

مونوکلئوز یک بیماری عفونی ویروسی است که دستگاه تنفس، کبد و غدد لنفاوی را درگیر می‌کند.

عفونت اغلب در افراد جوان به ویژه نوجوانان بروز می‌کند.

علت بیماری یک ویروس به نام **اپشتین بار** است ولی ممکن است توسط **سایتومگال و ویروس** هم ایجاد شود. این دو ویروس از اعضای خانواده تب خال یا **هرپس** هستند.

راه انتقال و دوره نهفته‌ی بیماری:

این ویروس بیشتر از طریق بزاق منتقل می‌شود. این عفونت گاهی از طریق قطرات کوچک عفونی در هوا منتقل می‌شود و در موارد نادر از راه انتقال خون سرایت می‌کند.

این بیماری در اثر تماس نزدیک مثل بوسیدن، غذای مشترک با فرد مبتلا یا سرفه کردن، از فردی به فرد دیگر منتقل می‌شود.

دوره نهفته‌ی بیماری **۷ تا ۱۴ روز** است.

علائم:

تب، گلودرد، خستگی، تورم غدد لنفاوی ناحیه‌ی گردن و بزرگی کبد و طحال از علائم بیماری است.

۱

بی‌اشتهایی، سفتی عضلات، جوش‌های قرمز رنگ روی سینه، تهوع، استفراغ و در موارد شدید همراه با التهاب کبد و زردی است.

گاهی طحال آن‌قدر بزرگ می‌شود که باعث درد و پری شکم می‌گردد.

علائم بیماری ظرف **۱ تا ۱۴ روز** بهبود می‌یابد.

راه پیشگیری:

خودداری از تماس با فرد مبتلا تنها راه پیشگیری از بیماری است.

روش تشخیص:

♦ بررسی سوابق بالینی و معاینات فیزیکی

♦ انجام آزمایش خون برای پیدا کردن گلبول سفید غیرطبیعی و اندازه‌گیری میزان گلبول سفید و پلاکت و آنتی‌بادی علیه **ویروس اپشتین بار و سایتومگال و ویروس** انجام می‌شود.

✓ استراحت کردن در بستر

✓ مصرف غذای مقوی

✓ خوردن مایعات فراوان جهت کاهش تب و جلوگیری از کم‌آبی مفید است.

۲

✓ توصیه می‌شود برای کاهش گلو درد از غرغره کردن مکرر با آب نمک (یک قاشق چای خوری نمک در 250°C آب) استفاده کنید.

✓ مایعات سرد بنوشید. خوردن دسرهای یخ‌زده جهت تسکین و درمان گلودرد توصیه می‌شود.

✓ در مواردی که با بزرگی کبد و طحال همراه است لازم است فرد مبتلا از فعالیت‌های شدید مثل کشتی گرفتن خودداری کند، چون باعث پارگی کبد و طحال می‌شود.

✓ مصرف مسکن تجویزی مثل استامینوفن و بروفن توصیه می‌شود.

✓ اگر لوزه‌ها شدیداً متورم هستند پزشک ممکن است درمان با کورتیکواستروئیدها را شروع کند.

✓ اگر عفونت استرپتوکوکی و به همراه گلودرد چرکی باشد آنتی‌بیوتیک تجویز می‌شود.

✓ به هیچ عنوان از آسپرین استفاده نکنید.

پیشگیری از سرایت بیماری:

★ والدین لازم است قبل و بعد از تماس با کودک یا دست زدن به محیط اطراف کودک **دست‌های خود را با آب و صابون** بشویند.

۳



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

مرکز آموزشی درمانی ضیائیان

NoP10



مونو نو گلوز عفونی

تابستان ۱۳۹۹

پمفلت آموزشی مددجو

بالارزی سلامتی برای شما مددجوی گرامی

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود

پمفلت‌های آموزش به بیمار

یا <http://ziaeian.ir> و

<http://help.tums.ac.ir>

جهت ارائه پیشنهاد و انتقاد

Ziaeian@tums.ac.ir

★ افراد سالم منزل حداقل یک متر با کودک بیمار فاصله داشته باشند.

★ از دست دادن و بوسیدن و استفاده از ظروف غذای مشترک تا پایان دوره‌ی سرایت بیماری خودداری کنید.

★ موقع عطسه و سرفه کردن لازم است کودک از دستمال کاغذی برای پوشاندن دهان و بینی استفاده کند. دستمال‌های کاغذی را در سطل زباله انداخته و بعد از دست زدن به آنها، دست‌ها را با آب و صابون بشوید.

★ خودداری از تماس با فرد مبتلا تنها راه پیشگیری از بیماری است.

علائم هشدار دهنده که لازم است سریعاً به

پزشک مراجعه کنید:

- ❖ تب بالای ۳۸/۳ درجه
- ❖ بی‌بوست که ممکن است باعث زور زدن شدید شود.
- ❖ درد شدید در سمت چپ بالای شکم
- ❖ زردی پوست
- ❖ اختلال در تنفس یا بلع در اثر التهاب شدید گلو
- ❖ در صورت طولانی شدن علائم و یا درگیری سیستم عصبی مانند تشنج