Arabic - Number 14b
December 2023

الحصبة
Measles

ما الحصبة؟

الحصبة مرضٌ خطير يُسبّبه فيروس الحصبة. يمكن أن يسبب التهاب الدماغ، والذي يمكن أن يؤدي إلى نوبات صرع أو صمم أو تلف في الدماغ. قد يموت واحد من كل 3000 شخص مصاب بالحصبة من المضاعفات. يزداد خطر المضاعفات والوفاة شيوعًا عند الرضع الذين تقل أعمارهم عن 12 شهرًا والبالغين.

يُمكن أن تشمل مضاعفات الحصبة:

- التهابات الأذن
- إسهال
- الالتهاب الرئوي
- التهاب الدماغ (1 من كل 1000 حالة)

بفضل التطعيم، أصبحت الحصبة الآن مرضًا نادرًا في كندا. تحدث معظم الإصابات لدى الأشخاص غير المطعّمين، بما في ذلك من يزورون كندا قدومًا من الخارج.

هل هناك لقاح للحصبة؟

هناك لقاحان في بريتش كولومبيا يوفّران الوقاية من الحصبة:

1. اللقاح الثلاثي الفيروسي (MMR) ضد الحصبة، والنكاف، والحصبة الألمانية
2. اللقاح الرباعي الفيروسي (MMRV) ضد الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية وجُديري الماء (الحماق)

يتوفّر اللقاحان مجانًا ضمن التطعيمات الروتينية للأطفال ولمن هم بحاجة إلى الوقاية من الحصبة. لمزيد من المعلومات، راجع ملف HealthLinkBC رقم a14 لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) وملف HealthLinkBC رقم e14 لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية والحماق (MMRV).

كيف تنتشر الحصبة؟

الحصبة معدية للغاية وتنتشر بسهولة. ينتقل الفيروس عبر الهواء عندما يتنفس الشخص المصاب أو يسعل أو يعطس. يمكن أن يعيش فيروس الحصبة لعدة ساعات في قطيرات صغيرة في الهواء. ويمكن أن تنتقل إليك العدوى عندما تتنفس هذه القطيرات أو تلمس الأشياء الملوثة بالفيروس. انتشار فيروس الحصبة عبر الهواء يجعل المرضَ معديًا للغاية. يمكن أيضًا أن تشكّل مشاركة الطعام أو المشروبات أو السجائر، أو تبادل القبلات مع شخص مصاب بالفيروس خطرًا عليك.

ما هي الأعراض؟

تشمل أعراض الحصبة الحمّى والسعال وسيلان الأنف واحمرارًا والتهابًا في العينين مع تحسسهما من الضوء في الغالب. يتبع هذه الأعراض طفح جلدي يبدأ أولاً على الوجه والعنق، ثم ينتشر إلى الصدر والذراعين والرجلين. يستمر الطفح الجلدي لمدة تتراوح ما بين 4 إلى 7 أيام. وقد تظهر كذلك بقع بيضاء صغيرة داخل الفم.

يمكن أن تبدأ الأعراض بعد 7 أيام فقط من إصابة الشخص بفيروس الحصبة.

ماذا لو تعرّضتُ للحصبة؟

إذا تعرّضت لفيروس الحصبة ولم تُصب بالمرض من قبل أو لم تتلقَ جرعتين من لقاح الحصبة، عليك تلقي التطعيم للوقاية من المرض. عليك تلقي اللقاح خلال 72 ساعة من تعرّضك للفيروس لحمايتك من فيروس الحصبة. قد لا يحتاج الأشخاص الذين ولدوا قبل عام 1970 إلى الحصول على اللقاح لأنهم على الأرجح قد أصيبوا بالحصبة.

إذا لم تتمكن من الحصول على اللقاح في الوقت المناسب أو لم يكن تلقيك للقاح مستحسناً، فقد تُعطى الجلوبيولين المناعي للوقاية. يحتوي الغلوبيولين المناعي على أجسام مضادة مأخوذة من دم بشري متبرَّع به. والأجسام المضادة هي بروتينات يصنعها الجهاز المناعي للشخص لمحاربة الجراثيم كالفيروسات أو البكتيريا. يمكن للغلوبيولين المناعي الذي يُعطى خلال 6 أيام من التعرّض للحصبة أن يقي من عدوى الحصبة أو يقلل من شدة المرض. لمزيد من المعلومات، راجع ملف HealthLinkBC رقم 63 الجلوبيولين المناعي.

ماذا عليّ أن أفعل إذا اعتقدت أنني مصاب بالحصبة؟

إذا كنت تعاني من الحمى والطفح الجلدي، وتعتقد أنك قد تكون مصابًا بالحصبة، خاصة إذا كنت على تواصل بشخص مصاب بالحصبة أو سافرت إلى منطقة يتفشى بها مرض الحصبة، فاخضع للفحص لدى مقدم للرعاية الصحية. من الأفضل الاتصال مسبقًا حتى يمكن فحصك سريعًا ودون نقل العدوى إلى آخرين. يمكن أن تنتشر الحصبة بسهولة في أماكن مثل غرف الانتظار وقسم والطوارئ. سيتأكد الطبيب أو ممرض تقييم الحالات من أخذك إلى منطقة مغلقة لتخضع للفحص ومن حضورك إلى العيادة في وقت تكون فيه غرفة الانتظار خالية. أحضر سجل تطعيماتك معك. ستخضع لفحص بدني واختبار الدم ومسحة الحلق أو تُجمع منك عينة للبول لتشخيص الحصبة.

كيف يمكنني منع نشر الحصبة إلى الآخرين؟

يمكن لشخص مصاب بالحصبة أن ينقل الفيروس إلى الآخرين خلال فترة تمتد من 4 أيام قبل ظهور أول طفح جلدي حتى 4 أيام بعد ظهوره. إذا كنت مصابًا بالحصبة يمكنك منع نشرها إلى الآخرين من خلال:

- البقاء في المنزل لمدة 4 أيام على الأقل بعد ظهور أول طفح جلدي.

- غسل يديك بانتظام
- السعال أو العطس في منديل أو كمّك بدلاً من يديك
- عدم مشاركة الطعام أو المشروبات أو السجائر، أو تبادل القبلات مع الآخرين

ما هو العلاج المنزلي لها؟

بعد زيارة مقدّم الرعاية الصحية، قد تساعدك نصائح العلاج المنزلي التالية على الشعور بمزيد من الراحة حين تستريح وتتعافى.

- اشرب كثيرًا من السوائل مثل الماء والعصير والحساء خاصةً إذا أصابتك حمى
- احصل على قسط وفير من الراحة

*لا ينبغي إعطاء آيبوبروفين للأطفال دون سن 6 أشهر قبل التحدث أولاً

يمكن إعطاء الأسيتامينوفين (مثل تايلينول®) أو الأيبوبروفين* (مثل أدفيل®) لتخفيف الحمى أو الألم. لا ينبغي إعطاء حمض الأسيتيل ساليسيليك ASA (كالأسبرين®) لمن هم دون سن الـ 18 لخطورة الإصابة بمتلازمة راي.

إلى مقدم الرعاية الصحية المتابع لك.

لمزيد من المعلومات حول متلازمة راي يُرجى الاطلاع على ملف HealthLinkBC رقم 84 متلازمة راي..

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority