

ویروس جدیدی که در ایران کودکان و سالمندان را هدف قرار داده است

ویروس گوارشی این روزها بعضی‌ها را درگیر کرده است. ویروسی که از آن به عنوان ویروس فصلی و تابستانه و در میان عموم کرونای گوارشی یاد می‌شود. این ویروس چه علائمی دارد و چگونه می‌توان از سالمندان و کودکان در برابرش محافظت کرد؟

به گزارش سایت خبری پرسون، کودکان به دلیل بازیگوشی معمولاً از زدن ماسک خودداری می‌کنند. بنابه طبیعت ذاتی، مشتاق به لمس اشیاء و لوازم هستند.

بنابراین سیستم ایمنی شان در برابر ویروس و میکروب‌ها آسیب پذیر می‌شود. سالمندان هم معمولاً به دلیل بروز بیماری‌های زمینه‌ای و کهولت سن، سیستم ایمنی ضعیفی دارند. این سبب می‌شود، در برابر انواع ویروس و بیماری‌های همه‌گیر آسیب پذیرتر از دیگران باشند.

این روزها بسیاری خانواده‌ها درگیر ویروس گوارشی جدید هستند که با علائمی مانند تب، سردرد، تهوع و اسهال بی‌اختیار همراه است. دوره بیماری بنابه شرایط جسمی افراد، بین ۵ تا ۱۰ روز ادامه دارد اما مدت میانگین درگیری بدن با ویروس یک هفته است.

بیماران عموماً بین دو تا سه روز بی‌حالی با علائم شدید را می‌گذرانند که گاهی اوقات بسیار نگران‌کننده هم به نظر می‌رسد. داشتن اطلاعات لازم برای مراقبت از بیمار، پیشگیری و مهمتر از همه مراجعه به موقع به پزشک، کمک می‌کند این شرایط را بهتر و با استرس کمتری بگذرانیم.

ناگهان دلیلی، ناگهان علائم بیماری

ویروس گوارشی چه علائمی دارد؟ چگونه می‌توان متوجه شد که دچار این بیماری شده ایم یا نه؟ مانند کرونا مسری است؟ این پرتکرارترین پرسش‌ها درباره این بیماری تابستانه بشمار می‌رود. طبیعی است که ویروس گوارشی هم مانند بقیه ویروس‌ها، قدرت سرایت دارد. درباره این ویروس گفته می‌شود رعایت‌هایی مانند استفاده از ماسک، شستشوی صحیح و مرتب دست‌ها و ضدعفونی کردن سطوح، موثر و کاهنده احتمال ابتلاست. علائم این بیماری معمولاً گوارشی است.

برخی بیماران از یکی، دو روز قبل از تشدید علائم در قالب استفراغ و اسهال، علائمی مانند سوزش سر معده، رفلکس، نفخ شدید و دردهای گذرای پپیچی در ناحیه شکمی را تجربه می‌کنند. برخی هم علائمی همچون سردرد، آبریزش بینی حتی حس بوی بد در ناحیه بینی را دارند. بیماران گوارشی معمولاً ناگهان و بی‌هیچ علامت خاص قبلی دچار دلیلی می‌شوند.

با فاصله کمی تهوع و اسهال به صورت بی‌اختیار شروع می‌شود. فاصله دفعات اسهال و تهوع بسیار کم و شدت آن بالاست. بیمار همزمان نوعی بی‌اشتهایی افراطی را هم تجربه می‌کند. در روز سوم معمولاً تک‌سرفه و درد ناحیه قفسه سینه، شکمی و سر را هم تجربه می‌کند. معمولاً تب بیمار هم بالا می‌رود و دچار تک‌سرفه آلرژی گونه می‌شود.

برای همین برخی افراد دچار اضطراب می‌شوند که نکند دچار کرونا و درگیری ریه هم شده باشند. این دردها معمولاً عارضه فشاری است که به ماهیچه‌های بالاتنه هنگام فشار استفراغ وارد می‌شود. تک‌سرفه به دلیل بالا رفتن اسید معده، رفلکس و سوزش مجرای گوارشی در این شرایط است.

حال روحی بیمار را هم خوب کنیم

یکی دیگر از نکات بهداشتی در مراقبت و درمان فرد بیمار، نظافت مداوم سرویس بهداشتی و روشویی است. دستگیره‌ها و پریز برق آن را هم مداوم ضدعفونی کنید تا دیگر اعضای خانواده درگیر نشوند. تا زمانی که بیمار حالش خوب شود، دست کم به مدت یک هفته اعضای خانواده زمانی که در فضای عمومی خانواده و در کنار هم هستند، ماسک استفاده کنند. اگر فضای استراحت و درمان بیمار جدا شده، فقط کسی که مراقب اوست ماسک بزند و خود او هم برای احتیاط، کمتر نزدیک دیگران باشد.

شستشوی دست‌ها با مایع دستشویی و کمی نمک کمک می‌کند، شیارهای دست از ویروس‌های احتمالی پاک شود. بقیه اعضای خانواده می‌توانند از ترکیب‌هایی مانند دمنوش به لیمو، نعناع فلفلی، پونه، آش سبزیجات، شربت آبلیمو و عسل و مواد غذایی مقوی استفاده و سیستم ایمنی بدن خود را تقویت کنند.

لباس فرد بیمار را زودتر از مواقع دیگر عوض کنید. یک دوش کوتاه با آب ولرم کمک می‌کند، حال روحی بهتری داشته باشد. از طرفی هربار که سرویس بهداشتی یا حمام رفت، حتماً پنجره اتاق را باز کنیم تا هوای تازه بیاید. سطوح اطراف محل استراحت بیمار را ضدعفونی کنیم تا احتمال ابتلای دیگران پایین بیاید و به بهبود سریع‌تر خود او کمک کند.

لوازمی که این روزها پرکاربردند

این روزها که انواع بیماری های همه گیر در جهان رو به گسترش است برای آرامش خاطر اعضای خانواده و تشخیص های اورژانسی می توان دستگاه تب سنج، تست قند، فشارخون و اکسیژن سنج تهیه کرد تا در صورت نیاز استفاده کرد.

وجود این دستگاه ها کمک کننده و آرامش بخش است. گاهی بیماران به دلیل فشار وارد شده به قفسه سینه، فکر می کنند افت اکسیژن دارند یا وقتی بدنشان کمی گرم شده مضطرب می شوند که تب دارند. این دستگاه ها با نشان دادن حد سلامت بیمار، استرس کاذب را کم می کنند.

اگر مشکلی هم پیش آمده باشد، این امکانات کمک می کند برای انجام سریع اقدامات کنترل کننده علائم بیماری. این اقدامات درباره ارائه خدمات لازم و اورژانسی به سالمندان و کودکان بسیار مهم و موثر است و می تواند از وخامت حال بیمار جلوگیری کند.