

اسهال شدید همرا با کم‌آبی بدن و کولرا

(AWD WITH DEHYDRATION AND CHOLERA)

آگاهی‌نامه شایعات

انترنیوز در افغانستان – سپتامبر ۲۰۲۲

سال ۲۰۲۲ شاهد موج اسهال شدید همرا با کم‌آبی بدن و کولرا در سراسر آسیا بود. پس از تغییرات فصلی در افغانستان، از ماه مارچ بدین سو واقعات بیشتری گزارش شده‌اند. موج این واقعات به‌طور میانگین سه‌ساله، در مناطقی دوبرابر شده‌است که شیوع بیماری در آن، با خشک‌سالی بدتر شده بود.

نخستین مورد اسهال شدید بتاريخ ۴ می ۲۰۲۲ از ولایت کندهار به سیستم ملی مراقبت و پاسخ بیماری‌ها (NDSR)، وزارت صحت عامه افغانستان و سازمان صحتی جهان گزارش شد. پس از آن این بیماری به ۱۴۳ ولسوالی در ۳۴ ولایت گسترش یافت.

بنابر معلومات سازمان صحتی جهان، در طی ۳۷مین هفته ۲۰۲۲ (از ۱۱ تا ۱۷ سپتامبر)، در مجموع ۹،۶۳۹ مورد جدید اسهال شدید همرا با دی‌هایدریشن گزارش شده‌است، که در مقایسه با هفته‌ی گذشته ۷،۲ فیصد کاهش نشان می‌دهد. ارقام مجموعی اسهال شدید در افغانستان از اول ماه می الی ۱۷ ماه سپتامبر ۲۰۲۲ قرار ذیل گزارش شده است: [۱]

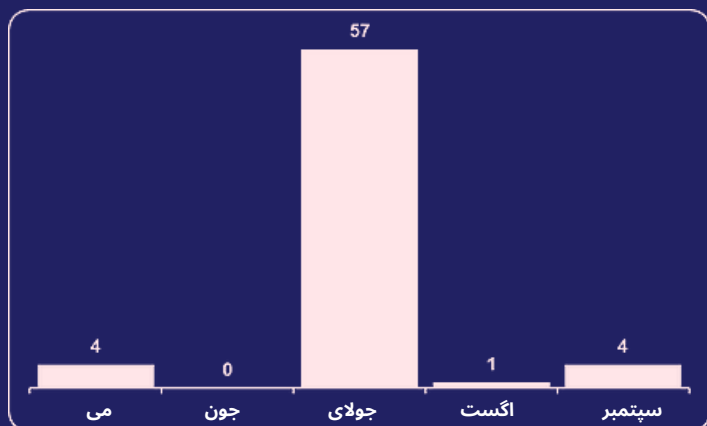
- ۱۶۹،۴۷۶ واقعه (۵۴،۷ فیصد در اطفال زیر ۵ سال)
- ۷۱ مورد فوتی (۷۰ فیصد در اطفال زیر ۵ سال)

معلومات نادرست در مورد اسهال شدید، شیوع بیماری و کولرا - یک عفونت باکتریایی، در رسانه‌های اجتماعی دست‌به‌دست می‌شود. این آگاهی‌نامه برای فعالان بشردوستانه و صحتی، معلوماتی را در مورد پخش چنین شایعات فراهم می‌کند.



*تعداد شایعات: ۶۶

از جنوری الی سپتامبر ۲۰۲۲



*این شایعات کاربران افغان از جریان بحث‌های شان در رسانه‌های اجتماعی از طریق فیسبوک جمع‌آوری شده است.

اسهال شدید چیست؟ کولرا چیست؟

- در جامعه اکثراً اصطلاح اسهال شدید و کولرا را به جای یکدیگر استفاده می کنند، در حالی که کولرا همیشه علت اسهال شدید نمی باشد.
- اسهال شدید به حالتی گفته می شود که در آن مواد غایتهی آبدار، بدون خون سه بار یا بیشتر از آن در جریان یک روز اتفاق می افتد.
- عفونت ویروسی، باکتری و پرازیتی باعث اسهال شدید شده می تواند. در صورت ضایع خطرناک بوده می تواند که کمبود شدید آب بدن را در پی داشته باشد.
- کولرا یک نوع بیماری بسیار خطرناک و تهدید کننده است که عامل آن عفونت به باکتریایی به نام ویبریو کولرا «Vibrio cholerae» است که منجر به اسهال شدید می گردد. [۲]



چه کسانی در معرض ابتلا به اسهال شدید یا کولرا قرار دارند؟

میکروبهای زیاد باعث اسهال شدید می شوند که بسیاری آن ها از طریق غذا، آب یا اشیای ملوث سرایت می کنند.

• افراد با خوردن غذا یا نوشیدن آب ملوث با باکتریایی ویبریو کولرا و یا هم خوردن غذاهایی که افراد ملوث تهیه شده باشد، به کولرا مبتلا شده می تواند. کولرا هر دو کودکان و بزرگسالان را مبتلا ساخته می تواند. عدم دسترسی به آب آشامیدنی پاک علل عمده اسهال شدید است.

• شیوع گستردهی کولرا اکثراً از ملوث شدن ذخایر آب یا غذاهای روی جاده سرچشمه می گیرد. باکتریای کولرا به مدت یک تا ۱۰ روز پس از عفونت، در مدفوع فرد وجود داشته و این باکتری را دوباره به محیط باز گردانده می توانند و در صورت عدم دفع صحی، به طور بالقوه افراد دیگر را آلوده می کنند.

• انتقال کولرا رابطهی نزدیک با دسترسی ناکافی به آب پاک و تاسیسات صحی دارد. مناطق در معرض خطر معمول عبارت اند از محلات مزدحم و کمپ های بیجاشدگان داخلی که در آن امکانات آب پاک و تاسیسات صحی کمتر باشد. [۳]

این موارد پیش‌گیرانه را نیز تعقیب کرده می‌توانید: [۵]

- نوشیدن آب مصئون و استفاده از آب مصئون هنگام شستن دندان‌ها، شستن و تهیه غذا. آب مصئون آنست که در بوتل بسته‌بندی شده باشد. اگر قابل دسترس نباشد، جوشاندن آب و گذاشتن آن برای مدت یک دقیقه، یکی از موثرترین راه‌ها برای مصئون ساختن آب است.
- دست‌های خود را با آب مصئون و صابون به‌طور منظم بشویید، به خصوص بعد از استفاده‌ی تشناب، بعد و قبل از پاک کردن طفل تان، در جریان و بعد از تهیه و خوردن غذا.
- از کمود استفاده کنید یا مواد غایطه‌ی خود را دفن کنید. مواد غایطه‌ی تانر را در نزدیکی مخزن آب دفن نکنید. با استفاده از یک حصه مایع سفیدکننده و 9 حصه آب، تشناب و محیط آلوده با مواد غایطه را پاک کنید. اگر تشناب وجود نداشته باشد، حداقل ۳۰ متر دورتر از مخزن آب رفع حاجت نمایید و سپس آن را در خاک دفن کنید.
- غذاها، بخصوص غذاهای دریایی را خوب بپزید، روی آن را بپوشانید و داغ بخورید. میوه جات و سبزیجات را پوست کنید. از غذاهای خام بجز از میوه‌جات و سبزیجاتی که خودتان پوست کردید، خودداری کنید.
- آشپزخانه و مکان‌های حمام و لباس‌شویی خانوادگی خود را خوب تمیز کنید. لباس‌های خود، لباس‌ها و پمپرهای فرزندان خود را در فاصله 30 متری منابع آب آشامیدنی بشوئید.

اقدامات برای جلوگیری اسهال آبکی شدید و کولرا

اسهال ناشی از ویروس یا عفونت به باکتیریا ساری است و برای محافظت خود، باید همیشه معیارهای اساسی بهداشت را رعایت کنید:

- دست‌های خود را به‌طور منظم با آب گرم و صابون پس از هر بار رفتن به تشناب و همچنان قبل از تهیه و خوردن غذا بشوئید.
- دستشویی و وسایل تشناب را بعد از هر بار استفاده‌ی مریض مبتلا به اسهال تمیز و ضد عفونی کنید.
- از روی پاک، جاکت، قاشق و پنجه و ظروف مشترک استفاده نه‌کنید
- لباس‌های کثیف و روجایی را از سایر لباس‌ها جدا در حرارت بلند بشوئید.
- از رفتن به محل کار یا مکتب حداقل ۴۸ ساعت بعد از آخرین دفعه اسهال خودداری نمائید
- پس از اسهال باید تا دو هفته از آب بازی خودداری کنید. [۴]

رعایت حفظ الصحه بهتر در غذا، در جلوگیری اسهال از اثر آلودگی کمک کرده می‌تواند. این کار را با انجام موارد ذیل انجام داده می‌توانید:

- دست‌ها، سطوح و ظروف خود را با آب گرم و صابون به صورت منظم بشوئید.
- هرگز مواد غذایی خام و پخته را باهم یکجا نگذارید.
- از نگهداری درست غذا در یخچال خود را مطمئن سازید.
- غذا را همیشه کامل پخته کنید.
- غذاهای تاریخ‌گذشته را هرگز نخورید.

باکتریای کولرا و سایر باکتریاهایی که باعث اسهال می‌شوند، معمولاً در آب و غذاهایی موجود می‌باشند که توسط مدفوع فرد ملوث با باکتیریا کولرا آلوده شده باشد. برخی اقدامات پیشگیرانه کولرا مشابه با اقدامات پیشگیرانه‌ی است که برای اسهالات ناشی از ویروس‌ها یا مسمومیت‌های غذایی گرفته شده می‌تواند.



حقایق

- سالانه بین ۱،۳ تا ۴ میلیون تن در سراسر جهان به کولرا مبتلا می‌شوند و از این میان ۲۱ تا ۱۴۳ هزار تن از آن‌ها می‌میرند. تقریباً از هر ده نفر یک تن مبتلا به کولرا دارای علائم شدید از قبیل اسهال آبکی، استفراغ و گرفتگی عضلات پا می‌شود. در این افراد دی‌هایدریشن منجر به کمبود آب بدن و شاک می‌شود. بدون تداوی، ممکن است مرگ طی چندین ساعت اتفاق بیفتد. [۶]
- افراد با خوردن غذاهای آلوده با باکتریای کولرا مصاب شده می‌توانند. اگر غذا حاوی باکتری نباشد و یا هم با آب مصون درست شستشو و پخته شود، خطر ابتلا به اسهال شدید از بین می‌رود.
- کووید-۱۹ یک بیماری تنفسی است که عامل آن ویروس «SARS-CoV-2» است می‌تواند به سرعت از طریق قطرات دهان یا بینی در هنگام تنفس، سرفه، عطسه یا صحبت کردن، پخش شود. در حالی که کولرا از طریق آب آشامیدنی یا غذای ملوث با باکتریای کولرا انتقال می‌شود.
- تأمین مایعات از طریق دهن تداوی اولیه اسهال است. برعلاوه، تداوی با آنتی‌بیوتیک برای بیماران مبتلا به کولرا شدید نیز توصیه می‌شود. تداوی آنتی‌بیوتیک برای تمام زنان حامله بی‌خطر اعلام شده است. [۷]

علائم اسهال شدید و کولرا

رفع حاجت مکرر و مواد غایطه‌ی آبدار از علائم معمول اسهال است، هرچند عامل آن ویروس یا عفونت باشد. شاید بعضی افراد دارای علائم دیگری هم باشد که مربوط به عامل آن می‌شود. علائم مرتبط شامل موارد ذیل است:

- گرفتگی شکم
- استفراغ
- سردردی
- بی‌اشتهایی
- دی‌هایدریشن

افراد آلوده با باکتریای کولرا دارای علائم خفیف اند یا هیچ علامتی ندارند، اما بعضی اوقات این بیماری شدید و خطرناک ثابت شده می‌تواند. از میان ۱۰ نفر یکی آنها علائم شدید را تجربه می‌کنند که در مراحل اول شامل موارد ذیل است: [۸]

- اسهال آبدار شدید
- استفراغ
- تشنگی
- گرفتگی عضلات پا
- خسته‌گی

از دست‌دادن بیش از حد مایعات در هر صورت یا عفونت به باکتری و یا ویروس منجر به دی‌هایدریشن می‌شود که اگر به موقع تشخیص و تداوی نه‌شود، خطرناک تمام شده می‌تواند.

ف روند شایعه: آیا کولرا یا اسهال شدید خطرناک است؟



”این ویروس کولرا خو از ویروس کرونا هم خطرناک تر است“ - ۱۱ جولای ۲۰۲۲

”کولرا نیست امو کرونا است کولرا اینقدر کشنده نیست“ - ۱۳ جولای ۲۰۲۲

”بهترین تداوی این مرض فقط آب سرد اس که شاور بگیرین تا که جانتان زیاد سرد شود باز جور میشن بخیر“ - ۱۳ جولای ۲۰۲۲



چرا این موضوع مهم است؟

- مردم افغانستان بیشتر در بخش صحت آسیب پذیر هستند و فشارهای گسترده اقتصادی و نابسامانی‌های محیطی در کشور منجر به افزایش فقر در بین مردم شده و دسترسی شان را به غذا و آب پاک متاثر ساخته است. [۹]
- در دهه گذشته، سکتور صحت افغانستان بیشتر به کمک‌های بین المللی متکی بوده و اکنون با کمبود بودیجه مواجه است. مردم شهر و دهات احساس می‌کنند که از خدمات صحتی موجود آگاه نیستند. نبود کارمندان صحتی متخصص به شمول کارمندان صحتی زن، بی اعتمادی مردم را در برابر ارائه خدمات صحتی بیشتر ساخته است. [۱۰]
- اسهال شدید در تمام مناطق افغانستان پخش شده است، اما در سطح ولایات و ولسوالی‌ها متفاوت می‌باشد که در برخی مناطق به همان منوال حد اوسط سه سال گذشته و در بعضی دیگر بیشتر از آن وجود دارد.
- این ذهنیت که اسهال شدید و کولرا خطرناک نیست، بی‌توجهی مردم را در امر اقدامات پیشگیرانه و جلوگیری‌کننده در مقابل چنین بیماری‌های خطرناک، و حتی معالجه نکردن در هنگام ابتلا، افزایش می‌دهد.

ف روند شایعه: کولرا یا اسهال شدید وجود ندارد / تعداد مرگ و میر کمتر از آنست که گزارش شده‌اند.



”این دروغ است، مرگ و میر ناشی از کولرا اینقدر زیاد نمی‌باشد.“ - ۱۱ جولای ۲۰۲۲

”دروغ است. طالبان برای جلب کمک های خارجی دست به پخش این اخبار دروغ می زنند. [کولرا در زابل].“ - ۱۴ جولای ۲۰۲۲

”کولرا نیست، گوشت زیاد خورده اند و اسهال شده اند.“ - ۱۱ جولای ۲۰۲۲



چرا این موضوع مهم است؟

بی‌اعتمادی در برابر کارمندان صحتی کنونی یکی معضله است - تعدادی مردم باور دارند که با سقوط حکومت قبلی، داکتران متخصص کشور را ترک کردند و مقامات حکومت فعلی داکتران جدید را استخدام کردند که قادر به تشخیص و تداوی امراض نیستند.

براساس یافته‌های سازمان «Ground Truth Solutions»، مردم افغانستان از ارائه خدمات صحتی موجود راضی نیستند. در مجموع رضایت مردم پایین است، بخش صحت به نیازمندی‌های ابتدایی رسیدگی کرده نمی‌تواند و دسترسی به خدمات صحتی دشوار شده است. باوجودی اینکه مردم می‌خواهند از کارمندان متخصص صحتی مشوره بگیرند؛ با کسانی که ما صحبت کردیم، به خصوص زنان و مردمی که در روستاها زندگی می‌کنند، دسترسی به خدمات صحتی دشوار است. خلای معلوماتی، موانع دسترسی و پایین بودن کیفیت، مردم را از اتکا به سیستم رسمی صحت باز داشته است و در جستجوی بدیل شده اند. [۱۱]

در حالی که واقعات مقاوم‌تر برابر فعالیت‌ها و فعالان مراقبت‌های صحتی زیادی نیستند، موضوع ننگ درجریان‌شیوع بیماری‌های قبلی مشاهده شده است. مثلاً در زمان کووید-۱۹ واقعات مبتلایان یا فوت گزارش نمی‌شدند و یا هم پنهان می‌شدند.

این چنین ذهنیت که گویا کولرا فریب یا توطئه است و مرگ ناشی از آن حقیقت ندارد، می‌تواند بی‌توجهی مردم را در امر اقدامات پیشگیرانه و جلوگیری‌کننده در برابر این بیماری و حتا نهرفتن برای معالجه در هنگام ابتلا، افزایش دهد.

پیشنهادات

- کارمندان نهادهای بشردوستانه و صحت باید با بزرگان قومی و مذهبی کار کنند تا آگاهی مردم را در مورد خطرات، اقدامات پیشگیرانه و تداوی اسهال شدید و کولرا افزایش دهند. در جامعه‌ی سنتی افغانستان بزرگان قوم و علما نقش تأثیرگذاری در تصمیم‌گیری‌های مردم دارند.
- برای بلند بردن سطح آگاهی در مورد خطرات، پروتوکول‌های پیشگیرانه اسهال شدید و کولرا، با زنان بانفوذ و نهادهایی که برای زنان کار می‌کنند، کار کنید. زنان مواظبت اساسی اطفال را بدوش دارند و در افغانستان بیش از ۵۰ درصد واقعات اسهال شدید در کودکان دیده شده است.
- از نهادهای رسانه‌ای حمایت کنید تا معلومات را مورد اسهال شدید و کولرا، خطرات و اقدامات پیشگیرانه در برابر آن را از طریق چینل‌های رسانه‌ای شان منتشر کنند. داستان‌های کسانی را شریک سازند که اسهال شدید یا کولرا را تجربه کرده اند و با تداوی بهبود یافته اند.
- از کارمندان محلی صحت حمایت کنید تا فعالیت‌های خود برای بلند بردن آگاهی در مورد اسهال شدید و کولرا، در محل‌های شان راه‌اندازی کنند.

سایر منابع مفید

شما می‌توانید معلومات اپیدمیولوژیک در مورد اسهال شدید و کولرا را در اینجا تعقیب کنید:

- [WHO EMRO | Infectious disease outbreak situation reports | Information resources](#)
- [WHO EMRO | Situation reports 2022 | Afghanistan-infocus | Afghanistan](#)
- WHO Online Course – [Cholera: Introduction | OpenWHO](#)
- WHO Online Course – [Cholera: Revised cholera kits and calculation tool | OpenWHO](#)

در مورد ما

پروژه‌ی «Rooted in Trust – RiT» از سوی دفتر بشردوستانه‌ی اداره‌ی انکشاف بین‌المللی ایالات متحده آمریکا، به منظور حمایت از سازمان‌های بشری و صحت‌عمومی، جهت مبارزه با پخش شایعات در مورد کووید-۱۹ تمویل، و از سوی انترنیوز تطبیق می‌شود. هدف از جمع‌آوری نظریات مردم در جامعه، کمک به نهادهای بشری و صحتی است تا فعالیت‌های اطلاع‌رسانی و آگاهی از خطرات را بر اساس دیدگاه مردم عیار ساخته و بر مبنای نیازمندی‌های جامعه به نشر برسانند. انترنیوز، با رسانه‌های محلی، شبکه‌های اطلاع‌رسانی و گروه ارتباطات خطرو مشارکت مردم «RCCE SWG» همکاری می‌کند.

منابع

- [۱] Infectious disease outbreak situation reports | Information resources | Afghanistan | [WHO EMRO](#)
- [۲][۳] Cholera | who.int | [WHO](#)
- [۴] Diarrhoea | [NHS inform](#)
- [۵] Five Basic Cholera Prevention Steps | [CDC](#)
- [۷] General Information | Cholera | [CDC](#)
- [۷] Antibiotic Treatment | Cholera | [CDC](#)
- [۸] Illness and Symptoms | Cholera | [CDC](#)
- [۹] Afghanistan earthquake: Survivors struggle for food and shelter amidst cholera fears - [BBC News](#)
- [۱۰][۱۱] Protecting and improving healthcare: community insights from Afghanistan | [Ground Truth Solutions](#)

دیدگاه‌های شما در مورد این آگاهی‌نامه، ما را خرسند می‌سازد. بر علاوه، برای پیوستن به لست ایمیل، همکاری و شریک‌ساختن معلومات، لطفاً با msadat@internews.org هماهنگ کننده‌ی ارشد این برنامه در انترنیوز به تماس شوید.