



**ویروس ویست نایل (نیل غربی) چیست؟** ویروس وست نایل (WNV) نوعی flavivirus است که از گذشته در آفریقا، آسیا و خاور میانه وجود داشته است. این ویروس یکی از انواع ویروس هایی است که توسط گزش پشه ها منتقل می شود. این ویروس می تواند انسان ها، پرندگان، پشه ها، اسب ها و بعضی از دیگر حیوانات را مبتلا کند. WNV می تواند بیماری در سطح متوسط تا شدید ایجاد کند. اکثر افرادی که مبتلا به این ویروس می شوند، بیمار نمی شوند. بعضی از افراد بیماری شبیه به آنفولانزا دارند. در برخی موارد نادر، ویروس می تواند بر مغز و نخاع تأثیر بگذارد و سبب ایجاد التهاب مغز شده و می تواند کشنده باشد. WNV سبب افزایش آگاهی شما می شود - نیازی به دلهره و نگرانی نیست. عامل مهم در این میان، آگاهی نسبت به این ویروس و روش هایی برای پیشگیری از آن است. اقداماتی که انجام می دهید کمک می کنند از بروز سایر بیماری هایی نیز که به وسیله پشه ها منتقل می شوند، جلوگیری شود.

**WNV چگونه پخش می شود؟** WNV به طور کلی از طریق گزش پشه آلوده منتقل می شود. پشه ها هنگام تغذیه از پرندگان، آلوده می شوند و منتقل کننده WNV خواهند بود. پشه های آلوده با گزش می توانند WNV را به انسان ها و سایر حیوانات منتقل کنند. WNV از طریق تماس های معمولی مانند لمس کردن یا بوسیدن فردی که مبتلا به ویروس است، پخش نمی شود. در موارد بسیار محدودی WNV از طریق انتقال خون، پیوند عضو، تغذیه با شیر مادر و حتی در زمان بارداری از مادر به کودک منتقل می شود.

**عوارض WNV چیست؟** عوارض به طور معمول در روزهای 3 و 14 بعد از گزیده شدن توسط پشه آلوده بروز می کند. WNV می تواند سیستم عصبی مرکزی را تحت تأثیر قرار دهد. شدت عوارض در افراد مختلف با یکدیگر متفاوت است.

- در اکثر افراد هیچ عوارضی مشاهده نمی شود. تقریباً 80% از افرادی که با WNV آلوده می شوند، هیچ عوارضی ندارند و نمی دانند که مبتلا شده اند.
- در بعضی افراد کمی عفونت دیده می شود. حداکثر 20% از افرادی که آلوده می شوند عوارضی شبیه به آنفولانزای خفیف دارند، از جمله سردرد و درد بدن، تهوع، استفراغ و همچنین تورم غدد لنفاوی یا خارش پوست روی قفسه سینه، شکم و پشت. عوارض معمولاً چند روز باقی می ماند. به این بیماری "تب نیل غربی" گفته می شود.
- در تعداد کمی از افراد موارد عفونت حاد دیده می شود. در حدود یک نفر در هر 150 نفر از افراد آلوده به WNV دچار بیماری شدید مانند التهاب مغزی وست نایل، مننژیت وست نایل یا مننژوانسفالیت وست نایل می شود. این عوارض می توانند شامل سردرد، و همچنین گرفتگی گردن، گیجی و تب بالا باشند. این عوارض ممکن است چندین هفته یا حتی چند ماه طول بکشند. تأثیرات بر سیستم عصبی ممکن است دائمی باشد.
- WNV در موارد نادری سبب مرگ شده است.

**درمان WNV به چه صورت است؟** هیچ درمان خاصی برای عفونت WNV وجود ندارد. در موارد خفیف، افراد عوارضی مانند تب و درد دارند که خود به خود از بین می روند. در موارد شدیدتر، افراد ممکن است نیاز به بستری شدن در بیمارستان و درمان های دیگر از جمله تزریق وریدی، استفاده از دستگاه های کمک تنفسی و مراقبت توسط پرستار داشته باشند.

**اگر احساس کردید به WNV مبتلا شده اید، باید چه کاری انجام دهید؟** اگر فکر می کنید به WNV مبتلا شده اید، هرچه سریعتر به پزشک یا ارائه دهنده خدمات پزشکی مراجعه کنید. آنها می توانند تست های مورد نیاز برای تشخیص بیماری و درمان ناراحتی های شما را انجام دهند. بیماری خفیف WNV معمولاً خود به خود بهتر می شود. اگر عوارض شدیدتر بیماری WNV را دارید، مثلاً سردردهای غیر عادی شدید یا گیجی، فوراً به پزشک مراجعه کنید.

**چه کاری می توانم انجام دهم؟ با استفاده از 4 مورد زیر از خودتان مراقبت کنید.**

- هر روزه تمامی مدت از DEET استفاده کنید.
- هرگاه خارج از خانه هستید، از ضدحشرات حاوی DEET یا دیگر ضدحشرات مورد تأیید EPA استفاده کنید و دستورالعمل های موجود را دنبال کنید.
- لباس
- در بیرون از خانه لباس های بلند، گشاد و رنگ روشن بپوشید.
- تخلیه آب
- همه آب های راکد در خانه و اطراف خانه تان را تخلیه کنید.
- غروب و طلوع خورشید
- در زمان طلوع و غروب خورشید که پشه ها فعالیت بیشتری دارند، فعالیت های بیرون از خانه را محدود کنید.