

معلومات حول مسببات المرض لدى الإنسان – النظافة وقاية!

مرض اليد والقدم والفم هو مرض فيروسي يظهر في الجسم في صورة طفح جلدي في الفم وكف اليد وكعب القدم. يمكن أن ينتشر الطفح الجلدي ليصل أيضًا إلى المقعدة، أو نطاق الأعضاء التناسلية، أو الركبة، أو المرفق. مرض اليد والقدم والفم منتشر الظهور في جميع أنحاء العالم.

ما مرض اليد والقدم والفم؟

من إنسان إلى آخر

كيف تنتقل عدوى مرض اليد والقدم والفم؟

الفيروسات المسببة لمرض اليد والقدم والفم معدية بشدة. وانتقال العدوى عبر اليدين له دور مهم في انتشار المرض.

وتنتقل مسببات المرض من إنسان إلى آخر عبر التلامس المباشر لسوائل الجسم. ويأتي على رأس هذه السوائل ذلك السائل الذي يخرج من البثور المتكونة نتيجة الطفح الجلدي. عند ملامسة الأيدي لهذا السائل يمكن بسهولة أن تنتقل الفيروسات من يد إلى أخرى. وبالمثل يمكن نقل مسببات المرض من خلال براز المرضى المصابين، مثلًا عند تغيير الحفاضات.

يمكن أيضًا أن تحدث العدوى عبر الهواء. عند السعال أو العطس فإن حبيبات الرذاذ متناهية الصغر المحملة بالفيروسات تصل إلى الهواء ويمكن أن يلتقطها أفراد آخرون موجودون في المحيط القريب.

عبر الأشياء المتسخة

يمكن أن تنتقل مسببات المرضية أيضًا عبر الأشياء التي يستخدمها أكثر من شخص، مثلًا مقابض الأبواب أو الأطواق أو الدرازين.

أكثر من 80 بالمئة من المصابين بعدوى الفيروس لا تظهر عليهم أي أعراض مرضية، ومع ذلك يمكنهم مواصلة نقل الفيروس ومن ثم نشر العدوى.

ما الأعراض المرضية التي تظهر على المصابين؟

عند تطور مرض اليد والقدم والفم يكون أول الأعراض المرضية ظهورًا في المعتاد الحمى وتراجع الشهية وألم الحنجرة. بعد مرور يوم إلى يومين على ظهور الحمى تبدأ بقع حمراء صغيرة في الظهور في الغشاء المخاطي الفموي، ولا سيما الموجود على اللسان واللثة. وتكون البثور المؤلمة نتيجة تطور المرض لدى المصاب. وبعد مرور يوم إلى يومين آخرين يظهر المزيد من البقع الحمراء، ولا سيما في كف اليد وكعب القدم. يمكن أيضًا أن تظهر البقع الحمراء في المقعدة، ونطاق الأعضاء التناسلية، والركبة، والمرفق. في المعتاد لا يكون الطفح الجلدي مصحوبًا بالشعور بالحكة، بيد أنه قد يظهر.

يكون مسار تطور مرض اليد والقدم والفم معتدلًا في المعتاد. تقريبًا كل المصابين يستعيدون صحتهم في فترة تتراوح بين خمسة إلى سبعة أيام - أيضًا دون علاج طبي.

المضاعفات الصحية، مثل: التهاب السحايا، أو مظاهر الشلل، أو التهاب المخ، تظهر في حالات شديدة الندرة فقط. في بعض الحالات الفردية لُوحظ سقوط أظافر اليد أو القدم.

وفي أثناء الحمل أيضًا يكون مسار تطور المرض في الغالب معتدلًا جدًا، ولا تظهر المضاعفات الشديدة إلا في حالات شديدة الندرة. وهو ما يسري أيضًا على حديثي الولادة المصابين بالعدوى المنتقلة من أمهاتهم عند الولادة. ومع ذلك ففي حالات شديدة الندرة يمكن أن تصاب أعضاء مهمة في أجسام حديثي الولادة بالمرض، مثل: الكبد أو القلب.

في المعتاد تستغرق الفترة ما بين الإصابة بالعدوى وظهور مرض اليد والقدم والفم ثلاثة إلى عشرة أيام. هذا السائل الذي يخرج من البثور المتكونة نتيجة الطفح الجلدي يأتي على رأس السوائل المسببة للعدوى الشديدة. ولذلك فإن خطر العدوى أثناء وقت الطفح الجلدي يكون عاليًا جدًا، ولا يتراجع هذا الخطر إلا مع جفاف بثور الطفح الجلدي.

متى يظهر المرض وكم تبلغ الفترة التي يكون المصاب فيها ناقلًا للعدوى؟

بعد أن تهدأ حدة الأعراض المرضية يمكن أن تخرج الفيروسات من الجسم على مدار أسبوع عبر البراز؛ لتنتشر مرة أخرى مسببة العدوى.

مرض اليد والقدم والفم

معلومات حول مسببات المرض لدى الإنسان
– النظافة وقاية!

أي شخص يمكن أن يصاب بمرض اليد والقدم والفم، بيد أن المرض يظهر بصفة خاصة لدى الأطفال دون سن العاشرة، ويكثر ظهوره في أواخر الصيف وفصل الخريف.

مَنْ الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بالمرض؟

يتعين على المرضى مراعاة قواعد النظافة الصحية الجيدة والابتعاد بقدر الإمكان عن الآخرين. الأطفال المصابون بمرض اليد والقدم والفم عليهم بقدر الإمكان عدم الوجود في أماكن التجمعات للحد من خطر انتقال العدوى إلى الآخرين. عند جفاف البثور تمامًا يستطيع الأطفال في المعتاد الظهور في أماكن التجمعات مرة أخرى دون الحاجة إلى استخراج شهادة طبية.

ما الذي عليّ مراعاته عند الإصابة بالمرض؟

لا يوجد علاج يستهدف التغلب على مرض اليد والقدم والفم. فقط الأعراض المرضية هي التي يمكن علاجها، مثلًا من خلال المواد الخافضة للحرارة والألم وعن طريق شطف الفم عدة مرات.

إجراءات النظافة الصحية تقلل خطر الإصابة بالعدوى:

كيف يمكنني حماية نفسي؟

- ▶ احرص على مراعاة تطبيق قواعد النظافة الصحية الجيدة. واطب على غسل الأيدي بعناية باستخدام الصابون، ولا سيما عند قيامك بتغيير حفاضة طفلك أو عندما تساعدك عند الذهاب إلى الحمام أو عندما تقوم بنفسك باستخدام الحمام.
- ▶ الأشياء التي يلمسها المرضى، مثل: الألعاب، ومقابض الأبواب، وما شابه ذلك، احرص على تنظيفها جيدًا.
- ▶ تجنب الاقتراب الشديد من المرضى، مثلًا من خلال التقبيل والأحضان.
- ▶ لا تستخدم أدوات المائدة أو أوعية الشرب مع أحد.
- ▶ عليك مراجعة طبيبك أو مكتب الصحة التابع له؛ للتحقق من جدوى استخدام مواد تطهير الأيدي والأسطح.

يمكنك التوجه إلى مكتب الصحة المحلي للحصول على مزيد من الاستشارات والمعلومات ذات الصلة.

أين يمكنني الاستعلام عن ذلك؟

يمكنك أيضًا الحصول على مزيد من المعلومات (المتخصصة) في الإنترنت على موقع معهد Robert Koch-Institut (www.rki.de/Hand-Fuss-Mund-Krankheit).

يمكنك الحصول على معلومات عن موضوع الحماية من العدوى من خلال النظافة الصحية على موقع Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (www.infektionsschutz.de).



STEMPEL

جهة النشر:

Bundeszentrale für gesundheitliche

Aufklärung، كولونيا.

كل الحقوق محفوظة.

Bundesverband der

Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen

Gesundheitsdienstes e.V.، وبما يتوافق مع

معايير معهد Robert Koch-Institut

e.V. معلومات المواطنين هذه تُعرض على الصفحة الرئيسية

www.infektionsschutz.de ويمكن تنزيلها

بالمجان.

