

ورقة معلومات عن الأمراض المعدية

عادة ما ينتج التهاب المعدة والأمعاء عن عدوى فيروسية تسبب القيء والإسهال. وتنتقل الفيروسات بسهولة من شخص لآخر. غسل اليدين جيداً بالماء الجاري والصابون أمر حيوي لمنع الانتشار.

التهاب المعدة والأمعاء الفيروسي

آخر تحديث: 29 نوفمبر / تشرين الثاني 2007

ما هو التهاب المعدة والأمعاء الفيروسي؟

التهاب المعدة والأمعاء الفيروسي عدوى معدية معوية شائعة تسبب القيء والإسهال، ويمكن أن ينتج عن عدد من الفيروسات المختلفة، مثل فيروس روتا وفيروس نورو (المعروف سابقاً بالفيروس الشبيه بنوروك). توجد مسببات أخرى عديدة لالتهاب المعدة والأمعاء تشمل البكتيريا والسموم والطفيليات وبعض الأمراض غير المعدية.

ما هي الأعراض؟

الأعراض الأساسية لالتهاب المعدة والأمعاء الفيروسي هي القيء والإسهال المائي. وقد تشمل الأعراض الأخرى الغثيان والحمى والمغص والصداع وآلام العضلات. ويمكن أن يتبعها الجفاف. وقد تستغرق الأعراض يوماً إلى ثلاثة أيام حتى تبدأ وعادة ما تستمر يوماً إلى يومين، وأحياناً أكثر.

كيف ينتقل المرض؟

التهاب المعدة والأمعاء الفيروسي معدٍ بصورة كبيرة وينتقل من خلال قيء أو براز المصاب عن طريق:

- الاتصال الشخصي، على سبيل المثال مصافحة شخص كان مريضاً والفيروس على يديه
- الأغراض الملوثة
- الطعام أو الشراب الملوث

يمكن أن تنتقل العدوى كذلك عن طريق الجسيمات التي تتطاير في الهواء عند التقيؤ. وفي معظم الحالات يحدث الانتقال من شخص مصاب بالأعراض. يمكن أن ينقل بعض الناس العدوى دون أعراض، وبخاصة في الساعات الثماني والأربعين الأولى بعد الشفاء.

من العرضة للخطر؟

يمكن أن يصيب التهاب المعدة والأمعاء الفيروسي الناس في جميع الأعمار.

كيف يتم منع المرض؟

اغسل يديك جيداً بالماء الجاري والصابون لمدة 10 ثوان وجفهما بمنشفة نظيفة بعد قضاء الحاجة وتغيير الحفاضات وقبل الأكل أو إعداد الطعام.

كيف يتم تشخيص المرض؟

عادة ما يركز تشخيص التهاب المعدة والأمعاء الفيروسي على أعراض المرء. والتأكد المختبري هام عند التفشيات ويتضمن اختبار عينات من البراز (الغانط).

كيف يتم علاج المرض؟

لا يوجد علاج محدد لالتهاب المعدة والأمعاء الفيروسي سوى الراحة وشرب الكثير من السوائل. ويتعافى معظم الناس دون مضاعفات. إلا أن التهاب المعدة والأمعاء الفيروسي يمكن أن يكون خطيراً لمن قد يلاقون صعوبة في تعويض السوائل والأملاح المفقودة بسبب التقيؤ والإسهال.

يجب على المصابين بالقيء والإسهال:

- أن يستريحوا في المنزل ولا يذهبوا إلى العمل أو المدرسة أو مركز رعاية الأطفال أثناء مرضهم
- ألا يعدوا الطعام للآخرين أو يعتنوا بالمرضى أو الأطفال أو المسنين. ويجب أن تستمر هذه التدابير الوقائية حتى تمر 48 ساعة على توقف الإسهال أو القيء. وهذا يشمل من يعدون الطعام في المنزل أو يعملون في مجال الأطفمة.
- أن يغسلوا أيديهم جيداً بالماء الجاري والصابون لمدة 10 ثوان بعد قضاء الحاجة
- أن يشربوا الكثير من السوائل الصافية لمنع الجفاف، على سبيل المثال العصير أو المشروبات الغازية المخففة بالماء بنسبة واحد إلى أربعة، وأن يتجنبوا عصائر الفاكهة والمشروبات الغازية غير المخففة لأنها قد تزيد من الجفاف والإسهال. وتتوفر مشروبات تعويض السوائل والأملاح المفقودة في الصيدليات. وقد تستدعي الحاجة تقديم السوائل وريدياً في بعض حالات الجفاف الحادة.

يجب على من يقدمون الرعاية للمصابين بالتهاب المعدة والأمعاء الفيروسي غسل اليدين جيداً بالماء الجاري والصابون بعد أي اتصال بالمرضى. ويقلل تنظيف الأسطح والملابس المتسخة من زيادة انتشار الفيروس.

عند تنظيف القيء أو البراز:

- ضع قفازاً
- اغسل يديك بالماء الجاري والصابون لمدة 10 ثوان بعد خلع القفاز والتخلص منه
- استخدم المناشف أو المناديل الورقية المستخدمة مرة واحدة لإزالة أية مواد صلبة وضعها في كيس بلاستيكي وأحكم إغلاقه قبل وضعها في صندوق القمامة
- نظف أية أغراض أو أسطح متسخة بالماء الساخن والمنظف ودعها تجف تماماً
- ينصح بعض الناس كذلك بوضع قناع.

ما هو رد فعل الصحة العامة؟

تزداد تفشيات التهاب المعدة والأمعاء الفيروسي في فصل الشتاء وهي شائعة في البيئات العائلية والجماعية التي تشمل دور الرعاية والمستشفيات ومراكز رعاية الأطفال والمدارس. يجب على الأطباء والمستشفيات إبلاغ وحدات الصحة العامة المحلية كلما ظهرت على الأقل حالتان متصلتان من التهاب المعدة والأمعاء.

تستطيع وحدات الصحة العامة:

- تقديم النصح بشأن التعرف على التفشي
- تقديم النصح بشأن السيطرة على التفشي
- المساعدة في تحري التفشيات لتحديد المصدر وأسلوب الانتقال
- تقديم النصح بشأن استثناء مرضى التهاب المعدة والأمعاء من العمل أو المدرسة أو التجمعات العامة الأخرى.

معلومات إضافية – وحدات الصحة العامة في نيو ساوث ويلز

للحصول على مزيد من المعلومات الرجاء الاتصال بطبيبك أو وحدة الصحة العامة المحلية أو مركز صحة المجتمع – ابحث تحت العنوان *NSW Government* (حكومة نيو ساوث ويلز) في بداية دليل الهاتف *White Pages*.

الرقم	الموقع	المناطق الريفية	الرقم	الموقع	مناطق العاصمة
02 4824 1837	Goulburn	Greater Southern	02 9477 9400	Hornsby	Northern Sydney/Central Coast
02 6080 8900	Albury		02 4349 4845	Gosford	
08 8080 1499	Broken Hill	Greater Western	02 9382 8333	Randwick	South Eastern Sydney/Illawarra
02 6841 5569	Dubbo		02 4221 6700	Wollongong	
02 6339 5601	Bathurst		02 9515 9420	Camperdown	Sydney South West
02 4924 6477	Newcastle	Hunter/New England	02 4734 2022	Penrith	Sydney West
02 6767 8630	Tamworth		02 9840 3603	Parramatta	
02 6588 2750	Port Macquarie	North Coast	02 9311 2707	Matraville	Justice Health Service
02 6620 7500	Lismore		02 9391 9000	Nth Sydney	NSW Department of Health
					NSW Health: www.health.nsw.gov.au