



قرنطینه خانگی برای سل Home Isolation for Tuberculosis (TB)

دیگران در برابر ابتلا به سل است. این قوانین بخشی از قانون بهداشت عمومی بی سی است. برای آگاهی بیشتر به

www.bclaws.ca/EPLibraries/bclaws_new/docum/ent/ID/freeside/00_08028_01 مراجعه کنید.

جداسازی خانگی به چه معنی است؟

- در خانه خود بمانید و از تماس با دیگران بپرهیزید
- داروهای سل را طبق دستور مصرف کنید، غذای سالم بخورید و زیاد استراحت کنید
- هنگامی که به پزشک مراجعه می‌کنید و زمانی که مراقبتگران بهداشتی به خانه شما می‌آیند، ماسکی بپوشید که بینی و دهانتان را بپوشاند
- در زمان سرفه، عطسه، یا خنده دهان و بینی خود را با دستمال کاغذی بپوشانید
- هوای اتاق محل اقامت را با باز گذاشتن پنجره (در صورتی که هوا مناسب باشد) تهویه کنید
- به تمام ارائه دهندگان جدید خدمات بهداشتی (مانند بهیاران آمبولانس) بگویید که سل و اگیردار دارید
- کسی به ملاقات شما نیاید، به ویژه کودکان و افرادی که سیستم ایمنی ضعیف دارند
- از اتوبوس، قطار، تاکسی یا هواپیما استفاده نکنید
- به مکان‌های عمومی مانند محل کار، مدرسه، کلیسا، فروشگاه، مرکز خرید، رستوران یا سینما نروید
- به قرارهای غیرفوری (مانند دندانپزشک یا آرایشگاه) نروید تا زمانی که جداسازی خانگی شما تمام شود

چه مدت باید در جداسازی خانگی بمانم؟

مدت زمان لازم برای جداسازی خانگی برای هر شخصی متفاوت است. مراقبتگر بهداشتی به شما خواهد گفت که چه مدتی باید در خانه بمانید. آزمایش خلط شما به مراقبتگر بهداشتی کمک می‌کند تا بفهمد چه زمانی جداسازی خانگی را متوقف کند. خلط به موادی گفته می‌شود که شما هنگام سرفه از عمق ریه‌ی خود بیرون می‌دهید. اگر دارو مصرف کنید، از سل بهبود خواهید

اگر مبتلا به سل و اگیردار (TB فعال و اگیردار) تشخیص داده شده‌اید، ممکن است مراقبتگر بهداشتی به شما بگوید که نیاز به جداسازی خانگی (قرنطینه) دارید. جداسازی خانگی به معنی پرهیز از تماس با دیگران است. جداسازی خانگی از سرایت سل به دیگران جلوگیری می‌کند. کودکان کم سن و افراد دارای سیستم ایمنی ضعیف در معرض بیشترین خطر ابتلا به بیماری سل هستند.

سل (TB) چیست؟

سل، که TB نیز نامیده می‌شود، یک بیماری خطرناک است که ناشی از یک باکتری است که در ریه‌های فرد مبتلا به سل و اگیردار می‌باشد و هنگامی که او سرفه یا عطسه می‌کند، آواز می‌خواند یا حرف می‌زند از طریق هوا منتشر می‌شود.

معمولاً سل بر ریه‌ها تأثیر می‌گذارد اما می‌تواند بر سایر اعضای بدن مانند غدد، استخوان، مفاصل، کلیه، مغز و اندام‌های تناسلی هم اثر بگذارد.

سل درمان‌پذیر است. در بریتیش کلمبیا، داروهای پیشگیری یا درمان سل، از طریق کلینیک‌های خدمات استانی سل و واحدهای بهداشت همگانی به صورت رایگان داده می‌شود.

برای آگاهی بیشتر درباره سل به HealthLinkBC **File #51a سل (TB)** مراجعه کنید.

جداسازی خانگی چیست؟

جداسازی خانگی حالتی است که فرد باید در خانه بماند زیرا مبتلا به یک بیماری و اگیردار مانند سل است. اگر شما در جداسازی خانگی به سر می‌برید یعنی شما آنقدر بیمار نیستید که نیاز به مراقبت در بیمارستان داشته باشید اما ممکن است سل را به دیگران منتقل کنید.

جداسازی خانگی به پیشگیری از انتشار سل کمک می‌کند چون شما در خانه و دور از دیگران باقی می‌مانید. در بی‌سی، قوانینی برای محدود کردن فعالیت افراد مبتلا به سل و اگیردار وجود دارد. این قوانین برای حفاظت از

یافت. وقتی آزمایش‌ها نشان دهد که بیماری شما دیگر واگیردار نیست، می‌توانید کارهایی را که قبل از بیماری انجام می‌داده‌اید دوباره انجام دهید.

برای آگاهی بیشتر درباره گرفتن اخلاط به [HealthLinkBC File #51b](#) خلط گرفتن برای آزمایش سل.

چگونه می‌توانم خانواده و دوستان خود را در برابر سل محافظت کنم؟

شما می‌توانید با پیروی از دستورهای جداسازی خانگی و مصرف داروهای سل از خانواده و دوستان خود محافظت کنید. همچنین می‌توانید با آزمایش کردن اعضای خانواده و دوستان خود برای سل از آنها محافظت کنید.

اگر نیاز باشد جایی بروم چه کار کنم؟

جداسازی خانگی یعنی شما باید در خانه بمانید مگر آنکه نیاز به مراقبت درمانی داشته باشید.

اگر به ویزیت پزشک می‌روید، به کلینیک بگویید که شما تحت جداسازی خانگی برای سل هستید. باید تا زمانی که به خانه برمی‌گردید ماسک بپوشید. اگر در مسیر داخل خودرویی هستید که دیگران هم هستند، شیشه‌ها را تا حد ممکن باز نگه دارید.

اگر نیاز به مراقبت درمانی فوری داشته باشم چه کار کنم؟

حتماً به ارائه دهندگان خدمات بهداشتی (بهباران، پزشکان، پرستاران) بگویید که سل واگیردار دارید. این کار به آنها کمک می‌کند تا خودشان و افراد نزدیک را محافظت کنند.

آیا ممکن است سل از طریق دست دادن، بوسیدن یا رابطه جنسی به دیگران منتقل شود؟

سل از طریق تماس جسمی مستقیم، از قبیل دست دادن، بوسیدن، یا رابطه جنسی منتقل نمی‌شود. هنگامی که فرد مبتلا به سل واگیردار سرفه یا عطسه کند، آواز بخواند یا صحبت کند، سل از طریق هوا منتقل می‌شود. اگر اغلب در تماس مستقیم با شخصی باشید که مبتلا به سل است، خطر ابتلا به بیماری برای شما وجود دارد.

آیا ممکن است سل از طریق ظروف، لباس، ملحفه یا مبلمان به دیگران منتقل شود؟

سل از طریق استفاده مشترک از لیوان، ظرف، لوازم آشپزخانه، لباس، ملحفه، مبلمان یا توالت منتقل نمی‌شود. این لوازم نیاز به تمیز کردن خاصی ندارند.

آیا می‌توانم بدون پوشیدن ماسک بیرون از خانه وقت بگذارم؟

با مراقبتگر بهداشتی خود مشورت کنید تا بدانید که آیا آنقدر خوب شده‌اید که بیرون بروید یا خیر. وقتی بیرون هستید الزامی به پوشیدن ماسک ندارید اما باید از دیگران دور بایستید.

ماسک‌ها و دستمال‌های کاغذی را که استفاده می‌کنم چگونه دور بیندازم؟

ماسک و دستمال کاغذی استفاده شده را می‌توانید در زباله‌های عادی بیندازید. حتماً و به ویژه پس از برداشتن ماسک یا استفاده از دستمال کاغذی، دست‌های خود را به طور مکرر بشویید. برای آگاهی بیشتر درباره روش صحیح شستن دست به [HealthLinkBC File #85](#) شستن دستها: به جلوگیری از شیوع آلودگیها کمک کنید مراجعه کنید.



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority