

مرض اليد والقدم والفم Hand, Foot and Mouth Disease

ما هو مرض اليد والقدم والفم؟

إن مرض اليد والقدم والفم مرض خفيف على العموم، وهو ينشأ عن فيروسات تسمى coxsackievirus أو enterovirus. وهو ليس مرضاً خطيراً ولا علاقة له بالمرض الذي يصيب الحيوانات والمعروف باسم الحمى القلاعية (ترجمته الحرفية عن الإنكليزية هي "مرض القدم والفم"). وهو يصيب بصورة رئيسية الأطفال دون سن العاشرة، غير أنه قد يصيب أيضاً الأولاد الأكبر سناً والبالغين.

كيف يمكن أن تصاب به؟

إن العدوى بفيروس coxsackievirus أو enterovirus قد لا تؤدي إلى أية أعراض على الإطلاق أو قد تؤدي إلى مجرد أعراض خفيفة جداً. وعندما تظهر أعراض له فإنها تشمل قروحا تبدأ على شكل بقع حمراء صغيرة وتصبح قروحا فيما بعد. تظهر القروح على الخدين من الداخل وعلى اللثة وجانبي اللسان بالإضافة إلى اليدين والقدمين. وفيما يتعلق بالأطفال الرضع يمكن رؤية القروح أحياناً في المنطقة التي يغطيها الحفاض. تظل هذه القروح عادة لمدة سبعة إلى عشرة أيام، ويمكن أن يصاب الأطفال بارتفاع بسيط في درجة الحرارة وألم في الحلق وتعب وشحوب اللون، وقد يتوقفون عن الأكل ليوم أو يومين. وفي حالات نادرة جداً يمكن أن يؤدي فيروس coxsackievirus إلى أمراض أخرى تؤثر على القلب أو المخ أو أغشية المخ (السحايا) أو الرئتين أو العينين.

ما هو مدى شيوع هذا المرض؟

إن مرض اليد والقدم والفم مرض شائع وقد ينتشر في مجموعات من الأطفال، في مراكز رعاية الأطفال مثلاً.

كيف تنتشر العدوى؟

ينتشر مرض اليد والقدم والفم عادة عن طريق الاتصال من شخص لآخر. والفيروس ينتشر من غائط شخص مصاب إلى فم الشخص التالي نتيجة تلوث اليدين. كما ينتشر بواسطة الإفرازات من الفم أو الجهاز التنفسي، وبالاتصال المباشر بسوائل القروح.

ويستغرق الأمر عادة ثلاثة إلى خمسة أيام لظهور القروح بعد الاتصال بشخص مصاب. وتظل القروح ناقلة للعدوى طالما كان هناك سائل فيها. ويمكن أن يظل الفيروس في الغائط لمدة عدة أسابيع.

كيف تتم معالجته؟

لا يحتاج الأمر عادة إلى معالجة. فالباراسيتامول يخفف ارتفاع الحرارة والالتهاب. لا تعط الأطفال أسبيرين. وإذا كان الصداع شديداً أو إذا استمر ارتفاع درجة الحرارة راجع الطبيب.

كيف يمكن الوقاية منه؟

- النظافة الصحية أفضل وقاية: اغسل اليدين بالصابون والماء بعد الذهاب إلى دورة المياه وقبل الأكل وبعد مسح الأنف وتغيير الحفاضات أو الملابس المتسخة.
- تجنب مشاركة الفناجين وأدوات الأكل ووسائل النظافة الشخصية (مثل المناشف وخرق مسح الوجه وفراشي الأسنان) والملابس (خاصة الأحذية والجوارب).
- اغسل جيداً أية ملابس متسخة.
- تأكد من تغطية الفم والأنف عندما تسعل أو تعطس. امسح الأنف والفم بمنديل ورقي ثم تخلص منه واغسل يديك.

كيف يمكن التحكم بانتشار المرض؟

يجب عدم إرسال الأطفال المصابين بمرض اليد والقدم والفم إلى المدارس أو مراكز رعاية الطفل إلى أن تجف قروحهم.

ويجب الإبلاغ عن المرض إلى مدير مركز رعاية الطفل أو المدرسة.

لمزيد من المعلومات - وحدات الصحة العامة في نيو ساوث ويلز
للمزيد من المعلومات يرجى الاتصال بطبيبك أو وحدة الصحة العامة المحلية أو مركز صحة المجتمع - راجع مقدمة دليل الهاتف الأبيض تحت عنوان NSW Government.

مناطق العاصمة

9515 3180	وسط سيدني
9382 8333	جنوب شرق سيدني
9477 9400	شمال سيدني
9828 5944	جنوب غرب سيدني
9840 3603	غرب سيدني
4734 2022	ونتورث

المناطق الريفية

4349 4845	الساحل الأوسط
6588 2750	الساحل الشمالي الأوسط
6339 5548	وسط الغرب
4924 6477	هنتر
4255 2200	إيلاوارا
6766 2288	نيو إنجلند
6620 7500	الأنهار الشمالية
6841 2216	ماكوارى
4827 3428	الجنوبية
6021 4799	موري الأكبر
(08) 8080 1499	الغرب الأقصى

دائرة صحة نيو ساوث ويلز

73 Miller Street
North Sydney NSW 2059
Tel. (02) 9391 9000
Fax. (02) 9391 9101
TTY. (02) 9391 9900

موقع دائرة صحة نيو ساوث ويلز على شبكة الإنترنت
www.health.nsw.gov.au