

مرض اليد والقدم والفم (HFMD)

ما هو مرض اليد والقدم والفم؟

مرض اليد والقدم والفم (HFMD) هو مرض طفح جلدي تسببه فيروسات تنتمي إلى جنس (مجموعة) الفيروسات المعوية. تشمل هذه المجموعة من الفيروسات فيروسات شلل الأطفال، وفيروسات كوكسكي، وفيروسات إيكو، والفيروسات المعوية.

من يصاب بمرض اليد والقدم والفم (HFMD)

مرض اليد والقدم والفم (HFMD) هو مرض فيروسي شائع يصيب عادة الرضع والأطفال الذين تقل أعمارهم عن خمس سنوات. ومع ذلك، يمكن أن يحدث في بعض الأحيان عند الأطفال الأكبر سناً والبالغين.

كيف تنتشر عدوى مرض HFMD؟

ينتشر مرض HFMD من شخص لآخر عن طريق الاتصال المباشر بالفيروسات المسببة لهذا المرض. توجد هذه الفيروسات في إفرازات الأنف والحنجرة (مثل اللعاب أو البلغم أو المخاط من الأنف)، والسوائل الموجودة في البثور، وفي براز الأشخاص المصابين. يمكن أن تنتشر الفيروسات أيضاً عندما يلمس الأشخاص المصابون الأشياء (مثل الألعاب) والأسطح التي يلمسها الآخرون بعد ذلك.

ما هي أعراض مرض HFMD؟

يبدأ مرض HFMD عادةً بالحمى وضعف الشهية والشعور العام بالتوعك (الشعور بالضيق) والتهاب الحلق. بعد يوم أو يومين من بدء الحمى، عادة ما تظهر تقرحات مؤلمة في الفم وقد يظهر طفح جلدي. عادة ما يظهر الطفح الجلدي على راحتي اليدين وأخمص القدمين، ولكنه قد يظهر أيضاً على الركبتين أو المرفقين أو الأرداف أو المنطقة التناسلية.

بعد التعرض للعدوى، متى تظهر الأعراض؟

تظهر الأعراض عادة بعد 3-5 أيام من التعرض للعدوى.

كيف يتم تشخيص مرض HFMD؟

HFMD هو واحد من بين العديد من الالتهابات التي تسبب تقرحات الفم. يحدد مقدمو الرعاية الصحية ما إذا كانت تقرحات الفم ناجمة عن مرض HFMD من خلال النظر في عمر المريض، وما هي الأعراض الأخرى التي تم الإبلاغ عنها، وكيف تبدو تقرحات الفم. اعتماداً على مدى شدة الأعراض، قد يتم جمع عينات من الحلق أو البراز وإرسالها إلى المختبر لاختبار الفيروس.

ما هي المدة التي يستطيع فيها الشخص نشر المرض؟

يكون الأشخاص المصابون أكثر نقلاً للعدوى خلال الأسبوع الأول من المرض. يمكن أن تبقى الفيروسات المسببة لمرض HFMD في الجسم لمدة أسابيع بعد اختفاء الأعراض. وهذا يعني أن الأشخاص المصابين لا يزال بإمكانهم نقل العدوى للآخرين، على الرغم من أنهم يبدوون بصحة جيدة. قد لا تظهر أي أعراض على بعض الأشخاص المصابين، وخاصة البالغين، ولكنهم ما زالوا قادرين على نقل الفيروس إلى الآخرين.

ما هو علاج مرض HFMD؟

لا يوجد علاج محدد لمرض HFMD. يمكن إعطاء علاجات لتخفيف الحمى أو الألم، ويجب على المرضى شرب الكثير من السوائل. يجب على الأشخاص الذين يشعرون بالفلق إزاء أعراضهم الاتصال بمقدم الرعاية الصحية الخاص بهم.

ما الذي يمكن فعله لمنع انتشار مرض HFMD؟

يمكن لأي شخص تقليل خطر الإصابة بالعدوى عن طريق:

- غسل اليدين كثيرًا بالماء والصابون، خاصة بعد تغيير الحفاضات، واستخدام المراحيض، وتمخط الأنف، والسعال أو العطس، وقبل وبعد رعاية شخص مريض.
- تطهير الأسطح المتسخة والأشياء المتسخة، بما في ذلك الألعاب. قم أولاً بغسل العناصر بالماء والصابون، ثم قم بتطهيرها بمحلول مبيض (يتم ذلك باتباع الإرشادات الموجودة على حاوية المبيض).
- تجنب الاتصال الوثيق مثل التقبيل أو المعانقة أو مشاركة أدوات الطعام أو الأكواب مع الأشخاص المصابين بمرض HFMD.

هل يجب استبعاد الشخص المصاب بمرض HFMD من العمل أو المدرسة/مؤسسات رعاية الطفل؟

يمكن أن يسبب مرض HFMD حالات تفشي في الأماكن التي تنطوي على الكثير من الاتصال الوثيق، مثل أماكن رعاية الأطفال. لمنع انتشار المرض إلى الآخرين، يجب على الأطفال المصابين بمرض HFMD عدم الذهاب إلى المدرسة أو مؤسسات رعاية الأطفال لمدة 24 ساعة على الأقل بعد زوال الحمى دون استخدام دواء خافض للحمى. إذا كان الطفح الجلدي لا يزال موجودًا، فتحدث إلى مقدم الرعاية الصحية للطفل حول المدة التي يجب انتظارها حتى يختفي الطفح الجلدي قبل أن يصبح من المقبول العودة إلى المدرسة أو مؤسسات رعاية الطفل. يجب على الطفل المصاب بالقروح التي تفرز السوائل ألا يذهب إلى المدرسة أو مركز رعاية الأطفال.

كيف يمكنني الحصول على مزيد من المعلومات حول مرض HFMD؟

- إذا كانت لديك مخاوف بشأن مرض HFMD، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك.
- اتصل بإدارة الصحة المحلية لديك. يوجد دليل لإدارات الصحة المحلية في صفحة المناطق الصحية المحلية VDH.
- تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها بشأن مرض HFMD.

أغسطس 2023