



## زونا

زونا یک بیماری ویروسی است که ناشی از فعال شدن مجدد ویروس آبله مرغان می باشد. بدین معنی که پس از ابتلا به آبله مرغان در کودکی یا نوجوانی، ویروس در مراکز عصبی خاصی به صورت نهفته و غیر فعال باقی میماند و در اثر برخی عوامل مجدداً فعال شده و خود را از طریق مسیر اعصاب به سطح پوست می رساند. بیماری اغلب در افراد مسن دیده میشود. ولی در افراد جوان هم بروز بیماری غیر ممکن نیست. افرادی که از وضعیت سیستم ایمنی خوبی برخوردار نیستند با احتمال بیشتر به این بیماری مبتلا می شوند. ضربات، جراحی و سینوزیت در شروع علائم بیماری گاهی دخیل می باشند.

## علل و منشأ بیماری:

محتملترین راه سرایت بیماری از طریق سیستم تنفسی و ترشحات تنفسی است. راه دیگر انتقال تماس مستقیم با ضایعات پوستی بیمار مبتلا به آبله مرغان یا زونا است.

میزان انتقال در تماسهای خانوادگی ۹۰٪-۸۰٪ دوره سزایت

دوره کمون بیماری معمولاً بین ۱۷-۱۴ روز بوده گاهی تا ۲۱ روز نیز طول میکشد.

## علائم و نشانه های بیماری:

یک قسمت از پوست ممکن است احساس سوزش، خارش یا حساسیت بسیار شدید پیدا کند. این حالت معمولاً در ناحیه کوچکی از پوست مشاهده میشود، سپس در همان قسمت از پوست جوشهایی ایجاد میشود که خیلی زود به مجموعه ای از تاولهای برجسته زرد رنگ یا خونی تبدیل میشوند. این فرایند ها معمولاً با درد همراه بوده که گاهی تا چندین ماه بعد از برطرف شدن تاولها نیز ادامه خواهد داشت



## تشخیص بیماری:

با مشاهده ضایعات در پوست، دهان، چشم یا زبان یا راش های وزیکولی یک طرفه به همراه درد شدید تشخیص قطعی با جدا نمودن ویروس از محیط کشت و افزایش تیتراژ آنتی بادی به میزان چهار برابر یا بیشتر گاهی از دست دادن حس چشایی و فلج یکطرفه صورت را به همراه دارد.

در حال آزمایش هستند نتوانسته اند از ابتلا جلوگیری کنند. البته فرد با یک بار ابتلا تا آخر عمر در برابر آن ایمن خواهد بود مگر در موارد نادر.

اولین و مهمترین کار اقدامات حمایتی و استراحت می باشد. با ادامه فعالیت های روزانه و عدم استراحت کردن درد در ناحیه ضایعات شدیدتر میشود. تجویز داروهای مسکن خاصی که توسط پزشک متخصص پوست انجام گیرد، کمک زیادی به کنترل درد بیمار می کند.

همچنین درمان های موضعی شامل پمادها و یا شست و شوی ضایعات با سرم نرمال سالین در بهبود سریعتر ضایعات پوستی و نیز به حداقل رساندن آثار بعدی زخمها موثر است.

## آموزش سلامت:

از مصرف دخانیات، مشروبات الکلی اجتناب نمایید. از استرس و اضطراب دوری کنید، از داشتن اضافه وزن پرهیز نمایید

## آموزش خود مراقبتی:

- مراقبت از پوست
- رعایت بهداشت فردی
- حمام روزانه با آب خنک و استفاده از شامپو و صابون در رفع خارش موثر است.
- میتوان از بسته های یخ، پارچه خیس و سرد جهت سرد کردن جوشها استفاده کرد.
- گرفتن ناخن ها به جلوگیری از عفونت ثانویه باکتریایی کمک می کند.
- لوسین کلامین را روی تاولها بمالید.
- روی تاولها را با بانداز شل و غیر چسبنده و استریل بپوشانید.
- لباس نخی گشاد بپوشید تا اطراف قسمت های صدمه دیده آزاد باشد.
- از استامینوفن و دیگر مسکنها می توان برای تخفیف درد استفاده کرد.
- کورتیزونها برای تخفیف درد در موارد شدید استفاده می شود.
- درموارد شدید پزشک می تواند با تزریق بی حس کننده به رشته های عصبی، بی حسی ایجاد کند.

