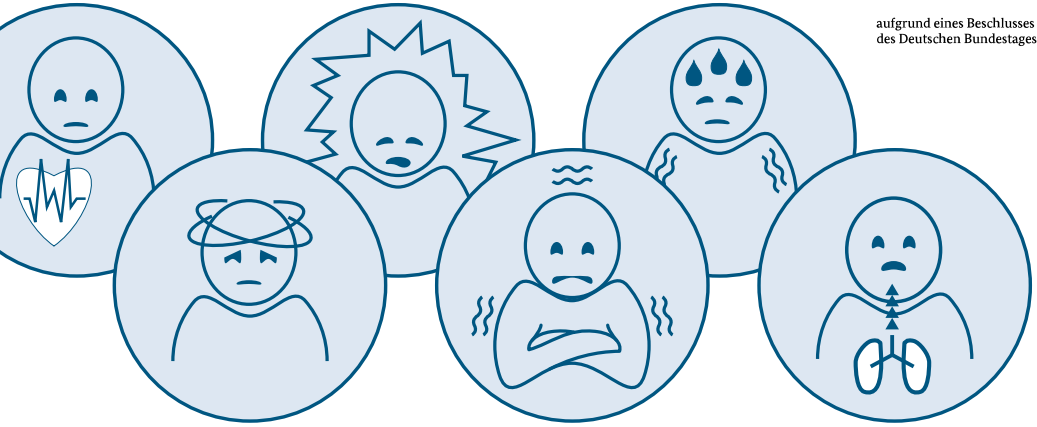


اطلاعات مخصوص بیماران

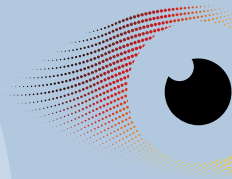
Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



**دانستن در مورد سپسیس برای همه مهم است!
آنچه شما باید در مورد سپسیس بدانید.**



DEUTSCHLAND
**ERKENNT
SEPSIS**

Eine Initiative des
Aktionsbündnis Patientensicherheit
und seiner Partner



AKTIONSBÜNDNIS
PATIENTENSICHERHEIT



فهرست

| | |
|----|-------------------------------------|
| ۳ | مقدمه |
| ۶ | ۱ سپسیس یا مسمومیت خونی چیست؟ |
| ۸ | ۲ هر کس ممکن است به سپسیس دچار شود! |
| ۱۰ | ۳ سپسیس چه زمانی ایجاد می‌شود؟ |
| ۱۰ | ۴ آیا به سپسیس دچار شده‌ام؟ |
| ۱۳ | ۵ معالجه |
| ۱۳ | ۶ پیامدهای طولانی سپسیس |
| ۱۶ | ۷ جلوگیری از سپسیس |
| ۱۸ | ۸ اطلاعات بیشتر |
| ۱۹ | ۹ فهرست منابع |
| ۲۰ | حق داده‌های چاپی |
| ۲۲ | نظرات و بازخوردها |

مقدمه

سپسیس که در میان مردم به عنوان مسمومیت خون نیز شناخته می‌شود، شدیدترین شکل عفونت است. در سپسیس، واکنش دفاعی بدن در برابر عفونت به بافت‌ها و اندام‌های خود آسیب می‌رساند.

سپسیس یک ناراحتی بسیار اضطراری است. تشخیص زودهنگام و درمان آن جان انسان‌ها را نجات می‌دهد!

بسیاری از مبتلایان به سپسیس در خارج از بیمارستان به این ناراحتی دچار می‌شوند. با این حال، اکثر مردم نمی‌دانند سپسیس چیست و یا چه علائم اولیه‌ای نشان دهنده سپسیس می‌باشند. در آلمان سالیانه حدود ۷۵۰۰۰ نفر در اثر سپسیس جان خود را از دست می‌دهند. سپسیس در حال حاضر پس از بیماری‌های قلبی عروقی و سرطان، سومین علت شایع مرگ در آلمان است. هر سال حدود ۱۱ میلیون نفر در سراسر جهان بر اثر سپسیس از دنیا می‌روند. به این ترتیب این بیماری اهمیت اجتماعی و اقتصادی جدی دارد. سازمان بهداشت جهانی در سال ۲۰۱۷ سپسیس را به عنوان یک تهدید جهانی طبقه بندی کرد. در نتیجه، در قطعنامه این سازمان بر اهمیت خاص بهبود اقداماتی برای پیشگیری، تشخیص و مدیریت سپسیس تاکید شد.

سه توصیه ما* در رابطه با سپسیس برای گروه های هدف زیر ایجاد شده است:

- جمعیت عمومی
 - پزشکان، پرستاران و اعضای سایر مشاغل بهداشتی
 - مدیریت مراکز درمانی سرپایی و بستری
- هدف این توصیه‌ها افزایش حساسیت به سپسیس و ارائه اطلاعات به گروه هدف در مورد این مرض، علل، علائم، و گزینه‌های درمان و پیشگیری است.

ضرورت چنین توصیه‌هایی به ویژه زمانی آشکار می‌شود که ویروس‌های جدیدی مانند SARS-CoV-2, اوبولا یا مرس بروز کنند که در اصل می‌توانند باعث سپسیس نیز شوند. اما صرف‌نظر از همه‌گیری‌های ناشی از پاتوژن‌های جدید، این سوال که «آیا فرد به سپسیس دچار است؟» همیشه باید در همه مراحل حاد بیماری مطرح شود. امیدواریم که توصیه‌های ما در راستای اقدام به نجات جان انسان‌ها و کاهش عواقب سپسیس تاثیرگذار باشند.

دانستن درباره سپسیس برای همه مهم است!

*توصیه‌هایی را که مخاطب آنها پزشکان، پرستاران و اعضای سایر حرفه‌های بهداشتی و همچنین مدیریت در مراکز مراقبت‌های بهداشتی سرپایی و بستری می‌باشند، می‌توان در آدرس زیر مطالعه کرد: <https://www.aps-ev.de/handlungsempfehlungen/>

۱ سپسیس چیست؟

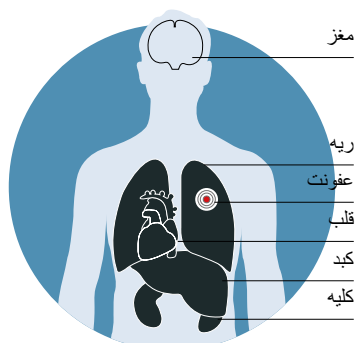
آنچه که در اصطلاح عمومی به عنوان مسمومیت خون شناخته شده است، در اصطلاح پزشکی سپسیس نامیده می‌شود. سپسیس یک بیماری تهدید کننده زندگی است که اغلب کشنده است.

سپسیس همیشه اضطراری است!

درمان فوری بیمارستانی زندگی فرد را نجات می‌دهد!

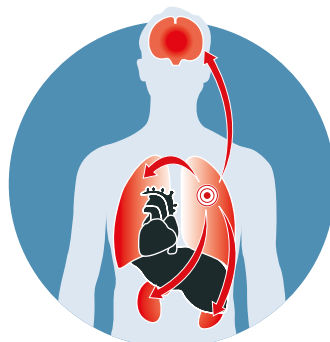
گسترش عفونت موضعی در سراسر بدن

یک التهاب موضعی، مانند ذات الریه یا عفونت شدید در بافت‌های نرم (زخم عفونی، تورم قرمز) بر مکانیسم دفاعی بدن غلبه می‌کند. میکروارگانیسم‌های مهاجم و سمومی که تولید می‌کنند باعث واکنش شدید سیستم ایمنی می‌شوند.



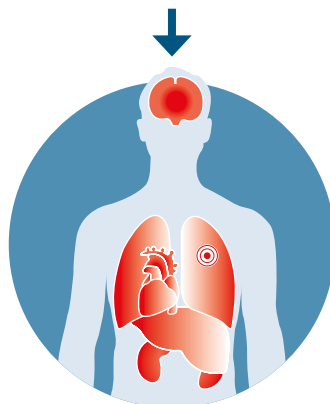
سپسیس

این واکنش دفاعی می‌تواند آنقدر قوی باشد که بدن دیگر نتواند آن را کنترل کند. پاسخ ایمنی نامنظم می‌تواند منجر به آسیب و تخریب بافت‌ها و اندام شود و آنها را از بین ببرد. این فرایند تخریبی با نام سپسیس شناخته می‌شود.



شوک سپتیکی و نارسایی چند عضوی

نارسایی قلبی عروقی ممکن است با کاهش ناگهانی فشار خون ایجاد شود که به آن «شوک سپتیکی» نیز می‌گویند. در نتیجه، ارگان‌های حیاتی بدن به تدریج یا به طور همزمان از کار می‌افتند. چنین نارسایی چند عضوی اغلب منجر به مرگ می‌شود.



۲ هر کسی ممکن است به سپسیس دچار شود!

در سرتاسر جهان در هر ۳ ثانیه یک نفر بر اثر سپسیس جان خود را از دست می‌دهد.^۱

در آلمان^۲

◀ سالیانه در حدود ۷۵۰۰۰ نفر بر اثر سپسیس از دنیا می‌روند. این سومین علت شایع مرگ پس از بیماری‌های قلبی عروقی و سرطان است.

◀ تقریباً ۳۲۰۰۰۰ نفر سالانه به سپسیس مبتلا میشوند. این با تعداد ساکنان شهر بن مطابقت دارد.

◀ ۸۰٪ موارد سپسیس خارج از بیمارستان رخ می‌دهند.

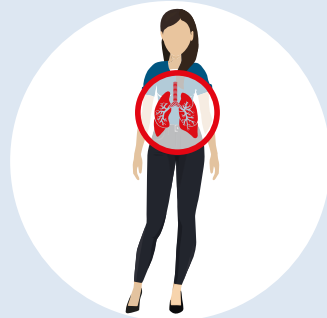
◀ با تشخیص و درمان زودهنگام، واکسیناسیون و پیشگیری از عفونت‌های بیمارستانی، می‌توان از ۲۰۰۰۰ مرگ ناشی از سپسیس جلوگیری کرد.

هر کسی ممکن است به سپسیس مبتلا شود. گروه‌های خاصی بیشتر در معرض این خطر هستند.

گروه‌هایی که در خطرند



افرادی که سیستم ایمنی
ضعیفی دارند، مانند
دیابت، سرطان، بیماران
دیالیزی یا ایدز



افراد مبتلا به بیماری‌های
مزمن ریوی، کبد
یا قلب



افراد بدون طحال



افراد مسن بالاتر از ۶۰ سال



کودکان کمتر از ۱ سال

۳ سپسیس چه زمانی ایجاد می‌شود؟

سپسیس همراه با عفونت رخ می‌دهد. به بیانی دیگر، سپسیس جدی‌ترین عارضه عفونت است.

سپسیس ممکن است در موارد زیر بروز کند:

- ابتلا به ذات‌الریه.
- ابتلا به عفونت ادراری.
- داشتن التهاب در شکم.
- پس از عمل جراحی.
- با زخم پوستی (ساییدگی، نیش پشه خراشیده شده).
- از طریق لوله‌ها یا دستگاه‌های موجود در بدن.
- (مانند کاتترهای دائمی / پورت، پروتزهای مفصلی، ضربان‌سازها).

۴ آیا به سپسیس دچار شده‌ام؟

علائم سپسیس در ابتدا نامشخص است و به سختی می‌توان آن را از آنفولانزای معمولی تشخیص داد.

اگر حداقل دو مورد از علائم زیر وجود داشته باشند، ممکن است فرد به سپسیس دچار شده باشد (شکل‌های ۳ و ۴ را ببینید):

علائم سپسیس در بزرگسالان و کودکان

سردرگمی یا سرگردانی



تب و لرز



سردرگمی یا تغییر در طبیعت رفتاری
«متفاوت از همیشه است»، «کاملاً تغییر کرده است»

تنگی نفس، تنفس سریع



نبض تند، ضربان قلب



تنفس شدید
(≥ 22 نفس در دقیقه)

درد، ناراحتی شدید



پوست مرطوب، عرق کردن، ضعف



احساس بیماری شدید
«حال خیلی بد»، «هرگز تا این حد احساس بیماری نکرده‌ام» / درد شدید

علائم سپسیس در نوزادان

- ← احساس سرما و تب غیر طبیعی
- ← سخت نفس کشیدن
- ← استفراغ مکرر و / یا اسهال
- ← کند شدن واکنش‌ها / حرکات
- ← بی‌اشتهایی / عدم تشنگی
- ← تشنج



شکل ۴ «علائم سپسیس در نوزادان»، منبع: تجسم خود، بر اساس اصلاحات بنیاد سپسیس.

انجمن ایمنی بیماران توصیه می‌کند:

اگر حداقل دو علامت سپسیس را مشاهده می‌کنید، بلافاصله با اورژانس تماس بگیرید!

از پزشکان یا مرکز نجات پرسید:

«ممکن است سپسیس باشد؟»

و اجازه ندهید که شما را رد کنند!

با اورژانس
تماس بگیرید:

۱۱۲

۵ معالجه سپسیس

اگر تشخیص سپسیس در بیمارستان تایید شود، ممکن است انتقال به بخش مراقبت‌های ویژه صورت گیرد.

درمان باید در اسرع وقت پس از تشخیص شروع شود. درمان شامل اقدامات زیر است:

- برای کشت سلولی، خون گرفته می‌شود!
- برای اندازه‌گیری موارد مختلف، خون گرفته می‌شود!
- به شما آنتی بیوتیک داده می‌شود.
- سرم وصل می‌شود.
- مقدار دفع ادرار بررسی می‌شود!
- در صورت لزوم ماسک اکسیژن وصل می‌شود!

علاوه بر این، ممکن است اقدامات بیشتری برای یافتن منبع التهاب و درمان هدفمند آن با انجام عمل جراحی (به اصطلاح توانبخشی تمرکزی) ضروری باشد.

۶ پیامدهای طولانی سپسیس

احتمال بروز عواقب طولانی مدت پس از سپسیس وجود دارد. این عواقب ممکن است بسیار متنوع باشند و گاهی اوقات فقط در سال‌های بعد ظاهر شوند.

در کل بین عواقبی که نادر بوده و اغلب دیرتر مشاهده می‌شوند، و عواقب روحی و اجتماعی تفاوت قائل می‌شود.

۱. اغلب، ولی نه بلافاصله، آسیب‌های کوچک فیزیکی مشاهده می‌شوند.

این آسیب‌ها به ویژه به مغز و سیستم عصبی وارد می‌شوند و در نتیجه منجر به اختلالات شناختی و همچنین ضعف عضلانی و عصبی می‌گردند. آسیب‌های مغزی اغلب در معاینات رادیولوژیکی (مثلاً در تصویربرداری رزونانس مغناطیسی (MRI) قابل تشخیص نیستند.

این اختلالات را می‌توان با علائم زیر مشاهده کرد:

- کاهش شدید تاب آوری (ذهنی و/یا فیزیکی).
- مشکل در تمرکز
- کاهش پاسخگویی
- مشکلات در توجه
- مختل شدن شدید حافظه
- کاهش پذیرش ذهنی
- اختلالات بینایی و گفتاری
- مشکلات تعادلی و سرگیجه
- مشکل در تنفس
- ضعف عضلانی
- درد مزمن، پلی‌نوروپات
- اختلالات خواب

در صورت مواجهه با این مشکلات، توصیه می‌کنیم برای معاینه یا درمان به عصب‌شناس - بالینی یا شناختی مراجعه کنید.

۲. مشاهده آسیب‌های سطحی فیزیکی

این دسته از آسیب‌ها شامل قطع عضو و همچنین سایر آسیب‌های فیزیکی ناشی از مداخلات جراحی ضروری می‌باشند (مانند ضعف دیافراگم یا لایه بالایی شکم، آسیب ارگانی مانند اختلال عملکرد قلب و کلیه).

۳. آسیب‌های روانی

این دسته از آسیب‌ها عمدتاً به صورت افسردگی و اختلالات استرس پس از سانحه مشاهده می‌شوند. این‌گونه اختلالات را می‌توان با اقدامات روان‌درمانی مناسب درمان کرد.

۴. آسیب‌های اجتماعی

این دسته آسیب‌ها به دلیل بیماری طولانی مدت رخ می‌دهند که اغلب منجر به ناتوانی و بیکاری می‌شوند. عدم درک این مشکلات نیز باعث ایجاد استرس بیشتر در محیط شخصی افراد آسیب دیده می‌شود. تبادل نظر با سایر افراد آسیب دیده و بستگان می‌تواند بسیار مفید باشد.

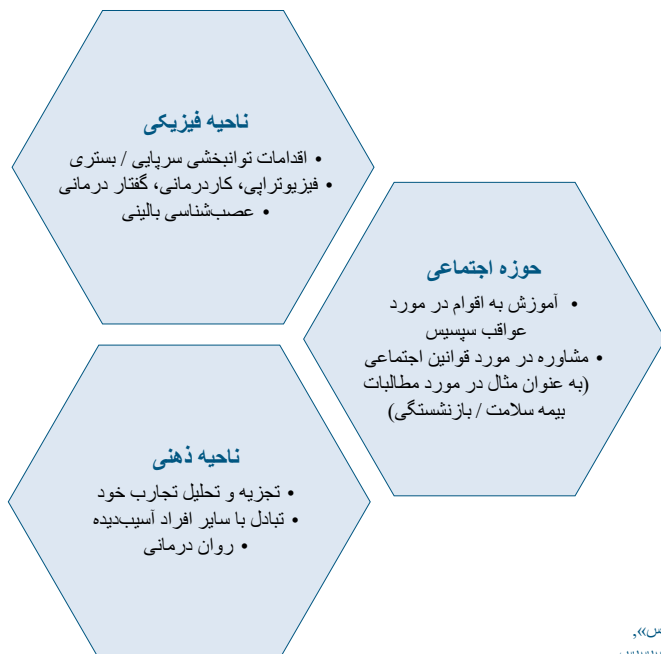
از آنجایی که تاکنون اطلاعات کمی در مورد عواقب سپسیس وجود دارد، بسیاری از پزشکان و درمانگران با این مشکلات آشنا نیستند. بنابراین، علائم فعلی خود را به همراه همه جزئیات برای پزشک خود شرح دهید و به این نکته اشاره کنید که چه زمانی سپسیس داشته‌اید. پزشک می‌تواند شما را به یک متخصص ارجاع دهد.

اقدامات توانبخشی اولیه مهم هستند:

- فیزیوتراپی
- کار درمانی
- روان درمانی
- عصب‌شناسی بالینی / عصب‌شناسی شناختی
- ارتوپدی (اختلالات بینایی)
- گفتار درمانی (اختلالات گفتار)
- توانبخشی

- می‌توان درمان بیمارستانی را با اقدامات درمانی از این دست به صورت همزمان انجام داد.
- تاکنون هیچ سیستم توانبخشی (اوایل) برای سپسیس در نظر گرفته نشده است، بنابراین به دنبال تسهیلاتی باشید که تمام یا تا آنجا که ممکن است عواقب مربوطه را پوشش دهد.

کمک را بپذیر!



شکل ۵، «روش‌های مواجهه با عواقب سپسیس». منبع: تجسم خود، بر اساس اصلاحات بنیاد سپسیس.

۷ جلوگیری از سپسیس جلوگیری از عفونت

| | | |
|---------|--|-----------------------------|
| پیشگیری | <p>← بهداشت عمومی را رعایت کنید به عنوان مثال بهداشت دست ، بهداشت مواد غذایی</p> <p>← واکسن بزنید</p> | در خانه |
| | <p>← آموزش بیماری‌های عفونی</p> <p>← گروه‌های بیمار در معرض خطر را شناسایی کنید به عنوان مثال زنان باردار ، بیماران مبتلا به دیابت</p> <p>← واکسن ارائه دهید</p> | در معاینه پزشکان خانواده |
| | <p>← استانداردهای بهداشتی بیمارستان را رعایت کنید توصیه‌های کمیسیون بهداشت بیمارستانی و پیشگیری از عفونت (KRINKO)</p> | در بیمارستان |

شکل ۶ «پیشگیری از سپسیس»، منبع: تجسم خود، اصلاح شده بر اساس موسسه رابرت کخ

از بسیاری موارد سپسیس و عواقب آن می‌توان جلوگیری کرد!

مهم این است که:

- احتمال سپسیس را در نظر داشته باشید و علائم آن را بشناسید. در صورت مشاهده حداقل دو مورد از علائم سپسیس (صفحه ۱۲/۱۱) با شماره اورژانس ۱۱۲ تماس حاصل نمایید. همینطور در صورت وجود موردی مشکوک به سپسیس، سرویس پزشکی ۲۴ ساعته با شماره ۱۱۶۱۱۷ نیز به شما کمک می‌کند.
- توجه به امکان سپسیس به خصوص در نوزادان و کودکان کوچک و همچنین در افراد مسن یا مبتلا به عفونت مزمن
- در صورت لزوم گزش حشرات و آسیب‌های پوستی را با مواد ضد عفونی تمیز کنید
- درمان موثر برای عفونت‌ها
- در برابر عفونت‌های قابل پیشگیری مانند ذات الریه، آنفولانزا و سرخک واکسینه شوید
- درمان و کنترل موثر بیماری‌های مزمن (مانند دیابت)
- شیوه زندگی سالم و بهداشت

تمام اقداماتی که از ابتدا به عفونت جلوگیری می‌کنند، به جلوگیری از سپسیس کمک می‌کنند.

واکسن‌های مهم:

- واکسن پنوموکوک برای جلوگیری از عفونت ریه باکتریایی
- واکسن سالیانه آنفولانزا
- همه واکسن‌های توصیه شده توسط کمیسیون دائمی واکسیناسیون در موسسه رابرت کخ (پزشک خانواده شما اطلاعات کافی را در اختیار شما قرار می‌دهد).

بهداشت و پاکیزگی دست‌ها از ابتدا به عفونت‌ها جلوگیری می‌کند:

- دست‌های خود را به طور منظم و کامل (حدود ۲۰ تا ۳۰ ثانیه) با آب و صابون بشویید
- به خصوص بعد از رفتن به دستشویی، بعد از تمیز کردن بینی، تماس با حیوانات یا گوشت خام، قبل از تهیه غذا و قبل از غذا خوردن
- استفاده از مواد مخصوص ضدعفونی کردن دست‌ها قبل و بعد از تماس با افراد بیمار

۸ اطلاعات بیشتر

همچنین می‌توانید اطلاعات و راهنمایی بیشتر را در این باره در آدرس های زیر کسب نمایید:

- انجمن ثبت شده ایمنی بیماران
www.aps-ev.de
- اتحادیه جهانی سپسیس
www.global-sepsis-alliance.org
- بنیاد سپسیس
<https://www.sepsis-stiftung.eu/>
- اتحادیه کمک به سپسیس آلمان
<https://sepsis-hilfe.org/de/>
- انجمن سپسیس آلمان
<https://www.sepsis-gesellschaft.de/>
- موسسه رابرت کخ
https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/S/Sepsis/Sepsis_allgemein.html
https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Krankenhaushygiene/Haendehygiene/Haendehygiene_node.html
https://www.rki.de/DE/Content/Kommissionen/STIKO/Empfehlungen/Impfempfehlungen_node.html
- اطلاعاتی در مورد عواقب سپسیس
<https://www.sepsisfolgen.info/>
- بنیاد شبکه عصبی: بنیادی آلمانی برای افرادی که آسیب مغزی اکتسابی دارند
<http://neurales-netzwerk.org/start.html>
- آدرس برای عصب‌شناسی بالینی در آلمان
<https://www.gnp.de/behandlerliste>
- انجمن فدرال پزشکان بیمه درمانی
<https://www.kbv.de/html/sepsis.php>

- Rudd KE, Johnson SC, Agesa KM et al. Global, regional, and national sepsis incidence and mortality, 1990-2017: analysis for the Global Burden of Disease Study. *Lancet*. 2020 Jan 18;395(10219):200-211. doi: 10.1016/S0140-6736(19)32989-7. ۱
- Fleischmann-Struzek C, Mikolajetz A, Schwarzkopf D et al. Challenges in assessing the burden of sepsis and understanding the inequalities of sepsis outcomes between National Health Systems: secular trends in sepsis and infection incidence and mortality in Germany. *Intensive Care Med*. 2018 Nov;44(11):1826-1835. doi: 10.1007/s00134-018-5377-4. ۲

حق داده‌های چاپی

ناشر

Aktionsbündnis Patientensicherheit e.V. انجمن ثبت شده ایمنی بیماران
Alte Jakobstr. 81, 10179 Berlin
www.aps-ev.de

گروه کار سپسیس

مدیریت

Prof. Dr. Dr. Rainer Petzina، مرکز پزشکی دانشگاه شلسویگ-هولشتاین

قائم مقام مدیریت

Dr. Antje Erlen، از بنیاد سپسیس

نماینده هیئت مدیره

Dr. Ruth Hecker

گروه تحریریه

رئیس گروه کار فرعی «جمعیت»

Prof. Dr. Christiane Hartog, Charité Universitätsmedizin Berlin,
KLINIK BAVARIA Kreischa
Frank Köhler, Deutsche Sepsis-Hilfe e.V.

رئیس گروه کار فرعی «متخصصین پزشکی»

Manuela Forster, BD - Becton Dickinson

رئیس گروه کار فرعی «متخصصین پزشکی»

Prof. Dr. Herwig Gerlach, Vivantes Klinikum Neukölln
Delia Strunz, Johnson & Johnson

اعضای دیگر گروه کار فرعی «جمعیت»

Susanne Eberl, Sana Kliniken AG

Dr. Eike Eymers, AOK Bundesverband

Jutta F. Maywald Kessel, AFK

Arne Trumann, Sepsis-Stiftung

چاپ اول در دسامبر ۲۰۲۱
آلیس گلباخ: چیدمان و گرافیک, APS
عکس روی جلد : Adobe Stockphoto
شکل ۲: با حمایت صمیمانه اتحاد جهانی سپسیس

حق چاپ و استفاده

می توانید این توصیه‌ها را برای دانلود رایگان از اینترنت در این لینک بیابید:
www.aps-ev.de/patienteninformation/. حق چاپ این بروشور محفوظ است و
ایجاد تغییر در طراحی و متن آن به هیچ دلیلی مجاز نمی‌باشد. استفاده تجاری ممنوع است.

نقل قول

APS e.V. (ناشر) 2021: «دانستن در مورد سپسیس برای همه مهم است! آنچه شما باید
در مورد سپسیس بدانید.» Berlin
DOI: 10.21960/202202/Fa

نظرات و بازخوردها

توصیه‌های عنوان شده در این بروشور، برای اقدام قبل از ابتلا به بیماری و برای آموزش عموم تهیه شده است.

همه شرکت‌کنندگان در نظرخواهی نهایی با تمام محتوا موافق نیستند. شما می‌توانید مستندات مربوط به نظریه را در آدرس زیر بخوانید:
www.aps-ev.de/kommentierung/

توصیه‌های آ. پ. اس. با هدف بهبود ایمنی بیماران تنظیم می‌شوند. آ. پ. اس. بر آن است تا با محصولات خود، توصیه‌هایی برای افراد آماده کند که بر اساس اجماع متخصصین باشند. به همین دلیل محتوای محصولات آ. پ. اس. به طور منظم کنترل و به روزرسانی می‌شوند.

لطفا سوالات، پیشنهادات و انتقادات خود را به آدرس زیر بفرستید:

انجمن ایمنی بیماران، info@aps-ev.de



با حمایت صمیمانه



AKTIONSBÜNDNIS
PATIENTENSICHERHEIT