

## حقائق عن جدري الماء (الحماق) Facts about chickenpox (varicella)

### ما هو جدري الماء؟

المشروبات أو السجائر أو التقبيل. كما يمكن أن ينتشر من خلال ملامسة السائل الموجود في بثور جدري الماء أو الهريس النطاقي. يمكن للحوامل المصابين بجدري الماء نقل المرض إلى الطفل قبل الولادة.

يمكن للمصابين بجدري الماء أن ينقلوا الفيروس إلى الآخرين قبل أن يظهر عليهم طفح جدري الماء بيوم إلى يومين حتى تجف بثور الطفح الجلدي وتتكون عليها قشرة (بعد حوالي 5 أيام). يصيب الأشخاص أكثر قابلية لنشر العدوى بدءاً من اليوم السابق لظهور الطفح الجلدي وخلال الأيام القليلة الأولى بعد ظهوره.

عادة ما يستغرق الأمر من أسبوعين إلى ثلاثة حتى يصاب الشخص بالمرض بعد التعرض للفيروس. إذا تعرض طفلك لجدري الماء، راقب علامات المرض خلال الأسبوعين إلى الثلاثة أسابيع التالية.

### ما الأعراض؟

قد تشمل أعراض جدري الماء الحمى والألم والتعب والصداع وفقدان الشهية. وبعد بضعة أيام يظهر طفح جلدي. تظهر البقع الحمراء أولاً على الوجه وفروة الرأس ثم تنتشر بسرعة نزولاً إلى الجسم وإلى الذراعين والساقين. تصبح البقع مثيرة للحكة وتبدأ في الظهور على شكل بثور مملوءة بسائل شفاف. بعد بضعة أيام أخرى، يصبح السائل عكراً، وتنفجر البثور، وتتشكل قشرة أو جلبة أثناء شفاء الجلد. خلال هذا الوقت، تظهر "دفعات" جديدة من البقع، وتشكل بثوراً ثم تكوّن قشرة. يستمر مرض جدري الماء عادة لمدة 10 أيام تقريباً.

### ما العلاج؟

إذا تعرضت للفيروس أو ظهرت عليك أعراض جدري الماء، فقد يوصى بالعلاج إذا لم تكن قد أصبت سابقاً بجدري الماء أو الهريس النطاقي أو تلقيت لقاح جدري الماء. يعتمد العلاج على عمرك وصحتك وشدة المرض. لن يحتاج معظم الأطفال الأصحاء إلا إلى البقاء في المنزل والراحة.

يوصى بالعلاج للأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالمرض الشديد، بما في ذلك:

- الحوامل
  - الأطفال حديثي الولادة
  - الأشخاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة
- اتصل بمقدم الرعاية الصحية المتابع لك على الفور إذا تعرضت للفيروس أو ظهرت عليك أعراض جدري الماء.

جدري الماء هو عدوى يسببها الفيروس النطاقي الحماقي، جدري الماء هو مرض خفيف عادة عند الأطفال. يمكن أن تكون العدوى أكثر خطورة عند حديثي الولادة والمراهقين والبالغين والحوامل والأشخاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة.

### ما هي مضاعفات جدري الماء؟

يمكن أن تشمل المضاعفات الناجمة عن جدري الماء الالتهاب الرئوي (عدوى الرئة)، والتهاب الدماغ (تورم الدماغ)، والتهابات بكتيرية في الجلد بسبب الحكة. يمكن أن يؤدي التهاب الدماغ إلى نوبات تشنجية أو الصمم أو تلف في الدماغ. سيموت حوالي واحد من كل 3000 بالغ مصاب بجدري الماء بسبب العدوى.

نادراً ما قد تؤدي العدوى في المراحل المبكرة من الحمل إلى ولادة طفل مصاب بتشوهات خلقية. يُعرف ذلك بمتلازمة الحماق الخلقية. قد يولد الأطفال المصابون بها بوزن منخفض، وندوب، ومشكلات في الأطراف والعينين والدماغ. يمكن أن يؤدي جدري الماء أيضاً إلى الإجهاض أو ولادة طفل ميت.

### هل يوجد لقاح؟

هناك لقاحان يحميان من جدري الماء:

- لقاح جدري الماء (الحماق)
  - لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية وجدري الماء (MMRV)
- تُقدّم اللقاحات مجاًناً كجزء من التطعيمات الروتينية للأطفال وللمن يحتاجون الحماية من جدري الماء.
- لمزيد من المعلومات تفضّل زيارة:

• ملف HealthLinkBC رقم b44 لقاح جدري الماء (الحماق)

• ملف HealthLinkBC رقم e14 لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية وجدري الماء (MMRV)

### كيف ينتشر مرض جدري الماء؟

ينتشر الفيروس عبر الهواء عندما يسعل أو يعطس الشخص المصاب. يمكن أن تنتقل إليك العدوى عندما تتنفس هذا الهواء أو تلمس أسطحاً ملوثة بالفيروس. يمكن أن ينتشر الفيروس من خلال ملامسة لعاب الشخص المصاب، مثل مشاركة الطعام أو

## ما هو الهربس النطاقي؟

نفس الفيروس الذي يسبب جدري الماء يسبب الهربس النطاقي. بالنسبة لبعض من أصيبوا بجدري الماء، يمكن للفيروس أن يصبح نشطاً مرة أخرى في وقت لاحق من الحياة ويسبب طفحاً جلدياً مؤلماً مع بثور تسمى الهربس النطاقي.

تشمل أعراض الهربس النطاقي الصداع والحمى والغثيان والقشعريرة. قد تشعر بالحكة أو الوخز أو الألم الشديد في المنطقة التي يظهر فيها الطفح الجلدي بعد عدة أيام. يستغرق شفاء البثور من أسبوعين إلى أربعة أسابيع، على الرغم من أن بعض الندبات قد تبقى.

إذا كنت تعاني من الهربس النطاقي وتشعر أنك على ما يرام، فلا داعي للانقطاع عن العمل أو الأنشطة الأخرى، طالما كان من الممكن تغطية الطفح الجلدي بالكامل. لا يمكن أن ينتقل الهربس النطاقي من شخص إلى آخر. إلا أنه يمكن للشخص المصاب بالهربس النطاقي أن ينشر جدري الماء إلى شخص لم يصب بجدري الماء أو لم يتلق لقاح جدري الماء. هذا الأمر ليس شائعاً ويتطلب للمس المباشر للسائل الذي تفرزه بثور الهربس النطاقي.

لمزيد من المعلومات حول الهربس النطاقي، تفضل بزيارة [HealthLinkBC](http://www.HealthLinkBC.ca) رقم 111 لقاح الهربس النطاقي.

يجب البدء بالعلاج في أقرب وقت ممكن لتخفيف شدة المرض وتقليل خطر حدوث مضاعفات.

قد يشمل العلاج دواءً مضاداً للفيروسات، أو حقنة من الغلوبولين المناعي للفيروس النطاقي الحمائي، أو لقاح جدري الماء.

## ما هو العلاج المنزلي؟

في معظم الحالات، يعتبر جدري الماء مرضاً خفيفاً. إذا كنت مريضاً جداً لدرجة لا تستطيع فيها المشاركة في الأنشطة الاعتيادية أو إذا كنت تعاني من الحمى، فيجب عليك البقاء في المنزل.

أكثر ما يمكن أن يفيد هو القيام بالأمر الذي يجعلك أنت أو طفلك تشعر بمزيد من الراحة. يمكنك اتخاذ الخطوات التالية:

- اشرب الكثير من السوائل مثل الماء والعصير والحساء، خاصة إذا كان هناك حمى. إذا كان طفلك يرضع رضاعة طبيعية أو صدرية، دعه يرضع مرات أكثر
- أبق أظافرك قصيرة ونظيفة، وغطّ يديك بالقفازات أو الجوارب أثناء الليل لمنع الحكة
- حافظ على برودة الجلد لتخفيف الحكة. ارتدِ ملابس خفيفة وتجنب الاستحمام بالماء الساخن. اسأل الصيدلي أو مقدم الرعاية الصحية المتابع لك عن المراهم التي يمكن أن تقلل الحكة

- امنع انتشار العدوى عن طريق استخدام منظف منزلي لغسل أي ملابس أو أشياء أخرى تلوّثت بالسوائل من بثور جدري الماء. ابق الشخص المصاب بعيداً عن أفراد الأسرة الآخرين الذين لم يصابوا بجدري الماء

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.

\*لا ينبغي إعطاء آيبوبروفين للأطفال دون سن 6 أشهر قبل التحدث أولاً إلى مقدم الرعاية الصحية المتابع لك.

لمزيد من المعلومات حول متلازمة راي، يرجى زيارة [HealthLinkBC](http://www.HealthLinkBC.ca) رقم 84 - متلازمة راي.