

گال

این بروشور توضیحاتی درباره گال ارائه می‌کند. همچنین روش درمان آن به وسیله پماد 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/هم‌اتاق‌های شما نیز باید به پزشک مراجعه کنند.

درمان با پماد در صفحه 2 شرح داده شده است.

درمان با پماد

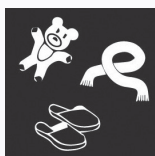


روز 1. روز و تاریخ:



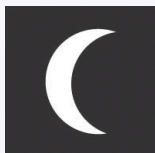
لباس‌های شما

- 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

- لباس و حوله تمیز برای صبح فردا آماده کنید.



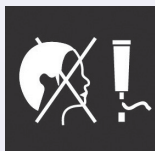
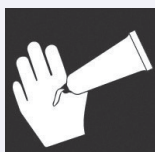
گرفتن ناخن

- ناخن‌های دست و پای خود را بگیرد.

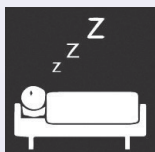


مالیدن پماد

- پماد را روی کل بدن خود از چانه تا زیر ناخن‌ها بمالید. هیچ بخشی از بدن را فراموش نکنید.
- از فرد دیگری بخواهید که پماد را به پشت شما بمالد. این فرد باید دستکش بپوشد.
- پماد را روی سر یا صورت نمالید.
- از مالیدن پماد روی غشای مخاطی ناحیه تناسلی بپرهیزید.
- مقداری پماد به ناحیه بین کفل‌ها بمالید.
- اجازه بدهید پماد در مدت شب (حداقل 8 ساعت) روی پوست شما بماند.
- پس از شستن دستها، دوباره به دستها و زیر ناخن‌ها پماد بمالید.



خواب



(1) COA اداره مرکزی پذیرش پناهجویان

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 COA(1) 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

- COA(1) 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

GCA(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 پناهمجویان.
(2) GCA: مرکز بهداشت پناهمجویان