بیماری سل چیست و روش های مراقبت از فرد مبتلا چگونه است

بیماری سل [tuberculosis](http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tuberculosis) یکی از 10 عامل مهم مرگ و میر در سرتاسر جهان می باشد. سل یک بیماری عفونی شایع، و در بسیاری از موارد مرگبار است. این بیماری توسط گونه‌های مختلف مایکوباکتریا، به‌طور معمول «مایکوباکتریوم توبرکلوزیس» ایجاد می‌شود.این بیماری معمولا به‌طور معمول به شش‌ها حمله می‌کند، اما بر قسمت‌های دیگر بدن نیز می‌تواند تأثیرگذار باشد. وقتی افرادی که عفونت سلی فعال دارند سرفه، عطسه، یا بزاق خود را از طریق هوا منتقل می‌کنند سل از طریق هوا پخش می‌شود.

**وضعیت بیماری  سل در سطح جهانی :**

* **در مجموع 1.5 میلیون نفر در سال 2018 بر اثر سل فوت کردند (از جمله 251000 نفر از درگذشتگان که مبتلا به HIV) بودند. در سال 2018 ، حدود 10 میلیون نفر در سراسر جهان به بیماری سل (سل) مبتلا شدند. 5.7 میلیون مرد ، 3.2 میلیون زن و 1.1 میلیون کودک. مبتلایان به این بیماری در همه کشورها و گروه های سنی مختلف وجود داشت. اما  خوشبختانه بیماری سل قابل درمان و پیشگیری است.**
* **در سال 2018 ، 1.1 میلیون کودک در سراسر جهان به بیماری سل مبتلا شدند و 205000 کودک در اثر سل از بین رفتند. سیستم های خدمات بهداشتی معمولاً سل کودک و نوجوان را دیر تشخیص می دهند و این موضوع باعث می شود که درمان آن نیز به دشواری انجام شود.**
* **در سال 2018 ، 30 کشور شاهد ظهور مبتلایان جدید بودند که هشت کشور از این تعداد شامل دو سوم کل کشور را تشکیل می دهند که هند پیشرو در شمارش است و پس از آن چین ، اندونزی ، فیلیپین ، پاکستان ، نیجریه ، بنگلادش و آفریقای جنوبی قرار دارند.**
* **سل مقاوم به دارو (MDR-TB) همچنان یک بحران بهداشت عمومی و تهدیدی برای سلامت است. سازمان جهانی بهداشت تخمین می زند که 484000 مورد مبتلا به این بیماری با مقاومت در برابر ریفامپیسین  که موثرترین داروی درمان این بیماری می باشد  وجود دارند.**
* **در سطح جهانی ، میزان ابتلا به سل حدود 2٪ در سال در حال کاهش است. برای رسیدن به نقطه عطف استراتژی پایان سل در سال 2020 ، این کار نیاز به کاهش سالانه 4 تا 5 درصدی این بیماری دارد.**
* **حدود 58 میلیون نفر از طریق تشخیص و درمان سل بین 2000 و 2018 نجات یافتند.**
* **پایان دادن به اپیدمی سل تا سال 2030 از جمله اهداف بهداشتی اهداف توسعه پایدار جهانی  است.**

**عامل بیماری و روش های انتشار:**

**بیماری سل توسط باکتری های  (مایکوباکتریوم توبرکلوزیس) ایجاد می شود که اغلب ریه ها را تحت تأثیر قرار می دهد. سل قابل درمان و پیشگیری است.سل از طریق هوا و از فردی به فرد دیگر منتقل می شود. هنگامی که افراد مبتلا به سل ریه سرفه ، عطسه یا تف می کنند ، میکروب های سل را به هوا منتقل می کنند. فرد برای آلوده شدن  کافیست فقط تعداد کمی از این میکروب ها را استشمام نماید.**

**حدود یک چهارم جمعیت جهان به سل پنهان مبتلا هستند ، این بدان معناست که افراد به باکتری سل آلوده شده اند اما هنوز به صورت واقعی مبتلا محسوب نمی شوند و قادر به انتقال بیماری نیستند. افراد آلوده به باکتری سل در طول زندگی 5-15٪ خطر ابتلا به بیماری سل را دارند.**

**افراد مبتلا به ضعف سیستم ایمنی ، مانند افراد مبتلا به HIV ، سو تغذیه یا دیابت ، یا افرادی که از دخانیات استفاده می کنند ، بیشتر در معرض خطر بیماری قرار دارند.**

**هنگامی که فرد به بیماری سل فعال مبتلا می شود، علائم (مانند سرفه ، تب ، تعریق شبانه یا کاهش وزن) ممکن است برای چند ماه اول خفیف باشد.**

**این امر می تواند منجر به تأخیر در تشخیص و شروع درمان موثر باشد  و منجر به انتقال باکتری به دیگران شود. افراد مبتلا به سل فعال می توانند در طی یک سال 5-15 نفر دیگر را از طریق تماس نزدیک آلوده کنند. بدون درمان مناسب ، 45٪ افراد HIV منفی با سل و تقریباً همه افراد HIV مثبت با سل می میرند.**

**انواع  بیماری سل :**

**اگرچه بدن شما ممکن است باکتریهای عامل سل را در خود جای دهد ، اما سیستم ایمنی بدن شما معمولاً می تواند مانع بیماری شما شود. به همین دلیل ، پزشکان سل را به دو نوع تقسیم می نمایند:**

**سل نهفته :**

**در این شرایط ، بیمار به عفونت سل مبتلا است ، اما باکتری ها در بدن فرد در حالت غیر فعال باقی می مانند و علائمی ایجاد نمی کنند. سل نهفته ، که به آن عفونت سل یا سل غیرفعال نیز گفته می شود ، مسری نیست. این بیماری می تواند به سل فعال تبدیل شود ، بنابراین درمان برای فرد مبتلا به سل نهفته و کمک به کنترل شیوع سل مهم است. تخمین زده می شود که 2 میلیارد نفر سل نهفته داشته باشند.**

**سل فعال :**

**این شرایط باعث بیماری فرد می شود و در بیشتر موارد به دیگران نیز سرایت می کند. ممکن است در چند هفته اول پس از آلوده شدن به باکتری سل رخ دهد یا ممکن است سالها بعد اتفاق بیفتد.**

**علائم و نشانه های سل فعال شامل چه مواردی می باشد:**

**سرفه ای که سه هفته یا بیشتر طول بکشد**

**سرفه آلوده به خون**

**درد قفسه سینه ، یا درد همراه با تنفس یا سرفه**

**لاغری ناخواسته**

**خستگی**

**تب**

**عرق شبانه**

**لرز**

**از دست دادن اشتها**

**پیشگیری بیماری سل**

**در صورت مثبت شدن آزمایش بیمار برای عفونت سل نهفته ، پزشک ممکن است به بیمار توصیه کند که برای کاهش خطر ابتلا به سل فعال ، داروهایی مصرف کنید. تنها نوع سل که مسری است ، انواع فعال است . بنابراین اگر بیمار بتواند از فعال شدن سل نهفته خود جلوگیری نماید ، سل را به شخص دیگری منتقل نخواهد کرد.**

**راه های مراقبت از خانواده و دوستان**

**برای جلوگیری از بیمار شدن دوستان و خانواده خود ، این نکات را رعایت  کنید:**

* **در خانه بمانید. لازم است در چند هفته اول درمان بیماری سل فعال ، به محل کار یا مدرسه نروید و در اتاق مشترک با افراد دیگر نخوابید.**
* **اتاق را تهویه کنید. میکروب های سل در فضاهای کوچک بسته که هوا حرکت نمی کند به راحتی گسترش می یابند. اگر در فضای باز هوا خیلی سرد نیست ، پنجره ها را باز کنید و با استفاده از یک فن هوای داخل را بیرون بکشید.**
* **دهان خود را بپوشانید. در هر زمان که می خندید ، عطسه می کنید یا سرفه می کنید از یک دستمال برای پوشاندن دهان خود استفاده کنید. دستمال کاغذی را درون کیسه ای بریزید ، آن را مهر و موم کرده و دور بریزید.**
* **ماسک بزنید. استفاده از ماسک جراحی در هنگام حضور در کنار افراد دیگر در طی سه هفته اول درمان ممکن است به کاهش خطر انتقال کمک کند.**

**دوره مصرف دارو را به پایان برسانید**

**واکسیناسیون**

**در کشورهایی که بیماری سل بیشتر دیده می شود ، نوزادان غالباً با واکسن باسیلوس کالمت-گوئرین (BCG)  ) واکسینه می شوند زیرا این امر می تواند از سل شدید در کودکان جلوگیری کند.**

**در ایالات متحده استفاده از واکسن BCG برای عموم  توصیه نمی شود زیرا در بزرگسالان چندان موثر نیست. ده ها واکسن جدید سل در مراحل مختلف توسعه و آزمایش هستند.**

**چه موقع به پزشک مراجعه کنیم**

**در صورت تب ، کاهش وزن غیر قابل توضیح ، عرق شبانه یا سرفه مداوم به پزشک مراجعه کنید. این موارد معمولا علائم سل هستند ، اما همچنین می توانند از دیگر مشکلات پزشکی ناشی شوند. پزشک می تواند آزمایشاتی را برای کمک به تعیین علت انجام دهد.**

**مراکز بهداشتی توصیه می کند افرادی که احتمال سل را افزایش می دهند از نظر عفونت سل نهفته مورد بررسی قرار گیرند. این توصیه شامل افرادی است که:**

* **اچ آی وی یا ایدز داشته باشید**
* **از داروهای IV استفاده کنید**
* **با افراد آلوده در تماس هستند**
* **از کشوری هستند که سل در آن شایع است ، مانند چندین کشور در آمریکای لاتین ، آفریقا و آسیا**
* **در مناطقی که سل در آن شایع است مانند زندان ها یا خانه های سالمندان زندگی یا کار کنید**
* **در مراکز مراقبت های بهداشتی کار میکنند و افرادی را که مبتلا به خطر سل هستند را درمان می کنند**