

واقعیت‌های کلیدی

- سرخک یک بیماری ویروسی بسیار مسری است که باعث راش پوستی و تب می‌شود.
- سرخک می‌تواند عوارض جدی از جمله ذات‌الریه و آنسفالیت ایجاد کند و نیاز به بستری شدن در بیمارستان داشته باشد.
- واکسیناسیون بهترین راه برای جلوگیری از بیماری و شیوع سرخک است. سرخک در استرالیا نادر است زیرا واکسیناسیون در پیشگیری از این بیماری مؤثر است.
- واکسیناسیون سرخک همیشه مهم است چون ممکن است افراد پس از بازگشت از خارج از کشور، ویروس را دوباره با خود بیاورند.
- سرخک هنوز در بسیاری از کشورهایی که استرالیایی‌ها برای تعطیلات یا دیدن خانواده و دوستان به آنجا سفر می‌کنند، رایج است.
- اگر فکر می‌کنید سرخک دارید، از قبل با پزشک خود تماس بگیرید تا در بدو ورود، تماس شما با افراد دیگر را محدود کنند.

سرخک چیست؟

سرخک یک بیماری ویروسی بسیار مسری است که می‌تواند عوارض جدی ایجاد کند. در برخی از نقاط جهان، این بیماری هنوز یکی از علل شایع مرگ و میر کودکان زیر ۵ سال است.

در گذشته، عفونت سرخک در دوران کودکی در استرالیا بسیار رایج بود. بیشتر افرادی که قبل از سال ۱۹۶۶ متولد شده‌اند، در کودکی به سرخک مبتلا شده‌اند و احتمالاً در برابر آن مصون هستند.

بخاطر واکسیناسیون، سرخک اکنون در استرالیا نادر است.

اما، سرخک در بسیاری از نقاط جهان همچنان شایع است و شیوع گسترده آن در تعدادی از کشورها همچنان رخ می‌دهد. افرادی که به خارج از کشور سفر می‌کنند یا از خارج به استرالیا می‌آیند می‌توانند این بیماری را با خود بیاورند و باعث شیوع سرخک در جامعه شوند. به همین دلیل مهم است که مطمئن شوید در برابر سرخک واکسینه شده‌اید تا از خود و جامعه تان محافظت کنید.

مهم است که مطمئن شوید هر کسی که در طول یا بعد از سال ۱۹۶۶ متولد شده است، دو دوز واکسن سرخک دریافت کرده است.

علائم سرخک چیستند؟

اولین علائم عبارتند از تب، خستگی، سرفه، آبریزش بینی، قرمزی و سوزش چشم و احساس ناخوشی. چند روز بعد راش پوستی ظاهر می‌شود. راش پوستی از صورت شروع می‌شود، به بدن گسترش می‌یابد و ۴ تا ۷ روز طول می‌کشد. راش پوستی خارش ندارد. برخی افراد، به ویژه کودکان خردسال، ممکن است اسهال نیز داشته باشند.

علائم سرخک معمولاً ۱۰ روز پس از قرار گرفتن در معرض ویروس شروع می‌شوند، اما گاهی اوقات می‌تواند تنها هفت یا حداکثر ۱۸ روز طول بکشد تا ظاهر شوند. راش پوستی معمولاً حدود ۱۴ روز پس از قرار گرفتن در معرض ویروس سرخک ظاهر می‌شود.

سرخک یک بیماری شدید است. تا یک سوم افراد مبتلا به سرخک دچار عوارض پیچیده می‌شوند و بسیاری از آنها نیاز به بستری شدن در بیمارستان دارند. عوارض پیچیده سرخک می‌تواند شامل عفونت گوش، اسهال و ذات‌الریه باشد. تقریباً از هر ۱۰۰۰ نفر مبتلا به سرخک، یک نفر به آنسفالیت (تورم مغز) مبتلا می‌شود.

سرخک چگونه شیوع پیدا می‌کند؟

سرخک معمولاً زمانی پخش می‌شود که شخصی ویروس سرخک را که توسط سرفه یا عطسه یک فرد آلوده در هوا پخش شده است، تنفس کند.

سرخک یکی از عفونت‌های انسانی است که به آسان‌ترین شکل پخش می‌شوند. فقط بودن در یک اتاق با فرد مبتلا به سرخک می‌تواند منجر به عفونت شود.

افراد مبتلا به سرخک معمولاً از قبل از شروع علائم تا چهار روز پس از ظاهر شدن راش، مسری هستند.

چه کسی در معرض خطر ابتلا به سرخک است؟

افراد در صورتی در معرض خطر ابتلا به سرخک هستند که:

- هرگز به سرخک مبتلا نشده باشند یا
- دو دوز واکسن حاوی سرخک را دریافت نکرده باشند یا
- سیستم ایمنی ضعیفی داشته باشند (مثلاً افرادی که شیمی درمانی یا پرتودرمانی برای سرطان دریافت می‌کنند یا افرادی که داروهای استروئیدی با دوز بالا مصرف می‌کنند)، حتی اگر به طور کامل واکسینه شده باشند یا قبلاً به سرخک مبتلا شده باشند و
- با یک فرد مبتلا به عفونت سرخک تماس داشته باشند.

سرخک در بسیاری از کشورها همچنان شایع است و نشر گسترده آن اغلب رخ می‌دهد. افرادی که به خارج از کشور سفر می‌کنند، در صورت عدم مصونیت، در معرض خطر ابتلا به سرخک هستند.

چگونه می‌توان از ابتلا به سرخک پیشگیری کرد؟

واکسیناسیون

بهترین راه برای محافظت در برابر سرخک، واکسینه شدن است. دو دوز واکسن سرخک (با فاصله حداقل چهار هفته) در ۹۹٪ از افراد واکسینه شده، محافظت طولانی مدت و احتمالاً مادام‌العمر ایجاد می‌کند.

افرادی که قصد سفر به خارج از کشور را دارند باید قبل از ترک استرالیا با پزشک عمومی یا داروساز خود در مورد واکسیناسیون صحبت کنند، از به روز بودن واکسیناسیون خود اطمینان حاصل کنند و مطمئن شوند که به طور کامل در برابر سرخک واکسینه شده‌اند.

در استرالیا، تحت برنامه ملی ایمن سازی (NIP) دو دوز واکسن سرخک به صورت رایگان در سنین زیر به کودکان ارائه می‌شود:

• در ۱۲ ماهگی به عنوان واکسن سرخک-اوریون-سرخجه (MMR)

• در ۱۸ ماهگی به عنوان واکسن سرخک-اوریون-سرخجه-آبله مرغان (MMRV).

این واکسن‌ها علاوه بر سرخک، در برابر اوریون، سرخک آلمانی (سرخجه) و آبله مرغان (واریسلا) نیز محافظت ایجاد می‌کنند.

افرادی که قصد دارند با کودکان ۶ تا ۱۸ ماهه به خارج از کشور بروند، باید برنامه‌های خود را با پزشک عمومی خود در میان بگذارند، زیرا کودکانی که به مناطقی با خطر بالای سرخک می‌روند، می‌توانند واکسن سرخک را زودتر دریافت کنند.

هر کسی که در طول یا بعد از سال ۱۹۶۶ متولد شده باشد و هرگز به سرخک مبتلا نشده باشد، باید به پزشک خود مراجعه کند تا مطمئن شود که دو دوز واکسن سرخک را با فاصله حداقل چهار هفته دریافت کرده است. در غیر این صورت، این واکسن در نیوساوت ولز رایگان است.

تزریق واکسن بیش از دو بار بی خطر است، بنابراین افرادی که مطمئن نیستند باید واکسینه شوند.

واکسن‌های سرخک را می‌توان در نیوساوت ولز از پزشکان عمومی و داروسازان مجاز دریافت کرد.

داروسازان مجاز به ارائه واکسن سرخک به کودکان زیر ۵ سال نیستند.

برای هر کسی که مدرکی دال بر دریافت دو دوز واکسن سرخک ندارد (و خواستار دریافت واکسن تحت برنامه ملی واکسیناسیون نیست)، خود واکسن رایگان خواهد بود، ولی داروساز یا پزشک ممکن است برای تزریق واکسن هزینه دریافت کند.

برای اطلاعات بیشتر به سوالات [Measles Vaccination FAQs](#) (سوالات متداول واکسیناسیون سرخک) مراجعه کنید.

در صورت داشتن علائم از دیگران دوری کنید

افرادی که علائم سرخک دارند باید هنگام مراجعه به مراکز درمانی (مانند اورژانس یا پزشک عمومی) از قبل تماس بگیرند تا کارکنان را از علائم خود مطلع کنند تا بتوانند به محض ورود، آنها را ایزوله کنند تا احتمال شیوع سرخک به دیگران محدود شود.

افراد مبتلا به سرخک باید تا زمانی که دیگر مسری نباشند (یعنی تا چهار روز پس از شروع راش) در خانه بمانند تا خطر سرایت آن به دیگران کاهش یابد.

سرخ چگونه تشخیص داده می‌شود؟

شک به سرخ زمانی مطرح می‌شود که فرد احساس ناخوشی، سرفه، آبریزش بینی یا درد چشم و تب و به دنبال آن راش پوستی داشته باشد.

هر زمان که شک سرخ وجود داشته باشد، باید نمونه‌هایی از بینی، گلو و ادرار برای تأیید تشخیص جمع‌آوری شود. همچنین ممکن است آزمایش خون انجام شود.

تأیید تشخیص مهم است زیرا امکان پیگیری سریع سایر افرادی که در معرض خطر ابتلا به سرخ هستند را توسط سازمانهای بهداشت عمومی، فراهم می‌کند.

سرخ چگونه درمان می‌شود؟

هیچ درمان خاصی برای سرخ وجود ندارد. به افراد مبتلا به عفونت سرخ معمولاً توصیه می‌شود که استراحت کنند، مایعات فراوان بنوشند و برای پایین آوردن تب، پاراستامول مصرف کنند.

برای بسیاری از افراد، بیماری ممکن است به اندازه‌ای شدید شود که نیاز به بستری شدن در بیمارستان داشته باشند.

واکنش بهداشت عمومی نسبت به سرخ چیست؟

پزشکان، بیمارستان‌ها و آزمایشگاه‌ها، مدارس و مراکز مراقبت از کودکان باید موارد سرخ را به واحد بهداشت عمومی محلی اطلاع دهند.

کارکنان واحد بهداشت عمومی با پزشک و بیمار (یا مراقبان) مصاحبه خواهند کرد تا دریابند که عفونت چگونه رخ داده است، سایر افراد در معرض خطر عفونت را شناسایی کنند، اقدامات کنترلی (مانند ایمن سازی و محدودیت‌های حضور در مدرسه یا محل کار) را اجرا کنند و توصیه‌های دیگری ارائه دهند.

افراد مبتلا به سرخ باید حداقل چهار روز پس از ظاهر شدن راش پوستی در خانه بمانند و در محل کار، مدرسه یا مراکز آموزشی و مراقبتی دوران کودکی شرکت نکنند.

فرم **Measles: Information for Contacts form (سرخ: اطلاعات برای مخاطبین)** حاوی اطلاعات مفیدی است که پزشکان پس از ارزیابی و/یا انجام اقدامات پیشگیرانه برای کسانی که در معرض سرخ قرار داشته‌اند، به آنها بدهند.

اطلاعات بیشتر

برای اطلاعات بیشتر، لطفاً با واحد بهداشت عمومی محلی خود با شماره 1300 066 055 تماس بگیرید.

اگر شما یا فرزندتان علائم سرخ را دارید و نگران هستید، فوراً با پزشک خود صحبت کنید، یا در مواقع اضطراری با شماره 000 (سه صفر) تماس بگیرید. برای مشاوره بهداشتی، می‌توانید با شماره 1800 022 222 Healthdirect تماس بگیرید تا از مشاوره بهداشتی رایگان ۲۴ ساعته بهره‌مند شوید یا با داروساز محلی خود صحبت کنید.