

مقدمه:

زونا یک بیماری ویروسی ناشی از فعال شدن مجدد ویروس آبله مرغان می باشد. بدین معنی که پس از ابتلا به بیماری آبله مرغان در زمان کودکی یا نوجوانی، ویروس در مراکز عصبی به صورت نهفته و غیر فعال باقی می ماند و در اثر برخی عوامل مانند ضعف سیستم ایمنی و ... مجدداً فعالیت خود را آغاز می کند.

در حدود ۱۰ درصد از بزرگسالان در زندگی خود دچار زونا می شوند که معمولاً پس از ۵۰ سالگی می باشد.

عوامل افزایش دهنده خطر ابتلا:

- ۱ - سن بالای ۵۰ سال
- ۲ - استرس
- ۳ - وجود بیماری که باعث کاهش مقاومت بدن شده است.
- ۴ - استفاده از داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی بدن

علائم بالینی:

درد سوزشی، تیز و فرو رونده، چاقوئی و تیر کشنده، خارش و حساس شدن ناحیه مبتلا، بروز اختلالات گوارشی و ناراحتی جسمانی قبل از ظاهر شدن دانه ها، پیدایش دانه های پر از مایع، یک طرفه و به شکل نوار بر روی اعصاب سینه ای، گردنی یا جمجمه ای.

شایع ترین محل ابتلا، تنه و پهلوهاست. سایر نقاط بدن نیز می تواند درگیر شوند.

ممکن است درد به قسمت های داخلی بدن منتشر شود.

درمان:

برای درمان زونا، مهمترین کار استراحت است. با ادامه فعالیت های روزانه و عدم استراحت، درد، در محل ضایعات بیشتر می شود.

استفاده از داروهای مسکن که توسط پزشک تجویز شده است کمک زیادی در کم شدن درد می کند.

توصیه به فعالیت های تفریحی و استفاده از روش های تن آرامی و خواب راحت.

- همچنین درمان های موضعی مانند پمادها یا شستشوی زخم با سرم شستشو در بهبود سریع تر زخم موثر است.

مراقبت از پوست، مفاصل بهداشت و گرفتن دوش آب با استفاده از شامپو بدن و مابون در درمان این بیماری موثر است و مانع فارش بدن می شود.

• نحوه استفاده از پماد آسیکلوویر:

- در صورت استفاده از پماد آسیکلوویر، ابتدا دستها شسته شود و یک لایه نازک از دارو بر روی ناحیه مورد نظر مالیده شود.

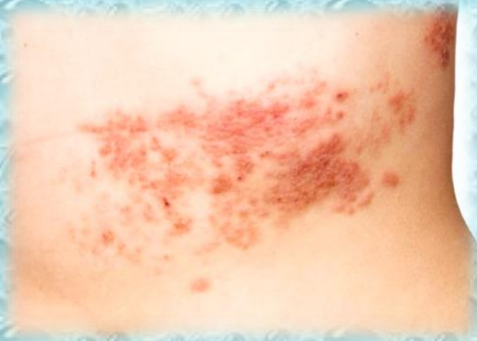
- پس از اتمام دستها مجدداً شسته شود.
- از وارد شدن پماد به چشم خودداری شود.
- دارو بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نشود.
- مصرف دارو تا پایان دوره درمان ادامه داده شود.



بیمارستان شهدا بندرلنگه

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی هرمزگان
بیمارستان شهدا بندرلنگه

زونا



شناسنامه پمفلت آموزشی

کد: QM.SH.PA. ۱۹۴.۰۰

عنوان	زونا
تهیه کننده	فاطمه رادبه (سوپروایز آموزش سلامت)
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	۱۴۰۱
ناظر کیفی	دکتر محمودی (فوق تخصص غدد)

پیشگیری:

در حال حاضر نمی توان از بروز بیماری پیشگیری کرد. هر فرد با یک بار ابتلا به بیماری زونا، تا آخر عمر در برابر آن ایمن خواهد بود.

سایر نکات آموزشی:

- توصیه می شود از کرم های موضعی یا کیف آبگرم جهت کاهش درد استفاده شود (دمای آن به حدی نباشد که باعث سوختگی شود).

- از مصرف سیگار و الکل خودداری شود.

- از دستکاری دانه های پوستی خودداری شود.

- بهداشت فردی به خوبی رعایت شود و با شستن مرتب دست ها از گسترش عفونت جلوگیری شود.

- زنان و مردانی که علائم این بیماری را دارند از مقاربت خودداری کنند.

منابع:

برونر و سودارث / اینترنت

بهبودی:

دوره بیماری ۲ تا ۳ هفته است. پس از آن ضایعات پوستی کم کم شروع به خشک شدن و سیاه رنگ شدن می کند.

آثار این زخم ها تا مدتها بر روی پوست باقی می ماند.

- در صورتی که زخمها عفونی شوند احتمال اینکه آثار آنها مادام العمر باشد وجود دارد.

تغذیه:

توصیه به مصرف رژیم غذایی پرکالری و پر پروتئین (گوشت، لبنیات، تخم مرغ) سبزیجات و میوه های تازه سرشار از ویتامین (مرکبات، گوجه فرنگی، توت فرنگی و ...)

- مایعات فراوان مصرف شود.