

# هل تريد أن تعرف؟

## الحصبة Measles

B02  
sheet 1/1

### التعريف

الحصبة هي مرض فيروسي حاد معد يصيب عادة الأطفال. من عوارضه إرتفاع الحرارة، إلتهاب في غشاء العين، سعال، إلتهاب في القصبة الهوائية، وبقع في غشاء الفم الداخلي.

يبدأ الطفح الجلدي بالظهور في اليوم الثالث ويستمر حتى اليوم السابع. يبدأ على الوجه ثم ينتشر إلى بقية الجسم ويبقى لمدة أربعة لسبعة أيام، وينتهي أحياناً بقشر طفيف على الجسم.

ينتقل المرض من شخص إلى آخر عبر الرذاذ في الهواء (العطس، السعال)، أو عبر الإتصال المباشر بإفرازات الأنف أو الحنجرة لشخص مصاب (تقبيل، مشاركة في أدوات الطعام).

يدوم المرض حوالي سبعة أيام عند أغلب المرضى: ٣ أيام قبل ظهور الطفح الجلدي، ٤ أيام لإنحلاله ثم يضمحل هذا الطفح خلال الأيام الثلاث الأولى مع إنخفاض في درجات الحرارة.

### ما يجب أن تعرفه؟



#### الأدوية

• بعد مراجعة الطبيب، تناول الأدوية اللازمة ومخفضات الحرارة للحفاظ على درجة حرارة طبيعية.



#### الطعام والحمية

• أكثر من تناول السوائل لمنع الجفاف وتناول وجبات متوازنة لتعويض خسارة الطاقة وتسريع الشفاء.



#### النشاط البدني والحركة

• خذ فترات كافية من الراحة خلال المرض للحفاظ على الطاقة.  
• لازم السرير عند إرتفاع الحرارة.

• لا تذهب إلى المدرسة أو العمل لمدة ٤ أيام على الأقل بعد ظهور الطفح الجلدي وذلك تجنباً لنقل العدوى.



#### الخيارات العلاجية

- حافظ على حرارة طبيعية عبر تناول الكثير من السوائل، أو تناول أدوية مخفضة للحرارة وفق إرشادات الطبيب.
- إستحم بالماء الفاتر ونظّف العينين برش الماء ثم إمسح بقطعة قماش نظيفة مبللة بماء فاتر مع عدم الفرك.
- أبق الغرفة مظلمة أو إرتد النظارات الشمسية لتجنب الإنزعاج من الضوء.
- رطب الهواء باستعمال مرطب للجو أو وضع أنية ماء في الغرفة من أجل تخفيف و تسهيل عملية السعال.
- لا تقم احتكاكاً مباشراً مع الزائرين المصابين بالإلتهاب وذلك لتفادي الإصابة بالعدوى بأمراض أخرى.



#### إجراءات وقائية

- أعلم الطبيب في حال حدوث المضاعفات التالية: ألم في الأذن، ألم في البطن، نزف من الأنف، قصر في التنفس، وجع الرأس، حرارة مرتفعة دائمة، تشنجات غير طبيعية للعضلات، تصلب في الرقبة أو تغيرات في درجة الوعي.
- على الأشخاص المحيطين بالمريض التحصّن ضد المرض وذلك خلال ٧٢ ساعة من التعرض للعدوى.
- إن جميع الاشخاص المصابين أو الذين ليس لديهم مناعة كافية ضد المرض هم معرضون للإصابة.
- على المرأة الحامل تجنب الإتصال المباشر بالأشخاص المصابين لتفادي حصول أي عدوى.
- استخدم العزل وفق إرشادات الطبيب.

### إرشادات

إن المعلومات الواردة هي لهدف التثقيف فقط. يجب استشارة الطبيب في حال تطابق أي من العوارض الواردة ضمناً. تم تحضير هذه النشرة من قبل قسم الخدمات التمريضية بالتنسيق مع جهات طبية أخرى.