



## Department of Health

50 Lonsdale Street  
Melbourne Victoria 3000  
Telephone: 1300 650 172  
GPO Box 4057  
Melbourne Victoria 3001  
www.health.vic.gov.au  
DX 210081

والدین و مراقبت کنندگان محترم

من برای شما می نویسم تا به شما اطلاع دهم که ما شاهد مبتلا شدن بیش از حد معمول بسیاری اطفال در مراکز مراقبت اطفال به اسهال و استفراق (gastroenteritis [or gastro]) در این زمان از سال هستیم.

بیشتر اسهال و استفراق در مراکز مراقبت اطفال و ویروسی است و عفونت به خودی خود برطرف می شود. با این حال، این مرض ممکن است برای بعضی از افراد مانند افراد مسن یا نوزادان عواقب شدیدتری داشته باشد. اگر نگران طولانی شدن یا شدت علائم مرض هستید، لطفاً با شماره تلفن 1300 60 60 24 با NURSE-ON-CALL (پرستار نوکریوال) هر وقتی که می توانید تماس بگیرید یا به داکتر فمیلی خود مراجعه کنید.

این عفونت بسیار به آسانی شیوع می یابد، بنابراین من می خواهم که شما از علائم آن آگاه باشید و بدانید که چگونه از همه افراد خانواده خود مراقبت کنید. و مهمتر اینکه چگونه می توان از انتقال این عفونت به دیگران جلوگیری کرد.

ظاهر شدن علائم ممکن است تا سه روز طول بکشد و معمولاً بین یک یا دو روز و گاهی طولانی تر دوام می کند.

- علائم آن شامل حالت دلبدی، استفراق، اسهال، تب، درد شکم، سردردی و دردهای عضلانی است. این علائم ممکن است در افراد مسن و بسیار خرد شدیدتر باشد.

راههای کمک به جلوگیری از شیوع این مرض:

- دست های خود را با آب و صابون حداقل برای 20 ثانیه بشویید تا از گسترش عفونت جلوگیری کنید.
- اگرچه ضد عفونی کننده های الکولی دست در برابر ویروس کرونا موثر است، اما در برابر بسیاری از ویروس های ایجاد کننده اسهال و استفراق موثر نیست.
- اطمینان حاصل کنید که اطفال به نوشیدن مایعات در هنگام مریضی ادامه دهند تا از کمبود آب بدن به اثر استفراق یا اسهال جلوگیری شود.
- بطور منظم سطح ها، درازچوکی ها، حمام و اسباب بازیها را پاک کنید تا عفونت به افراد دیگر در خانه شما سرایت نکند.
- اگر کسی به استفراق یا اسهال مبتلا است، همه باید تا 48 ساعت بعد از توقف علائم مرض در خانه بمانند، زیرا همه شما ممکن است در این مدت عفونت را سرایت دهید.
  - این بدان معنی است که اطفالی که به مکاتب دیگر می روند باید در خانه بمانند، و شما نیز باید به کار نروید و در خانه بمانید.
  - لطفاً هنگامی که این مریضی در خانه شما است از هیچ خانواده و دوستان تان دیدار نکنید و تا 48 ساعت بعد از بهتر شدن به شفاخانه یا مرکز مراقبت سالمندان جهت دیدن کسی نروید.

گرچه این عفونت احتمالاً فقط چند روز طول خواهد کشید، انتقال آن به افراد دیگر بسیار ناخوشایند و بسیار آسان است، بنابراین لطفاً برای محافظت از خانواده خود و خانواده های دیگر این توصیه های ذکر شده را دنبال کنید.

با احترام

Adjunct Clinical Professor Brett Sutton

افسر ارشد صحت

وزارت صحت

19 مارچ 2021

