

## تب رودخانه راس Ross River Fever

### ویروس رودخانه راس چیست؟

- ویروس رودخانه راس یک میکروب است که مردم را مبتلا می کند، بخصوص در مناطق روستایی، گاهی موجب یک بیماری شبیه سرماخوردگی با درد مفاصل می شود.
- ویروس رودخانه راس موجب مرگ نمی شود.

### ویروس رودخانه راس چگونه سرایت می کند؟

- این ویروس توسط انواع خاصی از پشه های ماده سرایت می کند.
- پشه های ماده از حیوانات و انسان ها تغذیه می کنند. اگر پشه ها از خون حیوانی مبتلا تغذیه کند، ممکن است پشه آلوده شود. سپس ویروس در داخل پشه تولید مثل می کند و وقتی پشه دوباره تغذیه کند ویروس به سایر حیوانات و انسان منتقل می شود.
- بیماری در ماههای تابستان و پاییز به بالاترین حد می رسد.
- ویروس مستقیماً از انسان به انسان دیگر سرایت نمی کند.

### بیماری رودخانه راس چه نشانه هایی دارد؟

- در بسیاری از مردم که آلوده به این ویروس هستند هرگز علائم بیماری ظاهر نمی شوند.
- بعضی مردم نشانه هایی شبیه سرماخوردگی دارند که عبارتند از تب، لرز، سردرد و درد عضلات و مفاصل.
- بعضی از مفاصل ممکن است متورم شوند، و بخصوص سفتی مفاصل ممکن است صبح محسوس تر باشد.
- بعضی اوقات بدن، دستها و پاها کهیر می زند. معمولاً کهیر پس از هفت تا 10 روز ناپدید می شود.
- همچنین یک احساس عمومی ناخوشی، خستگی و ضعف گاهگاهی در دوران بیماری ممکن است پیش بیاید. این ممکن است در انجام دادن کار تأثیر بگذارد.

### چه مدت پس از گزیده شدن توسط پشه آلوده نشانه های بیماری ظاهر می شوند؟

- نشانه های بیماری معمولاً بین هفت تا ده روز پس از گزیده شدن توسط پشه آلوده ظاهر می شوند. این فاصله ممکن است تغییر کند ولی معمولاً بین پنج تا 21 روز است.

### بیماری چقدر طول می کشد؟

- بسیاری از مردم در ظرف چند هفته کاملاً بهبود می یابند. نشانه های بیماری در سایرین بیش از سه ماه، در موارد نادری بیش از یک سال ادامه دارند.
- نشانه های بیماری در این فاصله زمانی ممکن است چندبار ظاهر شوند. معمولاً هر بار که نشانه های بیماری برمی گردند شدت شان کمتر می شود.
- بهبودی کامل را می توان انتظار داشت.

### درمان بیماری ویروس رودخانه راس چیست؟

- درمان بخصوصی برای بیماری ویروس رودخانه راس وجود ندارد.
- دکترتان خواهد توانست برای تسکین دردهای ناشی از علائم بیماری داروهایی را به شما توصیه کند.
- استراحت فراوان، توأم با ورزش و صرف غذاهای سالم، ممکن است به بهبودی شما کمک مند.

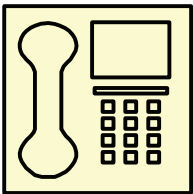
### چگونه بدانم که بیماری ویروس رودخانه راس را دارم؟

- اگر نشانه های بیماری را دارید، دکترتان را ببینید، که می تواند برای تشخیص بیماری ویروس رودخانه راس دستور آزمایش خون بدهد.

### آیا می شود از بیماری ویروس رودخانه راس جلوگیری کرد؟

- بله! از پشه زدگی بپرهیزید، به خصوص در ماه های تابستان و پاییز که بیماری به بالاترین حد می رسد
- انواع متفاوت پشه ها در مواقع مختلفی می گزند. از بیرون بودن در هوای آزاد هنگام بعد از ظهر دیر و غروب اجتناب کنید. بیشترین وقت فعالیت پشه ها معمولاً 1 تا 3 ساعت بعد از غروب آفتاب و دوباره هنگام سحر است.
- وقتی بیرون در هوای آزاد هستید لباس های گشاد با رنگ های روشن بپوشید که دست ها و پاهای خود را بپوشاند و از مواد ضد حشرات که محتوی ماده شیمیایی دی اتیل تولامید (DEET) (diethyl toluamide) استفاده کنید
- به تمام پنجره ها ، درب ها ، و دودکش ها توری بزنید و مرتب آن ها را تعمیر کنید.
- نیم ساعت پیش از به رختخواب رفتن از یک حشره کش قوی استفاده کنید. حشره کش را بر طبق دستورات استفاده کنید.

اطلاعات بیشتر – واحدهای بهداشت عمومی در نیو سات ویلز



1300 066 055

[www.health.nsw.gov.au](http://www.health.nsw.gov.au)