



# وَبَا

دستورالعمل‌هایی برای  
کارکنان بهداشت و درمان

## منابع عفونت

وَبَا یک بیماری منتقله از آب و غذا است؛ یعنی با مصرف غذا و آب آلوده به باکتری عامل بیماری (ویبریو کلرا) منتقل می‌شود.

### تماس مستقیم با باکتری در آب و غذا.

این بیماری می‌تواند خیلی سریع منتشر شود، بویژه در فوریت‌ها (سیل، زلزله و سایر بلاها). **وَبَا می‌تواند مرگبار باشد!**

### اگر مسئول خرید یا فروش غذا هستید، با اقدامات زیر از وَبَا پیشگیری کنید:

- شستن دست‌ها بعد از توالی و قبل از دست زدن به غذا
- شستن ظروف، مواد غذایی و وسایل غذاخوری با آب تمیز و صابون
- خوب پختن غذا و گرم نگه داشتن آن
- اجازه ندادن به افراد بیمار جهت آماده کردن غذا یا دست زدن به آن
- استفاده از توالی یا خاک کردن مدفوع در شرایط اضطراری
- ضد عفونی کردن توالی‌های عمومی رستوران‌ها یا انبارها



## انواع مواجهه و پیشگیری

## علائم



اسهال آبکی شبیه به  
آب برنج در حجم زیاد



کم‌آبی بدن



ضعف



استفراغ



گرفتگی پاها

اگر علائم وَبَا دارید، بلافاصله مشورت پزشکی بگیرید. از پخت‌وپز و کشیدن غذا برای دیگران خودداری کنید چراکه این کار به مبتلا شدن افراد بیشتر منجر می‌شود.



## اقدامات لازم در صورت بروز علائم: