

# هل تريد أن تعرف؟

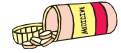
## التهاب السحايا Meningitis

G02  
sheet 1/1

### التعريف

هو التهاب في الأغشية التي تغطي الدماغ والنخاع الشوكي. ينتج التهاب السحايا عن عدوى حادة للأغشية نتيجة غزو بكتيريا، فيروسات فطريات أو طفيليات. تنتقل العدوى بالملامسة المباشرة عبر الرذاذ في الهواء (العطس، السعال) أو عبر الإتصال المباشر بإفرازات الأنف أو الحنجرة لشخص مصاب. العوارض الأكثر شيوعاً هي حرارة، ألم حاد في الرأس، غثيان، وفي بعض الأحيان تقيؤ مع تصلب في الرقبة. قد يظهر أيضاً طفح جلدي واضطرابات في الوعي رغيبوية في بعض الأحيان.

### ما يجب أن تعرفه؟



#### الأدوية

- مرض السحايا داء يعالج في المستشفى. يجب إتباع تعليمات الطبيب قبل الدخول وبعد الخروج من المستشفى.
- تناول الأدوية المضادة للإلتهابات، المخففة للألم أو للحرارة حسب تعليمات الطبيب.



#### الطعام والحمية

- تناول وجبات متوازنة لتعويض خسارة الطاقة وأكثر من تناول السوائل لمنع حدوث الجفاف نتيجة إرتفاع الحرارة.



#### النشاط البدني والحركة

- خذ فترات كافية من الراحة للمحافظة على الطاقة والشعور بالحيوية. إمتنع عن القيام بحركات الرأس المفاجئة غير الضرورية، مع تجنب تحريك الرقبة. حرك الجسم كتلة واحدة للتقليل من الضغط على الدماغ.

- أطلب المساعدة للقيام ببعض النشاطات والحركات لتجنب زيادة الجهد على العضلات.



#### الخيارات العلاجية

- ضع شرشفاً ملفوفاً تحت الركبتين لتخفيف ألم العضلات، الظهر والمفاصل. وضع كمادات ثلج على الجبين لتخفيف ألم الرأس. إرفع رأسك قليلاً أثناء الإستلقاء للتخفيف من الضغط على الدماغ.
- راقب كمية السوائل المستهلكة التي يفرزها الجسم (خاصة البول).



#### إجراءات وقائية

- تجنب الأدوات الملوثة بإفرازات المصابين. على كل من يتعامل مع المريض الخضوع للفحوصات واللقاح أو العلاج.
- تجنب المضايقات الخارجية لمنع الإثارة، وحافظ على أجواء هادئة. يفضل الجلوس في غرفة مظلمة.

### إرشادات

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---