بسمه تعالی

**پیام های بهداشتی پیشگیری از تب دانگی سال 1403**

**گروه آموزش و ارتقای سلامت**

1-تب دانگ یک بیماری ویروسی است که توسط گزش پشه آئدس منتقل میشود.

2-کسانیکه قبلا یک بار به تب دانگ مبتلا شده باشند، احتمال دارد در نوبت بعدی به فرم شدید بیماری مبتلا شوند.

**روش انتقال**

1.پشه آئدس شبیه پشه های معمولی با لکه های سفید روی پاها و بدن است که می تواند ویروس تب دانگ را منتقل کند.

2.پشه آئدس بیشتر در طول روز انسان را می گزد. (اوایل صبح و نزدیک غروب آفتاب)

۳.بیماری از انسان به انسان منتقل نمیشود.

۴.این پشه می تواند در هر ظرف که مقداری آب جمع می شود تخم گذاری کند مانند لاستیک و تایرهای مستعمل، قوطی کنسرو

**علایم تب دانگ**

در اکثر مواقع بیماری بدون علامت یا با علائم خفیف است که ۴ تا1۰روز بعد از گزش پشه ظاهر می شود و در عرض یک هفته بهبود می یابد.

1.تب

2.سر درد شدید

۳.درد شدید مفاصل، استخوان ها و عضلات

۴.درد پشت چشم

۵.بی اشتهایی

۶.تهوع و استفراغ

7.بثورات پوستی

8.خون ریزی مخاطی در موارد شدید

**درمان**

1-استراحت کافی

2-مصرف مایعات فراوان

۳-برای تسکین درد فقط از استامینوفن استفاده شود.

۴-از مصرف داروهایی مانند ایبوپروفن، آسپرین، ژلوفن، نوافن، دیکلوفناک، ناپروکسن، مفنامیک اسید خودداری شود چون ممکن است در این بیماری باعث

خون ریزی گردد.

**راه های پیشگیری**

1.از بیرون رفتن در ساعات پرگزش روز (صبح زود و هنگام غروب آفتاب) اکیدا پرهیز کنید.

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

۴.در فضای باز نخوابید (چه شب و چه روز) و پنجره ها دارای توری باشد. درصورت لزوم به خوابیدن در فضای باز حتما از پشه بند استفاده کنید.

۵.در صورت دیدن پشه در محل سکونت از متصدی اقامتگاه بخواهید که جهت اسپری کردن حشره کش اقدام کند.

۶.بهترین راه برای محافظت از کودکان نصب توری بر روی کالسکه و استفاده از لباس های پوشاننده و بلند است.