

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 وبالبالغين.

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.

معلومات إضافية – وحدات الصحة العامة في نيو ساوث ويلز



1300 066 055

www.health.nsw.gov.au