

مرض الكوليرا.. أعراضه وكيفية الوقاية منه

29 سبتمبر، 2024



تنتشر الكوليرا في العديد من دول العالم النامي، خاصة في المناطق التي تعاني من نزاعات أو كوارث طبيعية، مثل بعض الدول في أفريقيا وآسيا.

تعد المناطق التي تفتقر إلى المياه النظيفة وأنظمة الصرف الصحي الجيدة أكثر عرضة لتفشي المرض، وفقا لتقارير منظمة الصحة العالمية.

يتم الإبلاغ عما يتراوح بين 1.3 و 4 ملايين حالة إصابة بالكوليرا سنويا، مع وفاة 21,000 إلى 143,000 شخص بسبب المرض.

مرض الكوليرا

الكوليرا مرض بكتيري ينتشر عادة من خلال المياه الملوثة، ويصيب الجهاز الهضمي ويسبب إسهالا حادا يمكن أن يؤدي إلى الجفاف والوفاة إذا لم يتم علاجه بسرعة.

تحدث الكوليرا نتيجة تناول طعام أو شرب ماء ملوث ببكتيريا *Vibrio cholerae*، وهي مشكلة صحية عامة في العديد من البلدان النامية،

حيث تكون الظروف الصحية سيئة ومرافق المياه غير آمنة.

أعراض الكوليرا

تشمل الأعراض الرئيسية للكوليرا:

- الإسهال الشديد والمائي:

يبدأ فجأة وقد يتسبب في فقدان كميات كبيرة من السوائل خلال وقت قصير، مما يؤدي إلى الجفاف.

- القيء:

قد يحدث بشكل متقطع، ويزيد من فقدان السوائل.

- التشنجات العضلية:

تحدث نتيجة فقدان الأملاح والمعادن.

- الجفاف الشديد:

يمكن أن يظهر في صورة جفاف الجلد والفم، انخفاض ضغط الدم، وتسارع ضربات القلب.

- فقدان الوزن السريع:

بسبب فقدان السوائل، يمكن أن يفقد المريض وزنه بشكل ملحوظ خلال فترة قصيرة.

- في بعض الحالات يمكن أن يكون المرض خفيفاً أو حتى دون أعراض، لكن في الحالات الشديدة يمكن أن يؤدي إلى الوفاة خلال ساعات إذا لم يُعالج.

كيفية انتقال الكوليرا

ينتقل المرض بشكل أساسي من خلال شرب ماء ملوث أو تناول طعام ملوث بالبكتيريا.

الأطعمة التي تُعد في ظروف غير صحية أو التي تُغسل بمياه ملوثة هي مصدر رئيسي للعدوى.

في المناطق التي تفتقر إلى مرافق الصرف الصحي النظيفة، يمكن أن تنتشر الكوليرا بسرعة خاصة في الأماكن المزدحمة مثل المخيمات أو المناطق الحضرية المكتظة.

الوقاية من الكوليرا
تتطلب الوقاية من الكوليرا اتخاذ إجراءات صحية صارمة تشمل:

- شرب مياه آمنة:

يجب على الأفراد استخدام مياه معقمة للشرب، والتي يمكن أن تكون مغلية، أو معالجة بالكلور، أو مياه معبأة.

- النظافة الشخصية:

غسل اليدين بالصابون والماء النظيف قبل تناول الطعام وبعد استخدام المراض. هذه الخطوة البسيطة تقلل من فرص انتقال العدوى.

- تجنب الطعام الملوث:

تجنب تناول الطعام من الباعة الجائلين، وتجنب تناول الأطعمة النيئة أو غير المطبوخة جيداً، أيضاً يجب غسل الفواكه والخضراوات بالمياه المعقمة قبل تناولها.

- التطهير الصحي:

التخلص الصحيح من الفضلات البشرية من خلال أنظمة الصرف الصحي المعتمدة يعد ضرورياً لمنع تلوث المياه وانتشار المرض.

- اللقاحات:

تتوافر لقاحات فموية فعالة تساعد في الوقاية من الكوليرا، مثل "Dukoral" و "Shanchol"، يُنصح بتلقي اللقاح للأشخاص الذين يعيشون أو يسافرون إلى مناطق معرضة لتفشي المرض.

علاج الكوليرا

العلاج الأساسي للكوليرا هو تعويض السوائل المفقودة بسرعة، ويكون ذلك من خلال شرب محاليل معالجة الجفاف عن طريق الفم أو في الحالات الشديدة، استخدام المحاليل الوريدية.

كما تستخدم المضادات الحيوية في بعض الحالات لتقليل مدة المرض وشدته، ولكن العلاج الفوري لتعويض السوائل هو الأكثر أهمية.

وفقاً لمنظمة الصحة العالمية (WHO) يؤدي العلاج المبكر إلى خفض نسبة الوفيات المرتبطة بالكوليرا إلى أقل من 1%، مما يبرز أهمية التشخيص السريع والعلاج المناسب.

