

سورشناسه	: آریانزاد، حبیب اله، ۱۳۴۵ -
عنوان و نام پدیدآور	: سلامت در سفر / تألیف حبیب الله آریانزاد.
مشخصات نشر	: مریوان: انتشارات زایه‌له، ۱۳۹۶
مشخصات ظاهری	: ۲۸ص: مصور (رنگی)، ۵/۱۴×۵/۲۱ س.م.
شابک	: 978-600-97560-0-1
وضعیت فهرست نویسی	: فیفا
موضوع	: مسافرت -- جنبه‌های بهداشتی
موضوع	: Travel -- Health aspects
موضوع	: کردستان
موضوع	: Kurdistan
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۶ ۸س ۴۱/۷۸۳/۵RA
رده بندی دیویی	: ۶ ۳/۶۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۶۶۱

شناسنامه

عنوان : سلامت در سفر
موضوع : تندرستی
گردآوری و تألیف : حبیب اله آریانزاد
چاپ اول : ۱۳۹۶
ناشر : انتشارات زایه‌له با همکاری دانشگاه علوم پزشکی کردستان
حروفچینی : علیرضا پنجویی (زرنگار)
چاپ : چاپخانه حافظ مریوان
تیراژ : ۱۰۰۰

با تشکر فراوان از مساعدت بزرگواران: دکتر محمد کریمی ، مهندس محمد جمیل امجدی،
مهندس علی کریمی



مریوان. خیابان بهزیستی، تقاطع داسیران ۲

فهرست :

۴	 مقدمه
۵	 استان کردستان در یک نگاه
۶	 اصول بهداشت فردی
۸	 تیفوئید (حصبه)
۹	 وبا (التور)
۱۰	 مایه خوردگی
۱۱	 آنزوانزا
۱۴	 ایدز
۱۵	 هاری
۱۶	 هیپاتیت
۱۸	 کوروناویروس
۲۰	 کلرزنی آب
۲۱	 سالمسازی سبزیجات
۲۲	 جدول واکسیناسیون

بدون شک گسترش بیماریهای عفونی از یک نقطه دنیا به سایر کشورها پدیده جدیدی نیست ولی در دهه های اخیر عواملی چند امکان وقوع و گسترش بیماریهای عفونی از یک کشور به سایر کشورهای دنیا را بالقوه تسهیل و افزایش داده اند که بخش عمده این عوامل عبارتند از: حرکات جمعیتی (توریسم و مهاجرت) رشد تجارت جهانی مواد غذایی، وقوع تغییرات بیولوژیکی، اجتماعی و محیطی مرتبط با شهرنشینی، تغییرات آب و هوایی، تغییرات گسترده در روشهای فرآوری مواد غذایی و...

آمارها نشان می دهند که در سال ۲۰۰۸ بیش از ۹۰۰ میلیون مسافرت بین المللی انجام گرفته و برآورد شده است که این رقم در سال ۲۰۲۰ به ۱/۶ میلیارد نفر برسد. مسافرت های جهانی در این مقیاس نشان از رشد و توسعه بشر در زمینه های مختلف تکنولوژی، توریسم، تجارت و... دارد.

چنین پدیده ای باعث می شود افراد بیشتری در معرض طیفی از تهدیدات سلامت، عوامل مختلف بیماری، تغییرات آب و هوایی، رطوبت و... قرارگیرند که این عوامل میتوانند منجر به بیماری و مرگ شوند، اما برعکس، خطرات با رعایت احتیاط های لازم قبل، حین و بعد از سفر می توانند به حداقل برسند.

هدف از تهیه این کتابچه ارائه پیکار و توصیه های بهداشتی و همچنین معرفی تعدادی از بیماری ها و خطراتی است که ممکن است در سفر، سلامت شما را به خطر بیندازند. ضمن آرزوی سفر و اقامتی خوش برای شما و همراهانتان توجه شما را به توصیه ها و پیام های بهداشتی تاثیر گذار بر سلامت جلب می نمایم.

