

آبله مرغان عفونتی است که توسط ویروس واریسلا زوستر ایجاد می شود. باعث ایجاد بثورات خارش دار با تاول های کوچک پر از مایع می شود. آبله مرغان برای افرادی که این بیماری را نداشته اند یا علیه آن واکسینه نشده اند بسیار مسری است. این مقاله که به علائم آبله مرغان، عوارض آن و همچنین راه های پیشگیری از آن اشاره می کند، در قسمت تحقیقاتی بهترین آزمایشگاه تهران تهیه شده است.

علائم آبله مرغان چیست؟

بثورات تاولی خارش دار ناشی از عفونت آبله مرغان ۱۰ تا ۲۱ روز پس از قرار گرفتن در معرض ویروس ظاهر می شود و معمولاً حدود ۵ تا ۱۰ روز طول می کشد. بثورات پوستی قرمز و خارش دار معمولاً از شکم یا پشت و صورت شروع می شود. سپس تقریباً به همه جای دیگر بدن از جمله پوست سر، دهان، بازوها، پاها و اندام تناسلی گسترش می یابد.

بثورات با تعداد زیادی برجستگی قرمز رنگ که شبیه جوش یا نیش حشرات هستند شروع می شود. آنها در عرض ۲ تا ۴ روز به صورت امواج ظاهر می شوند، سپس به تاول هایی با دیواره نازک پر از مایع تبدیل می شوند. دیواره های تاول باز شده و زخم های باز باقی می گذارند که در نهایت پوسته پوسته می شوند و به پوسته های خشک و قهوه ای تبدیل می شوند.

علائم و نشانه های دیگری که ممکن است یک تا دو روز قبل از بثورات ظاهر شوند، عبارتند از:

- تب
- از دست دادن اشتها
- سردرد
- خستگی و احساس عمومی ناخوشی (بی حالی)

هنگامی که راش آبله مرغان ظاهر می شود، سه مرحله را طی می کند:

- برآمدگی های صورتی یا قرمز (پاپول) که در طی چند روز ایجاد می شوند
- تاول های کوچک پر از مایع (وزیکول) که در حدود یک روز تشکیل می شوند و سپس باز شده و نشت می کنند.
- پوسته ها و دلمه ها که تاول های باز شده را می پوشانند و چند روز دیگر بهبود می یابند

هر سه مرحله راش آبله مرغان (برجستگی های قرمز، تاول و دلمه) به طور همزمان روی بدن ظاهر می شود. بثورات ممکن است در کودکانی که سیستم ایمنی ضعیف یا اختلالات پوستی مانند اگزما دارند گسترش یابد یا شدیدتر باشد.

فرد مبتلا می تواند تا ۴۸ ساعت قبل از ظهور بثورات، ویروس را به افراد دیگر منتقل کند و تا زمانی که تمام تاول ها پوسته نشوند، ویروس مسری باقی می ماند.

کدام ویروس باعث آبله مرغان می شود؟

آبله مرغان توسط ویروس واریسلا زوستر (VZV) ایجاد می شود. این ویروس همچنین می تواند باعث ایجاد بثورات پوستی دردناکی به نام زونا (هرپس زوستر) در سنین بالاتر زندگی شود. بعد از اینکه فردی مبتلا به آبله مرغان شد، ویروس تا آخر عمر در سیستم عصبی غیرفعال می ماند. ویروس می تواند بعداً به صورت زونا دوباره فعال شود.

در کودکانی که در برابر آبله مرغان واکسینه می شوند، در سنین بالاتر احتمال ابتلا به زونا بسیار کمتر است.

آیا آبله مرغان مسری است؟

آبله مرغان بسیار مسری است. اکثر بچه هایی که خواهر یا برادرشان آلوده هستند نیز به آن مبتلا می شوند. فرد مبتلا به آبله مرغان می تواند ویروس را از راه های زیر منتشر کند:

- از طریق قطرات موجود در هوا با سرفه یا عطسه
- در مخاط، بزاق یا مایعات ناشی از تاول ها

آبله مرغان از حدود ۲ روز قبل از شروع بثورات تا زمانی که تمام تاول ها پوسته شوند، مسری است.

فرد مبتلا به زونا می تواند آبله مرغان (اما نه زونا) را به افرادی که به آبله مرغان مبتلا نشده اند یا واکسن آن را دریافت نکرده اند، انتقال دهد.

از آنجایی که آبله مرغان بسیار مسری است، کودکی که به آن مبتلا است باید در خانه بماند و استراحت کند تا زمانی که بثورات از بین رفته و تمام تاول ها خشک شوند در منزل بماند. این دوره معمولاً حدود ۱ هفته طول می کشد.

عوامل خطر ابتلا به آبله مرغان چه مواردی هستند؟

در افرادی قبلاً آبله مرغان نگرفته اند یا واکسن آبله مرغان را تزریق نکرده اند، خطر ابتلا به ویروس واریسلا زوستر که باعث آبله مرغان می شود، بیشتر است. واکسینه شدن برای افرادی که در مراکز مراقبت از کودک یا مدرسه کار می کنند بسیار مهم است.

اکثر افرادی که آبله مرغان داشته اند یا واکسن آبله مرغان زده اند در برابر آبله مرغان مصون هستند. گاهی ممکن است افرادی بیش از یک بار به آبله مرغان مبتلا شوند، اما این اتفاق نادر است. اگر شخصی واکسن زده آبله مرغان هم گرفته، اغلب علائم خفیف تر، با تاول های کمتر و تب خفیف یا بدون تب را تجربه می کند.

عوارض آبله مرغان چیست؟

آبله مرغان معمولاً یک بیماری خفیف است. اما می تواند جدی باشد و می تواند منجر به عوارضی زیر شود:

- عفونت های باکتریایی پوست، بافت های نرم، استخوان ها، مفاصل یا جریان خون (سپسیس)
- کم آبی بدن
- پنومونی
- التهاب مغز (انسفالیت)
- سندرم شوک سمی
- سندرم ری در کودکان و نوجوانانی که در هنگام آبله مرغان اسپرین مصرف می کنند
- مرگ

چه کسانی در معرض خطر عوارض شدید آبله مرغان قرار دارند؟

افرادی که در معرض خطر بیشتر عوارض آبله مرغان هستند عبارتند از:

- نوزادان
- نوزادانی که مادرانشان هرگز آبله مرغان یا واکسن آن را دریافت نکرده اند
- نوجوانان و بزرگسالان
- زنان بارداری که آبله مرغان نگرفته اند
- افرادی که سیگار می کشند
- افرادی که سیستم ایمنی آنها توسط داروها، مانند شیمی درمانی، یا بیماری مانند سرطان یا HIV ضعیف شده است.
- افرادی که داروهای استروئیدی را برای بیماری یا دیگری مانند آسم مصرف می کنند

آبله مرغان و بارداری

وزن کم هنگام تولد و ناهنجاری های اندام در میان نوزادان متولد شده از زنانی که در اوایل بارداری خود به آبله مرغان مبتلا شده اند، شایع تر است. هنگامی که مادری در هفته های قبل از تولد یا چند روز پس از زایمان به آبله مرغان مبتلا می شود، کودک او در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به یک عفونت جدی و تهدید کننده زندگی است.

آبله مرغان و زونا

اگر به آبله مرغان مبتلا شده اید، در خطر عارضه ای به نام زونا هستید. ویروس واریسلا زوستر پس از بهبود عفونت پوست در سلول های عصبی باقی می ماند. سال ها بعد، ویروس می تواند دوباره فعال شده و دوباره به صورت زونا ظاهر شود - مجموعه ای دردناک از تاول های کوتاه مدت. این ویروس بیشتر در افراد مسن و افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند ظاهر می شود.

درد زونا می تواند مدت زیادی پس از ناپدید شدن تاول ها ادامه یابد. این عارضه نورالژی پس از هرپس نامیده می شود و می تواند شدید باشد.

واکسن زونا برای بزرگسالانی که آبله مرغان داشته اند توصیه می شود. تزریق این واکسن برای افراد ۵۰ ساله و بالاتر، از جمله افرادی که قبلاً واکسن دیگری برای زونا (Zostavax) دریافت کرده اند، تایید و توصیه می شود.

پیشگیری از آبله مرغان چگونه انجام می شود؟

واکسن آبله مرغان (واریسلا) بهترین راه برای پیشگیری از آبله مرغان است. کارشناسان بهترین آزمایشگاه تهران تخمین می زنند که واکسن در تقریباً ۹۸٪ از افرادی که هر دو دوز توصیه شده را دریافت می کنند، محافظت کامل در برابر ویروس ایجاد می کند. هنگامی که واکسن محافظت کامل را ارائه نمی دهد، به طور قابل توجهی از شدت آبله مرغان می کاهد.

واکسن آبله مرغان (Varivax) برای موارد زیر توصیه می شود:

در ایالات متحده، کودکان دو دوز واکسن آبله مرغان را دریافت می کنند - اولین دوز بین ۱۲ تا ۱۵ ماهگی و دومی بین ۴ تا ۶ سال - به عنوان بخشی از برنامه واکسیناسیون معمول دوران کودکی.

این واکسن را می توان با واکسن سرخک، اوریون و سرخچه ترکیب کرد، اما برای برخی از کودکان بین ۱۲ تا ۲۳ ماهگی، این ترکیب ممکن است خطر تب و تشنج ناشی از واکسن را افزایش دهد.

کودکان ۷ تا ۱۲ ساله که واکسینه نشده اند باید دو دوز واکسن واریسلا را با فاصله حداقل سه ماه دریافت کنند. کودکان ۱۳ ساله یا بزرگتر که واکسینه نشده اند نیز باید دو دوز تکمیلی واکسن را با فاصله حداقل چهار هفته دریافت کنند.

بزرگسالان واکسینه نشده که هرگز آبله مرغان نداشته اند و در معرض خطر بالای قرار گرفتن در معرض این ویروس قرار دارند شامل کارکنان مراقبت های بهداشتی، معلمان، کارکنان مراقبت از کودکان، مسافران بین المللی، پرسنل نظامی، بزرگسالانی است که با کودکان خردسال زندگی می کنند و همه زنان در سنین باروری نیز باید این واکسن را دریافت کنند.

بزرگسالانی که هرگز آبله مرغان نگرفته اند یا واکسینه نشده اند معمولاً دو دوز از واکسن را به فاصله چهار تا هشت هفته دریافت می کنند. اگر به خاطر نمی آورید که آیا آبله مرغان گرفته اید یا واکسن زده اید، آزمایش خون می تواند ایمنی شما را مشخص کند.

واکسن آبله مرغان در موارد زیر تایید نشده است:

زنان باردار، افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند، مانند افرادی که به HIV آلوده هستند، یا افرادی که از داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی استفاده می کنند.

افرادی که به ژلاتین یا آنتی بیوتیک نئومایسین حساسیت دارند

آیا برای تشخیص آبله مرغان باید به بهترین آزمایشگاه تهران مراجعه کنیم؟

خیر برای تشخیص آبله مرغان نیازی نیست که به آزمایشگاه مراجعه کنیم. پزشکان معمولاً آبله مرغان را بر اساس بثورات پوستی تشخیص می دهند.

اگر شکی در مورد تشخیص وجود داشته باشد، آبله مرغان را می توان با آزمایش هایی، از جمله آزمایش خون یا کشت نمونه ضایعه، تایید کرد.

درمان آبله مرغان چگونه انجام می شود؟

در کودکان سالم، آبله مرغان معمولاً نیازی به درمان ندارد. پزشک ممکن است یک آنتی هیستامین برای تسکین خارش تجویز کند.

اگر فردی در معرض خطر بالای عوارض است پزشکان گاهی اوقات داروهایی را برای کوتاه کردن طول عفونت و کمک به کاهش خطر عوارض تجویز می کنند.

اگر شما یا فرزندتان در معرض خطر بالای عوارض هستید، پزشک ممکن است یک داروی ضد ویروسی مانند آسیکلوویر (Sitavig, Zovirax) را پیشنهاد کند. این دارو در صورت تجویز ظرف ۲۴ ساعت پس از اولین ظاهر شدن بثورات، می تواند شدت آبله مرغان را کاهش دهد.

در برخی موارد، پزشک ممکن است تزریق واکسن آبله مرغان را طی سه تا پنج روز پس از قرار گرفتن در معرض ویروس توصیه کند. این کار می تواند از بروز بیماری جلوگیری کند یا از شدت آن بکاهد.

در صورت بروز عوارض، پزشک درمان مناسب را تعیین خواهد کرد. او ممکن است برای عفونت های پوستی و ذات الریه آنتی بیوتیک تجویز کند. التهاب مغز (آنسفالیت) معمولاً با داروهای ضد ویروسی درمان می شود. ممکن است نیاز به بستری شدن در بیمارستان وجود داشته باشد.

برای کمک به کاهش علائم آبله مرغان، این اقدامات خودمراقبتی نیز توصیه میشوند:

از خاراندن بپرهیزید:

خاراندن می تواند باعث ایجاد اسکار، کندی بهبودی و افزایش خطر عفونی شدن زخم ها شود. اگر کودک نمی تواند خاراندن را متوقف کند:

- با دستکش دستان او را بپوشانید، مخصوصاً در شب
- ناخن های او را کوتاه کنید
- خارش و سایر علائم را از بین ببرید

راش آبله مرغان می تواند بسیار خارش دار باشد. این ناراحتی ها همراه با تب، سردرد و خستگی می تواند هر کسی را آزاد دهد. برای تسکین، سعی کنید:

یک حمام خنک با اضافه کردن جوش شیرین یا بلغور جو دوسر نپخته یا بلغور جو دوسر در آب، داشته باشید.

لوسیون کالامین روی تاولها میتواند کمک کند.

اگر زخم آبله مرغان در دهان ایجاد شود، یک رژیم غذایی نرم و ملایم داشته باشید.

آنتی هیستامین هایی مانند دیفن هیدرامین برای خارش توصیه می شود.

استامینوفن برای تب خفیف میتواند مناسب باشد.

اگر تب بیش از چهار روز طول کشید، با پزشک خود تماس بگیرید. و توجه داشته باشید که هرگز به کودکان و نوجوانان مبتلا به آبله مرغان آسپرین ندهید زیرا می تواند منجر به بیماری جدی به نام سندرم ری شود. قبل از دادن هر نوع داروی ضدالتهاب غیراستروئیدی (NSAID) - مانند ایبوپروفن به فردی که آبله مرغان دارد، با پزشک صحبت کنید. برخی از مطالعات نشان می دهد که این نوع دارو ممکن است منجر به عفونت های پوستی یا آسیب بافتی شود.

منابع:

[/https://kidshealth.org](https://kidshealth.org)

[/https://www.nhs.uk](https://www.nhs.uk)

<https://www.cdc.gov/chickenpox/about/index.html>

<https://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D8%B3%DB%AC%DA%A9%D9%A4%D9%A8%09%88%00%80%08%01>