

## بیماری های منتقله توسط آب:

### نقش آب در انتقال بیماری ها

بیماری هایی که در اثر افزایش یا کمبود املاح محلول، موجود در آب آشامیدنی بروز می کند. بیماری هایی که آب وسیله انتقال آنها است. بیماری هایی که آب، محیط پرورش میزبان یا عامل سببی آنها است. بیماری هایی که آب به صورت غیرمستقیم در انتشار آنها نقش دارد.

از مهمترین بیماری هایی که آب وسیله انتقال آنهاست می توان به وبا، تب روده، شیگلوز، تولارمی، توبرکولوزیس، لپتوسپیروز و آمیبیاز اشاره کرد.

برای پیشگیری از ابتلا به این بیماری ها:

- ۱- در هنگام مسافرت از آبهای بسته بندی شده استفاده نمایید.
- ۲- یخ مصرفی را از محل های بهداشتی و مطمئن تهیه کنید.
- ۳- از نوشیدن آب های مشکوک درجاده ها، پارک ها و باغ ها اجتناب کنید.
- ۴- چنانچه ناچار به استفاده از آب رودخانه و دریاچه هستید، موارد ذیل را رعایت نمایید:  
الف) ابتدا آب را در ظرفی برای مدتی ساکن بگذارید تا ناخالصی های آن ته نشین شود و یا از یک حوله تمیز آب را عبور دهید.  
ب) آن را برای مدت ۳ دقیقه بجوشانید. (اگر در ارتفاعات هستید ۱۰ دقیقه بجوشانید).  
ج) از قرص های ضد عفونی کننده یا فیلترهای تصفیه آب مطابق با راهنمای آن ها می توانید استفاده کنید.
- ۵- از آب رودخانه ها و جویبارها جهت نوشیدن، پخت غذا و شستشوی سبزی، میوه و ظروف و البسه استفاده نکنید.
- ۶- آب را در ظروف تمیز نگهداری کنید و در پوش مناسب روی آن قرار دهید.

**مهندس «عزت اله رضایی» کارشناس بهداشت محیط معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز**