

## همه چیز در مورد علائم، عوارض و روش‌های درمان بیماری زیکا

یک ویروس نسبتاً جدید که پشه ناقل آن است، موجب نگرانی در سرتاسر جهان شده است. علت این نگرانی‌ها، تاثیر مخرب آن بر سیستم اعصاب جنین و شیوع سریع این ویروس است.

شیوع ویروس زیکا (Zika Virus) پدیده تقریباً نادری است، که در برخی از کشورهای جهان دیده می‌شود. عامل گسترش آن نوعی پشه به نام آئدس است، و از راه‌های مختلفی منتشر می‌شود. با این‌که این ویروس علائم خفیفی را از خود بروز می‌دهد، ولی با این‌حال باعث تولد نوزادان ناقص می‌شود.

از این‌رو در این مطلب قصد داریم تا به‌طور مفصل درباره علائم ویروس زیکا، درمان و پیشگیری از آن صحبت کنیم. همراه ما باشید.

### ویروس زیکا چیست؟

این ویروس اولین بار در اوگاندا در سال ۱۹۴۷ شناسایی شد. این ویروس توسط آئدس (Aedes)، همان پشه‌ای که تب دانگ، تب زرد و ویروس چیکونگونیا را حمل می‌کند، منتقل می‌شود. پشه فرد آلوده ای را نیش می‌زند و سپس پشه ویروس‌ها را به افراد دیگری که نیش می‌خورد، انتقال می‌دهد. شیوع این بیماری در خارج از آفریقا تا سال ۲۰۰۷ رخ نداد، و بعد از آن به سمت جنوب اقیانوس آرام گسترش یافت.

زیکا یک فلاوی ویروس است و با ویروس‌های تب زرد، غرب نیل، چیکونگونیا و دنگو هم‌خانواده است. اما برخلاف این ویروس‌ها، واکنشی برای پیشگیری از زیکا یا دارویی برای درمان آن وجود ندارد.

زیکا به خاطر ارتباط خطرناک آن با میکروسفالی موجب نگرانی جهانی را فراهم آورده است. میکروسفالی یک اختلال عصبی است که باعث می‌شود نوزاد با سری که به طرز غیرعادی کوچک است به دنیا بیاید. این امر موجب مسائل رشدی شدید و غیرقابل جبران و بعضاً مرگ می‌شود.

شیوع سندروم گیلین-بار (Guillain-Barre) بر اثر ویروس زیکا نیز در چندین کشور گزارش شده است. سندروم گیلین-بار یک اختلال ایمنی نادر است که می‌تواند به فلج شدن منجر شود و بعضاً جان مبتلایان را تهدید می‌کند.

علائم ویروس در اغلب مردم ملایم است و شامل تب، سردرد، خارش و قرمزی چشم می‌شود. در حقیقت، ۸۰ درصد مبتلایان اصلاً متوجه داشتن بیماری نمی‌شوند. این موضوع به خصوص در زنان باردار نگران‌کننده است، چرا که این ویروس از طریق مایع آمنیوتیک به جنین در حال رشد منتقل می‌شود.

دکتر لایل پترسون، متخصص بیماری‌های ویروسی، می‌گوید: "آنچه که در حال حاضر می‌دانیم این است که ویروس به جنین منتقل می‌شود. این در رابطه با بیماری‌های عفونی چیز تازه‌ای نیست، اما برای این ویروس یک قابلیت جدید است."

دکتر فاسی این موضوع را تایید می‌کند و می‌گوید: "این یک وضعیت بسیار ویژه و غیر عادی است. چرا که تا جایی که می‌دانیم سایر اعضای خانواده فلاوی ویروس‌ها این چنین نیستند. شما این قابلیت را در ویروس‌های دنگو، غرب نیل یا چیکونگونیا نمی‌بینید."

### علائم ویروس زیکا

از هر ۵ نفر آلوده به ویروس زیکا، ۴ نفر هیچ علائم و نشانه‌ای ندارند. این علائم معمولاً ۲ تا ۱۴ روز پس از گزش فرد توسط پشه آلوده آغاز می‌شود. این نشانه‌ها حدود یک هفته طول می‌کشند. بیشتر افراد به طور کامل بهبود می‌یابند. علائم ویروس زیکا شامل موارد زیر است:

- تب خفیف
- راش
- درد مفاصل، به ویژه در دست‌ها یا پاها
- قرمزی چشم
- درد چشم
- سردرد
- خستگی یا احساس ناراحتی عمومی
- درد شکم

اگر این علائم را دارید و فکر می‌کنید شما یا یکی از اعضای خانواده‌تان ممکن است به این ویروس مبتلا شده باشید، حتماً به پزشک مراجعه کنید. مخصوصاً اگر اخیراً به منطقه‌ای سفر کرده‌اید که ویروس در آن شیوع دارد. همچنین اگر باردار هستید و به این مناطق رفته‌اید، حتی بدون وجود علائم هم از پزشک خود بپرسید که آیا باید آزمایش بدهید یا خیر؟

عوامل افزایش‌دهنده خطر ابتلا به ویروس زیکا

عوامل زیر خطر ابتلا به ویروس زیکا را افزایش می‌دهند:

زندگی کردن در مناطقی با شیوع بالای ویروس یا سفر به این مناطق

حضور در مناطق گرمسیری و نیمه‌گرمسیری افراد را بیشتر در معرض ویروس زیکا قرار می‌دهد. بعضی از این مناطق پرخطر عبارت‌اند از:

بعضی جزایر اقیانوس آرام؛

تعدادی از کشورهای قاره آمریکا؛

کارائیب؛

جزایر نزدیک غرب آفریقا؛

بخش‌هایی از جنوب و جنوب شرقی آسیا.

البته چون پشه‌های حامل ویروس زیکا در سراسر دنیا وجود دارند، به نظر می‌رسد شیوع ویروس در مناطق جدید ادامه دارد.

داشتن رابطه جنسی محافظت‌نشده

ویروس زیکا می‌تواند هنگام رابطه جنسی از فردی به فرد دیگر منتقل شود. داشتن رابطه جنسی محافظت‌نشده می‌تواند خطر ابتلا به ویروس زیکا را تا سه ماه بعد از سفر افزایش دهد. به همین دلیل زنان بارداری که همسرانشان به‌تازگی به مناطقی با شیوع بالای ویروس زیکا سفر کرده‌اند برای رابطه جنسی باید از کاندوم به‌روش درست استفاده کنند یا تا زمان به‌دنیا آمدن فرزندشان رابطه جنسی برقرار نکنند. سایر افراد هم می‌توانند تا سه ماه بعد از سفر از همین روش برای کاهش خطر ابتلا به ویروس استفاده کنند.

درمان زیکا

درمان خاصی برای ویروس زیکا وجود ندارد. برای کاهش علائم، زیاد استراحت کنید و آب فراوان بنوشید تا از کم‌آبی جلوگیری کنید. استامینوفن هم می‌تواند به کاهش درد مفصل و تب کمک کند.

علائم ویروس زیکا شبیه سایر بیماری‌های منتقل‌شونده توسط پشه مثل تب دنگی است. تا زمانی که ابتلا به تب دنگی توسط پزشک رد نشده است، از داروهای زیر استفاده نکنید:

آسپرین؛

ایبوپروفن؛

ناپروکسن سدیم.

این داروها می‌توانند عوارض تب دنگی را تشدید کنند.

چطور می‌توانید از خود در برابر زیکا مراقبت کنید؟

در حالی هیچ درمان یا واکسنی برای زیکا وجود ندارد، تنها راه محافظت فعلی در برابر ویروس زیکا اجتناب از مسافرت به نواحی‌ای است که ویروس در آنها فعال است. اگر به کشوری سفر می‌کنید که ویروس زیکا در آن شایع است، اقدامات لازم برای گزیده نشدن از سوی پشه را در پیش بگیرید؛ اقداماتی نظیر: استفاده از دفع‌کننده‌های پشه، پوشیدن شلوار بلند و پیراهن آستین بلندی که ضخامت کافی برای جلوگیری از نیش پشه را داشته باشد، و خوابیدن در محیط‌های دارای کولر و پنجره.