



## سرخک Measles

[HealthLinkBC File #14a](#) واکسن سرخک، اورپون

و [HealthLinkBC File #14e](#) [سرخچه و](#) [واکسن سرخک، اورپون، سرخچه و آبله مرغان \(MMRV\)](#) مراجعه کنید.

### سرخک چگونه گسترش می‌یابد؟

سرخک بسیار واگیردار بوده و به آسانی منتشر می‌شود. وقتی شخص مبتلا نفس می‌کشد، سرفه یا عطسه می‌کند، ویروس از طریق هوا منتشر می‌شود. ویروس سرخک می‌تواند در قطرات ریز موجود در هوا ساعت‌ها زنده بماند. شما ممکن است با تنفس این قطرات ریز یا لمس اشیاء آلوده به ویروس به این بیماری مبتلا شوید. انتشار ویروس سرخک از طریق هوا باعث می‌شود این بیماری بسیار واگیردار شود. مصرف غذا، نوشیدنی یا سیگار به صورت مشترک، یا بوسیدن کسی که حامل ویروس باشد می‌تواند شما را در معرض خطر قرار بدهد.

### نشانه‌های این بیماری چیست؟

علائم سرخک شامل تب، سرفه، آبریزش بینی، و چشم‌ها سرخ و متورم می‌شود که اغلب هم به نور حساس هستند. پس از این علائم، جوش‌هایی ابتدا روی صورت و گردن ظاهر می‌شود و سپس به سینه، بازوها و پاها گسترش می‌یابد و 4 تا 7 روز به طول می‌انجامد. همچنین ممکن است نقاط کوچک سفیدی داخل دهان ظاهر شود.

این نشانه‌ها ممکن است 7 روز پس از آلوده شدن فرد با ویروس سرخک بروز کنند.

### اگر من در معرض سرخک قرار گرفته باشم چطور؟

اگر شما در معرض ویروس سرخک قرار گرفته باشید و مبتلا به بیماری نشده باشید یا 2 دوز واکسن سرخک را دریافت نکرده باشید، باید به منظور پیشگیری از بیماری ایمنی‌سازی شوید. باید ظرف مدت 72 ساعت پس از قرارگیری در معرض بیماری واکسینه شوید تا در برابر ویروس سرخک محافظت شوید. افرادی که قبل از سال 1970 متولد شده‌اند نیازی به دریافت واکسن ندارند زیرا احتمالاً مبتلا به سرخک شده‌اند.

### سرخک چیست؟

سرخک یک بیماری جدی است که توسط ویروس سرخک ایجاد می‌شود.

سرخک می‌تواند موجب آنسفالیت، نوعی تورم مغز، بشود که ممکن است منجر به حمله مغزی (تشنج)، ناشنوایی، یا آسیب مغزی بشود. از هر 3000 نفر مبتلا به سرخک، یک نفر در اثر عوارض آن فوت می‌کند. عوارض و فوت بیشتر در میان کودکان کمتر از 12 ماه و افراد بزرگسال رایج است.

عوارض سرخک ممکن است شامل این موارد باشد:

- عفونت گوش (1 در 10 مورد)
- اسهال (8 در 100 مورد)
- ذات‌الریه (1 در 10 مورد)
- بستری در بیمارستان (1 تا 2 در 10 مورد)
- آنسفالیت (1 در هر 1000 مورد)

به دلیل برنامه‌های ایمنی‌سازی، سرخک اکنون در کانادا یک بیماری نادر است. اکثر موارد از افراد واکسینه نشده رخ می‌دهد، کسانی مثل مسافران کشورهای خارجی که به کانادا می‌آیند.

### آیا واکسن سرخک وجود دارد؟

2 نوع واکسن در بی‌سی وجود دارد که در برابر سرخک محافظت ایجاد می‌کند:

1. واکسن سرخک، اورپون، سرخچه (MMR)
2. واکسن سرخک، اورپون، سرخچه و آبله مرغان (MMRV)

واکسن‌ها به صورت رایگان و به عنوان بخشی از برنامه ایمنی‌سازی منظم دوران کودکی و نیز برای سایر افرادی که نیاز به محافظت در برابر سرخک داشته باشند ارائه می‌شوند. برای آگاهی بیشتر به پرونده‌های آگاهی‌رسانی

## درمان خانگی سرخک چیست؟

پس از مراجعه به مراقبتگر بهداشتی، نکات زیر برای درمان خانگی ممکن است به شما کمک کند تا در دوران استراحت و نقاهت راحت‌تر باشید:

- مایعاتی مانند آب، آمیوه و سوپ فراوان بنوشید، به ویژه اگر تب دارید.
- زیاد استراحت کنید.

برای تسکین تب یا درد می‌توان از استامینوفن (مانند تایلنول®) یا ایبوپروفن\* (مانند آدویل®) استفاده کرد. به افراد زیر 18 سال نباید آ.اس.آ (مانند آسپیرین®) داد زیرا خطر بروز سندروم رای وجود دارد.

\* به کودکان زیر 6 ماه نباید بدون مشورت قبلی با مراقبتگر بهداشتی ایبوپروفن داده شود.

برای آگاهی بیشتر درباره سندروم رای، در وبسایت هلت‌لینک بی‌سی به این پرونده مراجعه کنید:  
[HealthLinkBC File #84 سندروم رای](#)

برای آگاهی بیشتر در باره ایمن‌سازی، از وبسایت ImmunizeBC دیدن کنید:  
<https://immunizebc.ca/>

اگر واکسن به موقع داده نشود یا استفاده از آن برای شما توصیه نشود، ممکن است به شما ایمن گلوبولین برای محافظت داده شود. ایمن گلوبولین حاوی پادتن‌هایی است که از خون افراد اهداکننده گرفته شده است. پادتن‌ها پروتئین‌هایی هستند که سیستم ایمنی بدن فرد برای مبارزه با میکروب‌ها شامل ویروس‌ها و باکتری‌ها می‌سازد. اگر ایمن گلوبولین ظرف مدت 6 روز از قرارگیری در معرض سرخک داده شود می‌تواند از ابتلای به سرخک جلوگیری کرده یا از شدت آن بکاهد. برای آگاهی بیشتر [HealthLinkBC File #63 ایمن گلوبولین](#) را مطالعه کنید.

## اگر احتمال بدهم که مبتلا به سرخک شده‌ام باید چه‌کار کنم؟

اگر دچار تب شده و جوش زده‌اید و فکر می‌کنید که ممکن است سرخک گرفته باشید، به ویژه اگر با کسی تماس داشته‌اید که مبتلا به سرخک بوده است یا به منطقه‌ای سفر کرده‌اید که سرخک شیوع داشته است، به ملاقات یک ارائه‌کننده خدمات بهداشتی بروید. بهتر است از قبل تماس بگیرید تا به سرعت ویزیت شوید و دیگران را هم آلوده نکنید. سرخک به آسانی ممکن است در اماکنی مثل اتاق انتظار یا بخش اورژانس منتشر شود. پزشک یا پرستار مسئول اولویت نوبت بیماران می‌تواند اطمینان حاصل کند که شما به فضایی بسته برای معاینه هدایت شوید و زمانی به کلینیک بروید که اتاق انتظار خالی باشد. سوابق واکسیناسیون خود را به همراه داشته باشید. یک معاینه‌ی جسمی، آزمایش خون، و نمونه‌برداری از گلو یا نمونه‌ی ادرار از شما گرفته خواهد شد تا تشخیص سرخک به انجام برسد.

## چگونه می‌توانم از انتقال سرخک به دیگران جلوگیری کنم؟

کسی که مبتلا به سرخک شده باشد می‌تواند 4 روز قبل تا 4 روز بعد از اولین ظهور جوش‌ها، ویروس را به دیگران منتقل کند. اگر شما مبتلا به سرخک شده‌اید می‌توانید با رعایت موارد زیر از انتقال آن به دیگران جلوگیری کنید:

- پس از ظهور اولیه‌ی جوش‌ها، حداقل 4 روز در خانه بمانید.
- دست‌های خود را به طور منظم بشویید.
- داخل یک دستمال کاغذی یا آستین خود عطسه و سرفه کنید و نه داخل دست‌هایتان.
- غذا، نوشیدنی، یا سیگار را با دیگران به طور مشترک استفاده نکنید و دیگران را نبوسید.



BC Centre for Disease Control  
An agency of the Provincial Health Services Authority