلا به سل ریوی از نوع خلط مثبت باشد، لازم است تمام افراد خانواده او مخصوصا کودکان از نظر ابتلا به سل توسط پزشک بررسی شوند.
- بررسی خانواده افرادی که مبتلا به سل ریوی خلط منفی و یا سل خارج ریوی هستند، نیز با هدف شناسایی فردی که سبب ابتلای این افراد به سل شده توصیه می شود.
- در بیماران مبتلا به سل ریوی خلط مثبت، احتمال سرایت بیماری بعد از ۲ هفته از مصرف صحیح داروها، بسیار کم و قابل چشم پوشی خواهد بود؛ لذا این بیماران فقط در طول دو تا چهار هفته اول درمان باید در اتاقی جداگانه به سر برده و در طول این مدت بینی و دهان خود را به طور مداوم با استفاده از ماسک بپوشانند.
- هوای اتاق آلوده به میکروب سل حتی در زمان غیاب بیمار نیز خطر سرایت دارد. لذا اتاق بیمار باید رطوبت کم داشته، آفتابگیر بوده و دارای تهویه مناسب باشد، به طوری که **مسیر جریان هوا از**



بخش های دیگر ساختمان به سمت داخل اتاق بیمار و از داخل اتاق بیمار به فضای باز بیرون ساختمان باشد.



☐ نور مستقیم آفتاب در کشتن میکروب سل بسیار موثر است؛ لذا توصیه می شود اتاق بیمار طوری انتخاب شود که حداکثر زمان آفتابگیری را در طول روز داشته باشد.

☐ البسه و ظروف غذای فرد بیمار نقشی در انتقال میکروب سل ندارند. لذا نیازی به جدا سازی آنها نبوده و آن ها را می توان به طور معمول نظافت و شستشو کرد؛ تنها توصیه می شود که از تکاندن البسه و ملحفه بیمار قبل از شستشو خودداری شود.

☐ در صورت ترشح خلط بر روی سطوح اشیاء و یا کف زمین، بهتر است کمی ماده ضد عفونی کننده نظیر مایع سفید کننده البسه (وایتکس) بر روی آن ریخته و آن را طبق معمول تمیز نمایند.

☐ کودکان نسبت به عفونت سل از سایرین حساس تر هستند، لذا توصیه می شود از نزدیک شدن بیمار مبتلا به سل ریوی به آن ها و یا ورود اطفال به داخل اتاق بیمار در طول دوره سرایت پذیری جلوگیری شود.



☐ بیماران باید در **تمامی طول دوره بیماری، به هنگام سرفه و یا عطسه جلوی دهان و بینی خود را با دستمال کاغذی پاکیزه بپوشانند.**

☐ بیماران باید از انداختن خلط در معابر و زمین چه در خانه و چه خارج از خانه

جدا خودداری کنند.

☐ در صورتی که از اطرافیان بیمار کسی دچار سرفه بیش از دو هفته است، باید او را جهت معاینه به مرکز بهداشتی درمانی یا پزشک معرفی نمود.



☐ در صورتی که کودکی زیر ۶ سال با بیمار زندگی می کند و یا اینکه تا قبل از زمان تشخیص به کرات با وی در تماس بوده است، باید او را به مرکز بهداشتی درمانی معرفی نمود تا پس از بررسی های لازم، تحت درمان

دارویی و یا پیشگیری از ابتلا به سل قرار گیرد.

☐ بهتر است در چند هفته اول درمان سل، یعنی تا زمانی که خطر سرایت از طریق خلط و ترشحات تنفسی بیمار بسیار کمتر می شود، خلط بیمار در دستمال کاغذی و داخل کیسه فریزر سر بسته دفع شود.

- آیا مردم محله شما با نشانه های بیماری سل آشنایی دارند؟

.....
.....

- آیا مردم محله شما با راه های انتقال بیمار سل آشنایی دارند؟

.....
.....

- آیا مردم محله شما می دانند که چه عواملی باعث می شوند که افراد به میکروب سل آلوده شوند؟

.....

- آیا مردم محله شما می دانند که اگر سرفه آن ها بیش از ۲ هفته طول کشید چه کاری باید انجام دهند؟

.....
.....

- آیا در محله شما خانواده ای زندگی می کند که بیمار مسلول داشته باشد؟ آیا آن خانواده می داند که چگونه از بیمار و سایر اعضای خانواده مراقبت کند؟

.....
.....
.....
.....

مشکلات شناسایی شده در محله:

..... ۱.

..... ۲.

..... ۳.

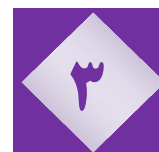
..... ۴.

.....

.....

.....

چگونه با بیماری سل مقابله کنیم؟



الف: برای پیشگیری از ابتلا به بیماری سل چه اقداماتی لازم است؟

درس هشتم

▼ کار گروهی

به دو گروه تقسیم شوید و در گروه خود در باره سوالات زیر بحث کنید.

۱. به نظر شما چه اقداماتی در پیشگیری از ابتلا به بیماری سل موثر می باشد؟

.....

.....

.....

.....

۲. به نظر شما نقش مردم و جامعه برای پیشگیری از ابتلا به بیماری سل چیست؟

.....

.....

.....

.....

▼ بررسی یک نمونه

شوهر معصومه خانم که از سال ها قبل سیگاری بوده، متأسفانه بیش از دو سال است که به مواد مخدر هم معتاد شده است و با توجه به اینکه مدتی است بیکار هم شده، برای تهیه مواد مخدر و نیز مخارج روزمره زندگی مجبور به فروختن برخی از لوازم منزل هم شده اند. آنها دارای سه فرزند ۲، ۶ و ۱۰ ساله هستند. شوهر معصومه خانم چند ماهی است که سرفه و کاهش وزن پیدا کرده ولی معصومه خانم فکر می کرد این علائم به دلیل اعتیاد به مواد مخدر، تغذیه نامناسب ناشی از مشکلات مادی و سیگاری بودن همسرش اتفاق افتاده است. اما از زمانی که متوجه شده همسرش دچار تب و خلط خون نیز شده، دیگر وضعیت همسرش را طبیعی ندانسته و به وجود یک بیماری واگیر در او شک کرده است. ولی چون در تامین مخارج زندگی خود و فرزندانش نیز درمانده شده و توان پرداخت هزینه دکتر، آزمایش و درمان او را ندارد، هیچ اقدامی برای همسرش انجام نداده است.

در باره این ماجرا فکر کنید و در مورد سوالات ذیل با بقیه داوطلبان سلامت بحث و با کمک مربی پاسخهای خود را کامل کنید.

به نظر شما، اشتباهات اصلی معصومه خانم در زمینه بیماری سل و پیشگیری از آن چه بوده است؟

.....

.....

.....

.....

شما به عنوان داوطلب سلامت چه اقداماتی را از نظر پیشگیری از بیماری سل برای افراد خانواده معصومه خانم و خانواده های دارای مشکل مشابه می توانید انجام دهید؟

.....

.....

.....

دانستنی های بهداشتی

۱- **مهم ترین اقدام** برای مبارزه با سل و پیشگیری از ابتلا به این بیماری، **تشخیص و درمان سریع** بیمارانی است که نقش منبع انتشار بیماری در جامعه را بازی می کنند.

نکته: به منظور تشخیص هر چه سریعتر بیماران مسلول، اگرچه وظیفه اولیه پزشکان و پرسنل مراکز بهداشتی درمانی، خانه ها و پایگاه های بهداشت اینگونه تعریف شده است که باید در افرادی که با علائم مشکوک به سل مراجعه می کنند حتما به سل فکر کرده و بررسی های لازم را انجام دهند؛ اما چنانچه بخواهیم این بیماری را در جامعه حذف کنیم **ضرورت دارد** که به این اندازه از فعالیت ها اکتفا نکرده و **در جمعیت هایی که می دانیم خطر ابتلا به بیماری سل در آن ها بیشتر است**، به جای انتظار برای مراجعه بیماران، ما به سراغ آن ها رفته و با پرسش در زمینه علائم، **به بیماریابی فعال سل بپردازیم**.

۲- عوامل دیگری که می توانند به کاهش خطر انتقال عفونت سل کمک کنند عبارتند از:

❖ **ارتقاء سطح بهداشت در جامعه و محیط زندگی**

❖ آموزش بهداشت:

تمامی آحاد جامعه به ویژه بیماران مبتلا به سل و اطرافیان آنان باید **نکات زیر** را بدانند و رعایت کنند:

الف) نکات عمومی (که تنها مختص بیماران مسلول نیست):

- آداب بهداشتی سرفه یا عطسه کردن (که در شکل زیر نمایش داده شده است)،



- آداب بهداشتی دفع خلط و آب دهان،
- مصرف صحیح آنتی بیوتیک ها (شامل عدم مصرف خودسرانه دارو، رعایت زمان بندی مصرف داروها و همچنین پرهیز از قطع خودسرانه و زودهنگام داروی تجویز شده توسط پزشک)

ب) نکات اختصاصی (جهت اطلاع بیشتر به متن آموزشی کاملی که در ابتدای پرونده بیماران مسلول

قرار داده شده رجوع شود)

- اهمیت بیماری سل، انواع، علائم و نحوه سرایت آن
- درمان پذیری بیماری سل و طول درمان آن (البته بیماران و خانواده های آنها در مقایسه با جامعه عمومی می بایست از جزئیات بیشتری نظیر رژیم درمانی، عوارض احتمالی داروها و نحوه برخورد با آن ها و همچنین پیگیری های حین درمان مطلع باشند)
- اقدامات لازم برای جلوگیری از سرایت بیماری به دیگران

❖ وجود تهویه و نور کافی در اتاق بیماران:

تابش مستقیم نور خورشید باسیل های سل را - که در شرایط تاریکی می توانند مدت های طولانی زنده بمانند- ظرف مدت ۵ دقیقه نابود می کند.



❖ انجام واکسیناسیون ب-ت-ژ

واکسیناسیون ب ت ژ در بدو تولد از ایجاد اشکال شدید و کشنده بیماری در شیرخواران پیشگیری می کند. (برای مطالعه بیشتر به کتابچه راهنمای برنامه ایمن سازی کشوری و جلد مرتبط در مجموعه کتب داوطلبان سلامت رجوع شود).

ب: درمان بیماری سل چگونه انجام می شود؟

درس نهم

سخنرانی

از پزشک مرکز دعوت کنید تا در جلسه آموزشی شما حضور یابد و در زمینه چگونگی درمان بیماری سل و نقش اطرافیان بیمار برای شما صحبت کند و به سوالات زیر پاسخ دهد. پاسخ ها را یادداشت نمایید.

۱. طول مدت درمان بیماری سل چقدر است؟

.....
.....

۲. درمان سل چگونه انجام میشود؟

.....
.....
.....

۳. مراقبت از بیماران در طول درمان چگونه انجام می شود؟

.....
.....
.....

۴. هر بیمار مبتلا به سل برای درمان بیماری و مراقبت های حین آن چقدر باید هزینه کند؟

.....
.....
.....

۵. هدف از درمان کامل بیماران مبتلا به سل چیست؟

.....
.....
.....

۶. داتس (DOTS) چیست و دلیل ضرورت اجرای آن چه می باشد؟

.....
.....
.....

۷. در مراکز بهداشتی درمانی، وضعیت پاسخ به درمان بیماران مبتلا به سل چگونه ارزیابی می شود؟

.....
.....
.....



□ خوشبختانه سل قابل درمان است و درمان آن **کاملاً رایگان** می باشد.

□ درمان بیماران مبتلا به سل برای حصول اهداف زیر صورت می پذیرد:

- ★ بهبود بیماران مسلول
- ★ پیشگیری از مرگ یا عوارض ناشی از بیماری سل
- ★ پیشگیری از پیدایش موارد مقاوم به درمان سل
- ★ پیشگیری از عود بیماری در آینده
- ★ پیشگیری از گسترش بیماری در میان اطرافیان و جامعه

□ داروهای ضد سل در اغلب انواع بیماری، خوراکی می باشند

□ داروهای ضد سل باید هر روز صبح قبل از صرف صبحانه و به صورت یکجا مصرف شوند؛ مگر در موارد استثنا که پزشک تشخیص می دهد. دلیل این امر کاهش اثر داروها در صورت مصرف همزمان مواد خوراکی است. فاصله زمانی بین مصرف دارو و خوردن صبحانه نباید از نیم ساعت کمتر باشد.

□ در اغلب موارد نیازی به بستری شدن بیمار در بیمارستان وجود ندارد؛ مگر در موارد خاصی که پزشک تشخیص دهد.

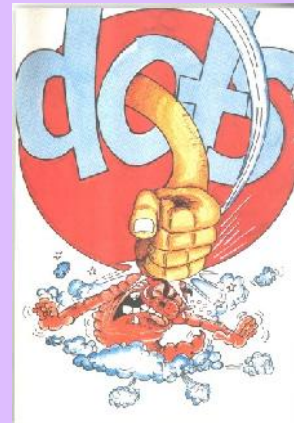
□ طول مدت درمان سل، حداقل ۶ ماه می باشد.

□ مصرف روزانه دارو می بایست زیر نظر مستقیم و روزانه یک شخص مطمئن و آموزش دیده انجام شود؛ که این شخص ترجیحاً باید از میان پرسنل بهداشتی-درمانی انتخاب شود و حتی المقدور از افراد خانواده بیمار نباشد. از افرادی که در غیاب تعداد کافی پرسنل بهداشتی می توانند پس از دریافت آموزش لازم، این نظارت



روزانه را بر عهده بگیرند می توان به داوطلبان سلامت محلات، معلمین و یا معتمدین محل اشاره کرد.

دلیل ضرورت انجام این نظارت مستقیم روزانه، طولانی بودن دوره درمانی و احساس بهبودی چشمگیر بیماران ظرف چند هفته اول درمان می باشد که در صورت عدم انجام این نظارت، حتی در افراد تحصیلکرده نیز تا ۳۰٪ موارد، شاهد قطع خودسرانه مصرف دارو و به دنبال آن شکست درمان و بروز مقاومت دارویی خواهیم بود. (در تعاریف بین المللی به این نظارت مستقیم روزانه بر مصرف دارو توسط یک شخص ثالث، **داتس DOTS** می گویند.)



□ خوشبختانه با وجود شبکه های بهداشتی درمانی در کشور، این امکان وجود دارد که بیماران در نزدیکترین مرکز ارائه دهنده خدمات بهداشتی درمانی به محل اقامت، کار یا تحصیل خود به طور سرپایی و رایگان تحت درمان با نظارت مستقیم (داتس) قرار گیرند.

□ درمان بیماری سل شامل دو مرحله است:

✓ مرحله اول (یا مرحله حمله ای درمان):

- * این مرحله معمولاً به مدت ۲ ماه بوده و با ترکیبی از ۴ دارو انجام می گیرد.
- * در این مرحله اکثر میکروب های سل کشته می شوند و بیمار بهبودی چشمگیری در وضعیت خود احساس می کند.

* در این مرحله، بیمار باید هر دو هفته یکبار توسط پزشک ویزیت شود.

✓ مرحله دوم (یا مرحله نگهدارنده درمان):

- * این مرحله معمولاً به مدت ۴ ماه بوده و با ترکیبی از ۲ دارو ارائه می شود
- * فواصل ویزیت بیمار توسط پزشک در این مرحله از درمان، در بیماران بدون عارضه، هر ماه یکبار است. در این مرحله میکروب های باقیمانده در بدن بیمار نابود خواهند شد.

□ ویزیت های ادواری پزشکان در طول درمان، در مراکز بهداشتی درمانی به طور رایگان ارائه می شوند.

□ پرهیز از کم و یا زیاد کردن خودسرانه مقدار هریک از داروها به هر دلیل و بهانه ای ضرورت دارد؛ در غیر این صورت زمینه ایجاد سل مقاوم به درمان بوجود می آید که بسیار خطرناک است.

□ علی رغم آن که بیمار ظرف چند هفته اول درمان احساس بهبودی کرده، سرفه اش کاهش یافته، تب وی قطع و اشتهاش بهتر شده و شروع به افزایش وزن می کند، باید درمان را تا انتها (یعنی زمانی که پزشک تعیین می کند) ادامه دهد.

□ بعد از ۲ هفته مصرف کامل داروها و مشاهده بهبود علائم، سرایت بیماری به دیگران از بین رفته و فرد می تواند به زندگی معمول و کار خود بازگردد؛ ولی مجدداً تاکید می گردد که در عین حال باید درمان بیمار تا انتهای دوره تعیین شده ادامه یابد.

□ **برای اطمینان از سیر بهبودی** بیماران مبتلا به سل ریوی خلط مثبت در حین درمان، بهترین راه آزمایش خلط می باشد. به همین خاطر در پایان ماه دوم، ماه چهارم و پایان دوره درمانی از آنها نمونه خلط اخذ می شود. البته **انجام آزمایش خلط** در پایان دوره حمله ای درمان (یعنی پایان ماه دوم درمان) برای سایر انواع سل (شامل موارد سل ریوی خلط منفی و خارج ریوی) نیز باید انجام شود.

□ ابزار دوم برای رصد کردن پاسخ به درمان کلیه بیماران (اعم از مبتلایان به سل های ریوی و خارج ریوی)، **اندازه گیری ادواری وزن** در هر بار ویزیت پزشکان و پایش روند آن می باشد.

ج: داروهایی که در درمان سل استفاده میشود، چه عوارضی دارند؟

درس دهم

توجه: با توجه به آنکه بروز عوارض ناشی از مصرف داروهای ضد سل پدیده شایعی نیست، آموزش مطالب این قسمت باید "تنها به بیماران مبتلا به سل و خانواده آن ها" محدود باشد.

سخنرانی ▼

از پزشک مرکز دعوت کنید تا در جلسه آموزشی شما حضور یابد و در خصوص عوارض دارویی در درمان مبتلایان به سل برای شما صحبت کند و به سوالات زیر پاسخ دهد.

۱- چه داروهایی در درمان بیماری سل مصرف می شوند؟

.....
.....
.....

۲- داروهایی که در درمان سل استفاده می شوند، چه عوارضی را ممکن است در بیماران ایجاد کنند؟

.....
.....
.....

۳- در صورت بروز کدام دسته از عوارض دارویی، نباید مصرف داروهای ضد سل متوقف شود؟

.....
.....
.....

۳- در زمان آغاز مصرف ریفامپین، چه نکاتی را حتما باید به بیماران آموزش داد؟

.....
.....
.....

۴- در صورت بروز کدام دسته از عوارض دارویی، باید درمان سل متوقف و بیمار فورا به پزشک ارجاع داده شود؟

.....
.....
.....



□ داروهایی که در درمان سل مصرف می‌شوند عبارتند از: **ریفامپین، پیرازینامید، ایزونیاژید، اتامبوتول** و در برخی موارد استرپتومایسین. این داروها هم به صورت تک تک و منفرد موجودند و هم به صورت تجمیع شده در قرص های ترکیبی. □ این که داروهای منفرد برای بیمار مناسب تر است یا داروهای ترکیبی، به شرایط بیمار بستگی دارد و مطابق با دستورالعمل کشوری و توسط پزشک یا کارمند بهداشتی تعیین می شود.

□ بیماران مبتلا به سل در اغلب موارد، درمان خود را بدون ابتلا به هرگونه عارضه دارویی به اتمام می رسانند. اما تعداد اندکی از بیماران ممکن است در طول درمان عوارضی را تجربه کنند. در صورت بروز عوارض دارویی باید بیمار را فوراً به مرکز بهداشتی درمانی ارجاع داد تا اقدام مناسب با تصمیم پزشک انجام شود.

□ عوارض جانبی داروهای ضد سل به دو گروه "**خفیف**" و "**شدید**" تقسیم بندی می شوند.

★ **عوارض خفیف** شامل: بی اشتهايي، تهوع، درد مفاصل، احساس سوزش و گزگز در پاها

★ **عوارض شديد** شامل: لك های پوستی، خارش، زردی، اختلال دید رنگ، استفراغ، کاهش هوشیاری؛ و در صورت تجویز داروهای تزریقی ضد سل، سرگیجه و کاهش شنوایی

□ **عوارض خفیف** معمولاً خودبخود بهبود می یابند، بنابراین **نباید سبب توقف درمان سل شوند**. اما ویزیت پزشک برای انجام اقدامات لازم در جهت رفع یا تخفیف این نوع از عوارض ضرورت دارد.

□ در صورت بروز عوارض شدید دارویی باید بلافاصله مصرف دارو را متوقف کرده و بیمار را فوراً و در همان روز به پزشک ارجاع داد تا داروی ایجادکننده عارضه شناسایی و رژیم دارویی مناسب تجویز شود.

□ تشخیص سریع عوارض دارویی بر عهده پزشک و کارکنان بهداشتی می باشد؛

لذا **پزشکان و کارکنان بهداشتی موظفند:**

★ بیماران را در هر بار مراجعه از نظر بروز این عوارض مورد بررسی قرار دهند؛

★ بیماران و افراد ناظر بر درمان را در زمینه عوارض دارویی سل و اهمیت گزارش به موقع آن ها به طور کامل آموزش دهند.

□ به دنبال مصرف ریفامپین، ادرار وسایر ترشحات بدن (همچون اشک، عرق و ...) به رنگ نارنجی مایل به قرمز در می آید که عارضه محسوب نمی شود، اما به دلیل احساس ترسی که در بیمار ایجاد می کند می تواند سبب تصمیم وی به قطع دارو شود، لذا باید در این مورد به بیمار از همان ابتدای درمان آگاهی و اطمینان خاطر داد. در افرادی که از لنزهای تماسی برای تصحیح عیوب بینایی خود استفاده می کنند، به دلیل احتمال رسوب این رنگ بر روی لنز، توصیه می شود در طول درمان سل از روش های جایگزین (نظیر عینک) استفاده نمایند

□ مصرف ریفامپین اثرات داروهای ضد بارداری را کاهش می دهد و ممکن است سبب بروز بارداری ناخواسته در حین درمان ضد سل گردد، بنابراین به بیمار باید توصیه شود تا برای تصمیم گیری در مورد تغییر دوز داروهای ضد بارداری هورمونی و یا استفاده از روش های غیر هورمونی جلوگیری (که می بایست تا یک ماه پس از پایان دوره درمان ضد سل بیمار ادامه یابد) به مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کند.

د: پیگیری اطرافیان بیمار چگونه انجام می شود؟

درس یازدهم

یک مشورت

شوهر اکرم خانم مبتلا به سل ریوی شده و نتیجه آزمایش خلط او مثبت اعلام شده است. به همین دلیل اکرم خانم که در حال حاضر نگران ابتلای خود به بیماری است به داوطلب سلامت محله خود مراجعه کرده و به او می گوید تا بحال هیچ مشکل یا بیماری نداشته و کاملاً سالم است. نظر خود را در این مورد یادداشت کنید و با سایر داوطلبان در این زمینه صحبت کنید

.....

.....

.....

کار گروهی

به دو گروه تقسیم شوید و در گروه خود در باره سوالات زیر بحث کنید

۱- آیا شیوه بررسی افرادی که در تماس با بیماران مبتلا به سل می باشند یکسان است؟

.....

.....

۲- در بزرگسالانی که دچار بیماری های تضعیف کننده سیستم ایمنی (نظیر اچ آی وی، دیابت، نارسایی مزمن کلیه) نبوده و همچنین مصرف کننده داروهای تضعیف کننده سیستم ایمنی نیستند اما در تماس با یک بیمار مبتلا به سل ریوی خلط مثبت می باشند، شیوه بررسی (از جهت رد یا تأیید ابتلا به بیماری سل) چگونه می باشد؟

.....

.....

.....

۳- به نظر شما برای کودکانی که با والدین مبتلا به سل در تماس می باشند چه اقدامات تشخیصی و پیشگیری کننده ای لازم است انجام شود؟

.....

.....

.....

.....

.....

سخنرانی

از پزشک مرکز دعوت کنید تا در جلسه آموزشی شما حضور یابد و در خصوص شیوه های پیگیری اطرافیان بیماران مبتلا به سل صحبت کند و به سوالات شما پاسخ دهد.

- بررسی افراد در تماس با کدام دسته از بیماران مسلول در مراکز بهداشتی درمانی کشور اجباری و رایگان است؟

.....

.....

- بررسی بزرگسالان در تماس با بیماران مبتلا به سل چگونه می باشد؟

.....

.....

.....

- بررسی کودکان در تماس با بیماران مبتلا به سل چگونه می باشد؟

.....

.....

.....

دانستنی های بهداشتی

افراد زیر باید از نظر ابتلا به سل **تحت بررسی کامل و رایگان** قرار گیرند:

۱. اطرافیان بیماران مبتلا به سل ریوی خلط مثبت

۲. اطرافیان بیماران مبتلا به سل حنجره

۳. اطرافیان کودکان مبتلا به سل

□ روال بررسی اطرافیان بیماران فوق به شرح زیر است:

□ بررسی بزرگسالان در تماس با بیمار:



★ (الف) در صورتی که فرد بزرگسال در تماس،

فاقد بیماری های تضعیف کننده سیستم ایمنی

(نظیر اچ آی وی، دیابت، نارسایی مزمن کلیه)

بوده و همچنین مصرف کننده داروهای
ضعیف

کننده سیستم ایمنی نباشد از نظر **علامت سرفه بیشتر از دو هفته** بررسی می شود. تا چنانچه این علامت وجود داشته باشد فرد به عنوان مورد مشکوک به سل ریوی تحت بررسی قرار گرفته و از وی ۳ نمونه خلط جهت آزمایش تهیه شود. و در صورتیکه فاقد علامت سرفه طول کشیده باشد، ضمن آموزش علائم بیماری و یادآوری این مطلب که در صورت بروز سرفه، تب، تعریق شبانه و کاهش اشتها و وزن به مرکز بهداشتی درمانی مراجعه نماید، باید یک ماه بعد مجدداً و به همین منوال تحت بررسی قرار گیرد. چنین فردی در صورت نداشتن علائم بیماری باید به مدت دو سال، هر شش ماه یک بار از نظر ابتلا به سل بررسی شود.

★ (ب) در صورتیکه فرد بزرگسال در تماس، **دچار بیماری های تضعیف کننده سیستم**

ایمنی باشد و یا داروهای تضعیف کننده سیستم ایمنی مصرف کند، از نظر **۴ علامت**

"سرفه، تب، تعریق شبانه و کاهش وزن" بررسی می شود. تا چنانچه حداقل یکی از این علائم را داشته باشد، به عنوان مورد مشکوک به سل تحت بررسی قرار گرفته و ضمن اخذ نمونه خلط از وی، برای معاینه و انجام سایر آزمایشات مورد نیاز به پزشک ارجاع شود. چنین فردی در صورتی که هیچ یک از علائم فوق را نداشته باشد و یا توسط پزشک تشخیص سل برای او رد شده باشد، بر اساس نظر پزشک یا تحت درمان پیشگیری قرار خواهد گرفت و یا به مدت دو سال، هر شش ماه یک بار به طور مجدد از نظر ابتلا به سل بررسی خواهد شد.

□ بررسی کودکان در تماس با بیمار:

★ برای کودک در تماس، علاوه بر بررسی از نظر **علائم سل**، باید **تست پوستی توپر کولین**

و رادیوگرافی قفسه سینه نیز به عمل آید. البته ممکن است در برخی موارد با نظر

پزشک، به انجام **آزمایش خلط یا شیره معده** نیز نیاز باشد.

★ کودک در تماس در صورت قطعی شدن تشخیص سل، باید درمان کامل ضد سل را

دریافت کند و در صورت رد تشخیص سل، تحت درمان پیشگیری قرار گیرد.



- آیا مردم محله شما می دانند چگونه می توان از ابتلا به سل پیشگیری کرد؟
.....
.....
- یا مردم محله شما مهم ترین اقدام برای پیشگیری از بیماری سل را می شناسند؟
.....
.....
- آیا مردم محله شما روش های صحیح و غلط سرفه و عطسه کردن را می دانند؟
.....
.....
- آیا مردم محله شما می دانند که چرا باید مبتلایان به سل درمان شوند؟
.....
.....
- آیا مردم محله شما، طول مدت درمان سل را می دانند؟
.....
.....
- آیا خانوارهای تحت پوشش شما می دانند که بیمار مبتلا به سل برای تشخیص و درمان خود چه مقدار باید هزینه کند؟
.....
.....
- آیا مردم محله شما، انواع مسری بیماری سل و طول مدت سرایت پذیری آن را می دانند؟
.....
.....
- آیا مردم محله شما می دانند که چرا باید مبتلایان به سل تحت نظارت یک شخص ثالث داروهای روزانه خود را مصرف کنند؟
.....
.....
- آیا مردم محله شما می دانند که اگر بیمار مسلول در خانواده وجود داشته باشد، برای بقیه افراد خانواده باید چه اقداماتی انجام شود؟
.....
.....
- آیا مردم محله شما می دانند چگونه می توان از بیماران مسلول در خانه مراقبت کرد؟
.....
.....
- آیا در بین خانوارهای تحت پوشش شما، فرد مبتلا به سل که در حال حاضر تحت درمان باشد وجود دارد؟
.....
.....

- آیا در بین دوستان، آشنایان و خانوارهای تحت پوشش شما، بیمار مسلولی که عوارض داروهای سل را تجربه کرده و از آن رنج برده باشد وجود داشته است؟

.....
.....

- آیا در بین خانوارهای تحت پوشش شما، بیمار مسلولی را می شناسید که درمان بیماری سل را بطور ناقص انجام داده باشد؟

.....

مشکلات شناسایی شده در محله:

..... ۱.

..... ۲.

..... ۳.

..... ۴.

..... ۵.

..... ۶.

.....

.....

.....

.....



چگونه پیام هایمان را به مردم منتقل کنیم؟

بر اساس بحث‌هایی که در جلسات قبلی داشته‌اید و نتایج آن را در قسمت "درمحل" نوشته‌اید، برای انتقال پیام به مردم برنامه‌ریزی کنید.

● انتخاب پیام‌های مناسب

مسائلی که در محله شما وجود دارد را روی تخته یادداشت کنید و درباره شدت هر مسئله بحث کنید. چه تعداد از مردم محله با آن مسئله روبرو هستند؟ کدام مسئله خطر بیشتری دارد؟ سپس درباره مسائلی که یادداشت کرده‌اید، رأی‌گیری کنید. ۵ مسئله‌ای را که مهم‌تر از بقیه هستند، در جدول زیر یادداشت کنید.

شماره	مسائل بهداشتی مهم محله ما

سپس برای حل این مسائل برنامه‌ریزی کنید. مردم محله شما به چه آموزش‌هایی بیشتر احتیاج دارند؟ باچه روشی باید به مردم آموزش داد؟ چه کار دیگری جز آموزش می‌توان برای این مسائل انجام داد؟ نتیجه بحث‌هایتان را در جدول صفحه بعد به طور خلاصه بنویسید.



شماره	برای حل کدام مسئله؟	چه کاری باید کرد؟	چه کسی مسئول این کار خواهد بود؟	این کار چه زمانی انجام خواهد شد؟

توجه کنید: اگر برنامه هایی که در این جدول می نویسید اجرا نکنید، کار خود را ناقص رها کرده اید. فقط زمانی به یادگیری کتاب دیگری پردازید که پیام هایتان را به مردم محله منتقل کرده باشید.

● تهیه مواد آموزشی

اگر در جدول برنامه ریزی خودتان، تهیه مواد آموزشی مثل پوستر، پمفلت، جزوه، روزنامه دیواری، شعار و هم دارید، به صورت گروهی در کلاس، این مواد را تهیه کنید.

شماره	نوع مواد آموزشی	موضوع و پیام های اصلی	افراد مسئول	زمان	وسایل مورد نیاز

سخنرانی (چهره به چهره)

شما باید خودتان را برای آموزش مردم آماده کنید و این کار به تمرین نیاز دارد. بهتر است در کلاس خود درباره مسائلی که در محله شما اهمیت بیشتری دارند، سخنرانی کنید تا هم آمادگی بیشتری کسب کنید و هم اگر اشکالی در گفته های شما هست، با مربی و سایر رابطین آن را برطرف کنید. برای این که سخنان شما برای مردم محله تان قابل قبول باشد، چه کار باید بکنید؟ برای این سخنرانی های تمرینی برنامه ریزی کنید. (در صورت موافقت مربی می توانید این سخنرانی را برای مردم دیگر انجام دهید و مربی بر کار شما نظارت کند.)

شماره	موضوع سخنرانی	سخنران	تاریخ

● ایفای نقش

برای انتقال پیام به مردم باید روش صحیح گفتگو با آن ها را دانست و به تدریج در این کار ماهر شد. بهترین راه تمرین ارتباط با دیگران، ایفای نقش است. در حضور مربی و سایرین درباره همه مسئله، سوال ها و ماجراهای این کتاب یک ایفای نقش انجام دهید. بحث بعد از ایفای نقش، مهم تر از خود آن است. فراموش نکنید که در این بحث ها، باید درباره نقش ها صحبت کنید، نه درباره بازیگران! شاید بخواهید از قبل، برای ایفای نقش تمرین کنید. بنابراین برای زمان اجرای ایفای نقش برنامه ریزی کنید.

شماره	ماجرای ایفای نقش	تعداد بازیگران	اسامی بازیگران	تاریخ اجرا



خود آزمایی

برای این که بدانید آیا مطالب این کتاب را به خوبی یاد گرفته‌اید، آن‌ها را در خاطر دارید و از آن‌ها به شکل صحیحی استفاده می‌کنید، سوالات زیر را از خود بپرسید:



آیا می‌دانم؟ ▼

- بیماری سل چیست و چرا باید به آن توجه کرد؟
- چه افرادی بیشتر در معرض خطر ابتلا به سل هستند؟
- اعضای از بدن انسان که مبتلا به بیماری سل می‌شوند را می‌شناسم؟
- نشانه‌های بیماری سل کدامند؟
- راه سرایت بیماری سل چیست؟
- راه‌های پیشگیری از بیماری سل کدامند؟
- طول مدت درمان سل چقدر است؟
- چگونه از خود در مقابل بیماری سل مراقبت کنم؟



آیا می‌توانم؟

- بیماران مبتلا به سل را در محله شناسایی کنم؟
- به درمان بیماران مسلول محله خود کمک کنم؟
- در پیگیری اطرافیان بیماران مسلول، به خانواده‌های آن‌ها کمک کنم؟
- از خود در مقابل بیماری سل مراقبت کنم؟
- به تصحیح باورهای اشتباه جامعه نسبت به بیماری سل کمک کنم؟



آیا پیام‌ها را به مردم منتقل کرده‌ام؟

- آیا علائم بیماری سل را به مردم آموزش داده‌ام؟
- آیا راه‌های سرایت بیماری سل را به مردم آموزش داده‌ام؟
- آیا درمان‌پذیری بیماری سل و طول دوره درمانی آن را به مردم آموزش داده‌ام؟
- آیا رایگان بودن خدمات تشخیصی و درمانی سل را به مردم آموزش داده‌ام؟
- آیا طول دوره سرایت‌پذیری بیماری سل را به مردم آموزش داده‌ام؟
- آیا نحوه صحیح و بهداشتی سرفه و عطسه کردن را به مردم آموزش داده‌ام؟
- آیا نحوه پیشگیری از ابتلا به بیماری سل را به مردم آموزش داده‌ام؟
- آیا اقدامات مربوط به پیگیری اطرافیان بیمار را به خانواده بیماران محله آموزش داده‌ام؟
- آیا نحوه مراقبت از بیماران مسلول را در خانه، به خانواده بیماران محله آموزش داده‌ام؟

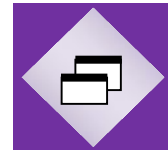


آیا کارهای ما موثر بوده است؟ ▼

- آیا مردم محله، آداب صحیح و بهداشتی سرفه و عطسه کردن را رعایت می کنند؟
- آیا بیماران مسلول محله، بموقع تشخیص داده می شوند؟
- آیا بیماران مسلول محله، تحت درمان کامل و منظم قرار می گیرند؟
- آیا کلیه اطرافیان بیماران مسلول محله، مطابق برنامه کشوری تحت بررسی قرار می گیرند؟
- آیا مردم محله و بویژه افراد خانواده بیماران، به روش صحیح و منطقی از خود در مقابل بیماری سل مراقبت می کنند؟
- آیا سطح آگاهی و نگرش مردم محله ارتقاء یافته است؟

اگر در هر یک از این موارد اشکالی دارید، آن را با مربی خود در میان بگذارید.





چگونه فرآیند انتقال

پیام های بهداشتی به مردم را ارزیابی کنیم؟

برای این که بدانید آیا مطالب این کتاب به درستی به خانوارها منتقل شده و بخواهید میزان تأثیر آن را بررسی کنید، مراحل زیر را با کمک داوطلبان سلامت انجام دهید.

▼ مرحله اول

قبل از آموزش این کتاب به داوطلبان سلامت، با استفاده از پرسشنامه‌ی انتهایی همین بخش میزان آگاهی، نگرش و عملکرد ۱۰ درصد از خانوارهای تحت پوشش هر داوطلب سلامت را مورد سنجش قرار دهید.

▼ مرحله دوم

پس از آموزش محتوی کتاب، با توجه به شرایط و نیاز مردم محله که در طی دوره‌ی آموزشی و ضمن انجام بحث‌های «در محله» بررسی و دسته‌بندی گردیده، انتقال پیام‌ها، توسط داوطلبان سلامت محلات به خانوارهای تحت پوشش صورت می‌گیرد. نظارت مربی بر چگونگی انجام آموزش در محله ضروری است. این قسمت از کار مربی بخشی از آموزش داوطلبان محسوب می‌شود.

▼ مرحله سوم

به فاصله سه ماه پس از اتمام آموزش محتوی کتاب، لازم است مربی با همکاری داوطلبان سلامت مجدداً میزان افزایش آگاهی، نگرش و عملکرد همان خانوارهای انتخاب شده در مرحله‌ی اول را مورد سنجش قرار دهد.

▼ مرحله چهارم

در صورتی که میزان افزایش آگاهی و نگرش خانوارها کمتر از ۳۵ درصد بود مجدداً جهت انتقال پیام‌ها برنامه‌ریزی شود.



قبل از آموزش (Pre-Test).....

بعد از آموزش (Post-Test).....

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

معاونت بهداشتی دانشگاه / دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی

بررسی میزان آگاهی، نگرش و عملکرد خانوارهای تحت پوشش داوطلب در زمینه بیماری سل

این پرسشنامه از طریق مصاحبه داوطلب سلامت با مادر یا یکی از اعضای آگاه خانوار، با نظارت مربی تکمیل می شود.

راهنما:

- پاسخ مورد انتظار هر سوال، صرفاً جهت اطلاع داوطلب سلامت، در متن پرسشنامه آمده است.
- **در سوالات ۴، ۵، ۱۱، ۱۴ و ۱۶،** گزینه های ذکر شده در ذیل سوال را نباید برای فرد پاسخگو بیان کرد، و فقط باید اصل سوال را پرسیده و منتظر پاسخ فرد بود. سپس چنانچه او هر یک از گزینه ها را ذکر کرد در مقابل آن گزینه عبارت "ذکر کرد" علامت زده می شود و در صورت عدم اشاره به هر کدام، گزینه "ذکر نکرد" در مقابل آن انتخاب می شود.

الف- اطلاعات عمومی

نام شهرستان:

نام واحد بهداشتی درمانی شهری / روستایی:

نام مربی: نام داوطلب سلامت:

شماره خانوار: آدرس خانوار:

تلفن تماس: تاریخ پرسشگری:

ردیف	سوال
	نام فرد پاسخگو:
	سن (بر حسب سال):
	جنس: <input type="checkbox"/> ۱- مرد <input type="checkbox"/> ۲- زن
	ملیت: <input type="checkbox"/> ۱- ایرانی <input type="checkbox"/> ۲- غیر ایرانی
	تحصیلات:
	<input type="checkbox"/> ۱- بی سواد <input type="checkbox"/> ۲- ابتدایی <input type="checkbox"/> ۳- راهنمایی
	<input type="checkbox"/> ۴- متوسطه و دیپلم <input type="checkbox"/> ۵- فوق دیپلم <input type="checkbox"/> ۶- بالاتر از فوق دیپلم
	شغل:
	<input type="checkbox"/> ۰۱- کارمند <input type="checkbox"/> ۰۲- کارگر ساده یا فنی <input type="checkbox"/> ۰۳- کشاورز و دامدار
	<input type="checkbox"/> ۰۴- صیاد و ماهیگیر <input type="checkbox"/> ۰۵- نظامی <input type="checkbox"/> ۰۶- مغازه دار و آزاد
	<input type="checkbox"/> ۰۷- پبله ور <input type="checkbox"/> ۰۸- راننده <input type="checkbox"/> ۰۹- بازنشسته
	<input type="checkbox"/> ۱۰- محصل و دانشجو <input type="checkbox"/> ۱۱- خانه دار <input type="checkbox"/> ۱۲- بیکار
	<input type="checkbox"/> ۱۳- سایر

ردیف	سوال
بررسی آگاهی	
۱	آیا تاکنون نام بیماری سل، تب لازم یا توبرکلوز را شنیده‌اید؟ <input type="checkbox"/> ۱- بلی <input type="checkbox"/> ۲- خیر (اگر خیر، رجوع شود به سوال ۲۷)
۲	آیا بیماری سل قابل انتقال و سرایت از فردی به فرد دیگر می‌باشد؟ <input type="checkbox"/> ۱- بلی <input type="checkbox"/> ۲- خیر <input type="checkbox"/> ۳- نمی‌داند (اگر خیر یا نمی‌داند، رجوع شود به سوال ۴)
۳	به نظر شما، بیماری سل از چه راهی منتقل می‌شود؟ <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد (پاسخ مورد انتظار: تنفسی؛ از طریق استنشاق هوا و ذرات آلوده خارج شده از ریه‌های بیمار طی سرفه و عطسه)
۴	به نظر شما بیماری سل چه قسمت یا قسمت‌هایی از بدن را می‌تواند گرفتار کند؟ ۴-۱- ریه‌ها <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد ۴-۲- سایر اعضای بدن <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد (پاسخ مورد انتظار: تماس‌های طولانی با بیماران مسلول)
۵	به نظر شما علائم بیماری سل چیست؟ ۵-۱- سرفه طولانی <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد ۵-۲- وجود خلط خونی <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد ۵-۳- درد قفسه سینه <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد ۵-۴- تب طولانی <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد ۵-۵- تعریق شبانه <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد ۵-۶- ضعف و خستگی <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد ۵-۷- کاهش اشتها <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد ۵-۸- کاهش وزن <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد
۶	مهمترین و اولین اقدام تشخیصی در موارد مشکوک (افراد دارای سرفه بیش از ۲ هفته) چیست؟ <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد (پاسخ مورد انتظار: آزمایش خلط)
۷	آیا به نظر شما بیماری سل قابل درمان و بهبودی است؟ <input type="checkbox"/> ۱- بلی <input type="checkbox"/> ۲- خیر (اگر خیر، رجوع شود به سوال ۱۸)
۸	به نظر شما حداقل طول دوره درمان بیماری سل چقدر است؟ <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد (پاسخ مورد انتظار: حداقل ۶ ماه)
۹	به نظر شما بعد از شروع درمان تا چه مدت قابلیت انتقال بیماری سل از بین می‌رود؟ <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد (پاسخ مورد انتظار: بعد از ۲ هفته)
۱۰	به نظر شما چه اصولی را باید در درمان دارویی بیماری سل رعایت کرد؟ <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد (پاسخ مورد انتظار: تکمیل دوره درمانی و نظم در مصرف داروها)
۱۱	در صورت عدم رعایت اصول درمان چه اتفاقی می‌افتد؟ ۱۱-۱- بیماری مقاوم به درمان و طولانی‌تر می‌شود. <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد ۱۱-۲- حتی منجر به مرگ بیمار نیز می‌شود. <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد ۱۱-۳- موجب انتقال بیماری به دیگران نیز می‌شود. <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد
۱۲	آیا تا به حال در مورد DOTS (داتس) چیزی شنیده‌اید؟ <input type="checkbox"/> ۱- بلی <input type="checkbox"/> ۲- خیر (اگر خیر، رجوع شود به سوال ۱۴)
۱۳	اگر بلی، به چه معنی است؟ <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد

(پاسخ مورد انتظار: درمان کوتاه مدت سل تحت نظارت مستقیم)	
۱۴	<p>چگونه می‌توان پی برد که بیمار در حین درمان در حال بهبودی است؟</p> <p>۱-۱۵- قطع تب <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد <input type="checkbox"/></p> <p>۲-۱۵- قطع سرفه <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد <input type="checkbox"/></p> <p>۳-۱۵- افزایش وزن <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد <input type="checkbox"/></p> <p>۴-۱۵- منفی شدن آزمایش خلط <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد <input type="checkbox"/></p>
۱۵	<p>به نظر شما درمان بیماری سل برای بیماران در کشور ما چقدر هزینه دارد؟ <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد</p> <p>(پاسخ مورد انتظار: رایگان است)</p>
۱۶	<p>چه روش‌هایی برای پیشگیری از ابتلا به بیماری سل می‌شناسید؟ نام ببرید.</p> <p>۱-۱۶- تشخیص بموقع و درمان فرد مسلول <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد <input type="checkbox"/></p> <p>۲-۱۶- استفاده از ماسک توسط بیمار در ابتدای درمان <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد <input type="checkbox"/></p> <p>۳-۱۶- پوشاندن دهان و بینی هنگام عطسه و سرفه <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد <input type="checkbox"/></p> <p>۴-۱۶- جلوگیری از انداختن خلط و آب دهان <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد <input type="checkbox"/></p> <p>۵-۱۶- تهویه مناسب و نورگیری مطلوب محیط <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد <input type="checkbox"/></p> <p>۶-۱۶- تغذیه مناسب <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد <input type="checkbox"/></p> <p>۷-۱۶- واکسیناسیون <input type="checkbox"/> ۱- ذکر کرد <input type="checkbox"/> ۲- ذکر نکرد <input type="checkbox"/></p>
بررسی نگرش	
جملات زیر را از فرد پرسیده و از او بخواهید شدت موافقت یا مخالفت خود را با هر یک از این جملات اعلام کند.	
۱۷	<p>اگر به بیماری سل مبتلا شوم بیماری خود را کاملاً از دیگران پنهان نگه می‌دارم.</p> <p><input type="checkbox"/> ۱- کاملاً موافقم <input type="checkbox"/> ۲- موافقم <input type="checkbox"/> ۳- نظری ندارم <input type="checkbox"/> ۴- مخالفم <input type="checkbox"/> ۵- کاملاً مخالفم</p>
۱۸	<p>ابتلا به بیماری سل بر روی روابط من با دوستان و آشنایان اثر نامطلوب نمی‌گذارد.</p> <p><input type="checkbox"/> ۱- کاملاً موافقم <input type="checkbox"/> ۲- موافقم <input type="checkbox"/> ۳- نظری ندارم <input type="checkbox"/> ۴- مخالفم <input type="checkbox"/> ۵- کاملاً مخالفم</p>
۱۹	<p>اگر در محل کار فردی بدانند که وی مبتلا به سل است امکان دارد کار خود را از دست بدهد.</p> <p><input type="checkbox"/> ۱- کاملاً موافقم <input type="checkbox"/> ۲- موافقم <input type="checkbox"/> ۳- نظری ندارم <input type="checkbox"/> ۴- مخالفم <input type="checkbox"/> ۵- کاملاً مخالفم</p>
۲۰	<p>ابتلا به بیماری سل بر روی روابط خانوادگی من با دوستان و آشنایان اثر نامطلوب می‌گذارد.</p> <p><input type="checkbox"/> ۱- کاملاً موافقم <input type="checkbox"/> ۲- موافقم <input type="checkbox"/> ۳- نظری ندارم <input type="checkbox"/> ۴- مخالفم <input type="checkbox"/> ۵- کاملاً مخالفم</p>
۲۱	<p>در صورت ابتلا یکی از نزدیکان به بیماری سل، ترجیح می‌دهم تا او جدا از دیگران زندگی نماید.</p> <p><input type="checkbox"/> ۱- کاملاً موافقم <input type="checkbox"/> ۲- موافقم <input type="checkbox"/> ۳- نظری ندارم <input type="checkbox"/> ۴- مخالفم <input type="checkbox"/> ۵- کاملاً مخالفم</p>
۲۲	<p>بیماری سل موجب عقیم و نابارور شدن خانمها نمی‌شود.</p> <p><input type="checkbox"/> ۱- کاملاً موافقم <input type="checkbox"/> ۲- موافقم <input type="checkbox"/> ۳- نظری ندارم <input type="checkbox"/> ۴- مخالفم <input type="checkbox"/> ۵- کاملاً مخالفم</p>
۲۳	<p>بیماران مسلول شانس کمتری برای ازدواج دارند.</p> <p><input type="checkbox"/> ۱- کاملاً موافقم <input type="checkbox"/> ۲- موافقم <input type="checkbox"/> ۳- نظری ندارم <input type="checkbox"/> ۴- مخالفم <input type="checkbox"/> ۵- کاملاً مخالفم</p>
۲۴	<p>بیماری سل در طول بارداری و زمان زایمان موجب بروز عوارض وخیمی برای نوزاد می‌شود.</p> <p><input type="checkbox"/> ۱- کاملاً موافقم <input type="checkbox"/> ۲- موافقم <input type="checkbox"/> ۳- نظری ندارم <input type="checkbox"/> ۴- مخالفم <input type="checkbox"/> ۵- کاملاً مخالفم</p>

بررسی عملکرد

<p>در صورتی که یکی از اطرافیان بیمار مسلول دچار سرفه طولانی مدت شد، اولین اقدامی که انجام می‌دهید چیست؟ (راهنما: گزینه‌های زیر را نباید برای فرد پاسخگو بیان کرد، و فقط اولین موردی را که او ذکر کرد باید با گزینه‌های زیر مقایسه کرده و مورد مشابه با نظر فرد پاسخگو را علامت بزنید).</p> <p><input type="checkbox"/> ۱- صبر می‌کنیم تا بهبودی حاصل شود.</p> <p><input type="checkbox"/> ۲- از درمانگرهای سنتی استفاده می‌کنیم.</p> <p><input type="checkbox"/> ۳- او را جهت معاینه نزد پزشک می‌بریم.</p> <p><input type="checkbox"/> ۴- از داروهای ضد سرفه استفاده می‌کنیم.</p> <p>(پاسخ مورد انتظار: گزینه ۳)</p>	<p>۲۵</p>
<p>در مورد آداب بهداشتی سرفه، کدامیک از تصاویر ذیل پرسشنامه، شیوه غلط را نشان می‌دهد؟</p> <p><input type="checkbox"/> ۱- تصویر ب</p> <p><input type="checkbox"/> ۲- تصویر ج</p> <p><input type="checkbox"/> ۳- تصویر الف و ب، هر دو غلط و غیر قابل قبول هستند.</p> <p><input type="checkbox"/> ۴- تصویر ب و ج، هر دو غلط و غیر قابل قبول هستند.</p> <p>(پاسخ مورد انتظار: گزینه ۴)</p>	<p>۲۶</p>





فهرست منابع:

- ۱- ناصحی مهشید، میرحقانی لیلا. راهنمای کشوری مبارزه با سل- ویرایش دوم(مصوب کمیته فنی کشوری مبارزه با سل وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی)، مرکز مدیریت بیماری- های واگیر، زمستان ۱۳۸۹
- ۲- گزارش کنترل سل سازمان جهانی بهداشت در سال ۲۰۱۳

