

## گال

این بروشور توضیحاتی درباره گال ارائه می‌کند. همچنین روش درمان آن به وسیله قرص را شرح می‌دهد.

### گال چیست؟

گال نوعی بیماری پوستی است. این بیماری باعث ایجاد خارش شدید می‌شود. میزان خارش به ویژه در هنگام شب بیشتر می‌شود. عامل گال، موجود کوچکی است که زیر پوست شما زندگی می‌کند. گال بسیار آزاردهنده است ولی خطرناک نیست.

### فرد چگونه به گال دچار می‌شود؟

گال ممکن است از راه‌های زیر از فرد دیگری که دچار گال است به شما منتقل شود:

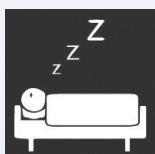
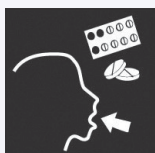
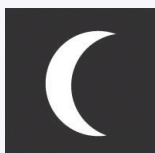
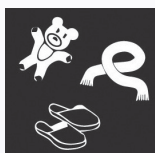
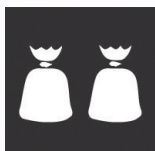
- داشتن تماس پوستی بیش از 15 دقیقه با فرد دچار گال و با:
  - در آغوش گرفتن
  - دست دادن
  - داشتن رابطه جنسی
- خوابیدن در رختخواب مشترک
- نشستن روی رختخواب مشترک
- پوشیدن لباس‌های دیگران

### گال چگونه درمان می‌شود؟

گال خود به خود برطرف نمی‌شود. آن را می‌توان به راحتی با دارو برطرف کرد. همچنین باید لباس‌ها و رختخواب خود را کاملاً تمیز کنید. اگر شما دچار گال باشید، فرزندان/همسر/هم-اتاق‌های شما نیز باید به پزشک مراجعه کنند.

درمان با قرص در صفحه 2 شرح داده شده است.

## درمان با قرص



### روز 1. روز و تاریخ: .....

#### لباس‌های شما

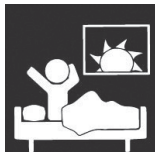
- لباس‌هایی را که طی 3 روز گذشته پوشیده بودید جمع کنید و آنها را در کیسه پلاستیکی قرار دهید.
- اگر لباس کافی ندارید، موضوع را با COA (1) در میان بگذارید.
- لباس‌هایی را که نمی‌توانید با آب 60 درجه سانتی‌گراد بشویید (مانند کت، کفش و اسباب‌بازی‌های نرم) را در کیسه پلاستیکی جداگانه‌ای بریزید. این کیسه را 3 روز بسته نگه دارید. بدین ترتیب عامل بیماری از بین می‌رود.

#### عصر

- همه قرص‌ها را با هم با یک لیوان آب در هنگام عصر مصرف کنید. 2 ساعت پیش و پس از مصرف قرص از خوردن و آشامیدن بپرهیزید (نوشیدن آب اشکالی ندارد).
- لباس و حوله تمیز برای صبح فردا آماده کنید.

#### خواب

# مراقبت‌های بهداشتی ویژه پناهجویان در هلند



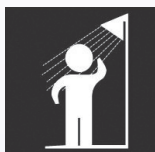
## روز 2. روز و تاریخ:

آماده کردن



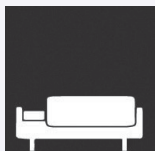
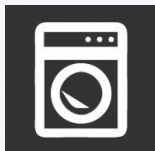
رختخواب

- ملافه و روبالشی را از رختخواب جدا کنید.
- ملافه و روبالشی را در کیسه پلاستیکی قرار دهید.
- کیسه پلاستیکی را به (1) COA تحویل دهید.



دوش گرفتن

- دوش بگیرید.
- خود را با حوله تمیز خشک کنید و لباس‌های تمیز بپوشید.
- حوله و لباس‌هایی که در هنگام خواب به تن داشتید را به همراه لباس‌های درون کیسه پلاستیکی در ماشین لباسشویی بریزید.
- این لباس‌ها را با آب 60 درجه سانتی‌گراد بشویید.



آماده کردن رختخواب

- (1) COA رختخواب تمیز در اختیار شما قرار می‌دهد.
- رختخواب خود را آماده کنید.

## روز 4. روز و تاریخ:

امروز، دوباره می‌توانید از لباس‌های خود و وسایل درون کیسه پلاستیکی استفاده کنید.

### ادامه

(2) درباره ادامه کار توضیحات لازم را به شما ارائه می‌کند. خارش ممکن است تا 4 هفته پس از مصرف دارو ادامه پیدا کند. این طبیعی است. می‌توانید داروی خارش را از پزشک خود درخواست کنید.

- (1) COA : اداره مرکزی پذیرش پناهجویان  
(2) GCA : مرکز بهداشت پناهجویان