

جدري الماء (فيروس الحماق النطاقي (Varicella-Zoster)

عزيزي الوالد أو الوصي،

لقد تم تزويدك بصحيفة الوقائع هذه:

□ لأنك قد تكون تعرضت أنت أو طفلك لجدري الماء.

□ لأغراض إعلامية فقط.

معلومات عامة عن جدري الماء

ما هو جدري الماء؟

- جدري الماء (الحماق) يسببه فيروس الحماق النطاقي (Varicella-Zoster)، وهو نوع من أنواع الفيروسات الهربسية.
- بمجرد إصابة الشخص بجدري الماء، يبقى الفيروس عادة في الجسم ويمكن أن يسبب بعد ذلك القوباء المنطقية (الحزام الناري (shingles) عند البالغين).
- هناك لقاح للوقاية من جدري الماء متوفر لأي شخص عمره أكبر من 1 سنة.

من يمكن ان يصاب به؟

- أي شخص يمكن أن يصاب بجدري الماء، ولكن ذلك غير مرجح إذا كان قد حصل على لقاح الحماق.
- يمكن أن يصاب الشخص المصاب سابقاً بالجدري بحالة خفيفة من جدري الماء لكن ذلك يحدث نادراً.
- هناك بعض المجموعات الذين لديهم مخاطر أكبر للإصابة بمرض شديد أو ان يتطور عندهم مشاكل طبية، من ضمن هذه المجموعات:
 - الأطفال دون سن 1 سنة
 - الأطفال فوق 12 سنة
 - البالغين
 - الأشخاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة
 - النساء الحوامل
 - الأشخاص الذين لم يتلقوا لقاح الحماق
- يجب على الأشخاص في المجموعات الأكثر عرضة للخطر (انظر أعلاه) الاتصال بمقدم الرعاية الصحية الخاص بهم إذا كانوا يعتقدون أنهم تعرضوا لجدري الماء أو انهم أصيبوا به.

ما هي الأعراض؟

- من الأعراض الرئيسية، الطفح الجلدي الذي يشبه البثور والحكة التي تبدأ غالباً على الظهر والصدر والوجه.
- تكون هذه البثور ("الجدري") صغيرة ووردية ومملوءة بسائل.
- بعد 4 إلى 5 أيام تجف بثور الجدري وتشكل قشور.

- يمكن أن يصاب الشخص ببثور الجدري في أي مكان من جسمه من عدد قليل إلى أكثر من 500 بثرة جدري على جسمه أثناء المرض.
- يمكن أن تشمل الأعراض الأخرى ما يلي:
 - الحمى (تعرف الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال الحمى بأنها درجة حرارة 100.4 درجة فهرنهايت [38 درجة مئوية] أو أعلى)
 - تعب غير عادي / مستوى نشاط منخفض
 - فقدان الشهية
 - الصداع
- يمكن أن يسبب جدري الماء في بعض الأحيان في حدوث التهابات جلدية بكتيرية والتهاب رئوي pneumonia، والتي يمكن أن تكون خطيرة.

كيف ينتشر؟

- ينتشر بسهولة بالغة. ويكون لدى الشخص الذي لم يسبق له الإصابة بجدري الماء، أو لم يسبق له الحصول على لقاح جدري الماء، فرصة بنسبة 90% للإصابة إذا كان بالقرب من شخص مصاب بجدري الماء.
- يتواجد الفيروس في السائل الموجود في البثور والقشور.
- يمكن ان يتواجد الفيروس في الهواء بعد زفير الشخص المصاب بجدري الماء (على سبيل المثال، عند التنفس أو التحدث أو الغناء أو ممارسة الرياضة أو السعال أو العطس) وإطلاقه قطرات وجزيئات صغيرة في الهواء.
- تتعلق الجزيئات الصغيرة بالهواء ويمكن أن تبقى هناك لساعات (يسمى هذا المحمولة جوا).
- عادة لا تنتقل القطرات، وهي أكبر حجماً من الجزيئات، أكثر من 6 أقدام.
- ينتشر:
 - عندما يشهق الشخص القطرات أو الجزيئات الصغيرة.
 - عن طريق لمس شيء أو سطح يحتوي على الفيروس ثم لمس الفم أو العينين أو الأنف.
 - من خلال مشاركة الأواني أو الأكواب مع شخص مصاب بجدري الماء.
- يمكن أيضاً أن ينتشر جدري الماء عن طريق لمس بثور الشخص المصاب بالقوباء المنطقية (الحزام الناري).
- قد يستغرق الأمر من 10 إلى 21 يوماً إلى حين ظهور الأعراض بعد التواجد حول شخص مصاب بجدري الماء.

كيف أعرف إذا كان طفلي مصاباً بجدري الماء؟

يمكن لمقدم الرعاية الصحية تشخيص مرض جدري الماء من خلال النظر إلى الطفح الجلدي أو البثور على جلد الشخص.

عند الاتصال لتحديد موعد، يرجى إخبار مقدم الرعاية الصحية الخاص بك أنك قلق بشأن جدري الماء. قد يكون لدى مقدم الرعاية الصحية تعليمات خاصة لزيارتك.

صحيفة الوقائع هذه توفر معلومات عامة فقط.



ماذا لو كان طفلي مصابا بجذري الماء؟

أبلغ دار الرعاية الخاص بطفلك أو المدرسة التمهيديّة على الفور إذا كان طفلك مصابا بجذري الماء.

كيف يتم علاجه؟

- قد يقوم مقدم الرعاية الصحية بوصف الأدوية المضادة للفيروسات لعلاج جذري الماء، خاصة للأشخاص الذين يعانون من أعراض حادة أو المعرضين لخطر حدوث مضاعفات خطيرة. تحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك حول خيارات العلاج.
- تأكد من إبقاء الأطفال مرتاحين، واسمح لهم بأخذ الراحة، وتأكد من أنهم يشربون الكثير من السوائل، واطمئن عليهم كثيرا.
- يمكن أن تساعد حمامات الشوفان الدافئة ومستحضر الكالامين (Calamine) مؤقتا في الحكة.
- يجب أن يرى مقدم الرعاية الصحية الرضع الذين تبلغ أعمارهم 3 أشهر أو أقل ولديهم حمى تبلغ 100.4 درجة فهرنهايت (38 درجة مئوية) أو أعلى.
- تحدث مع مقدم الرعاية الصحية لطفلك إذا كانت لديك أية مخاوف بشأن أعراض طفلك. قم باستشارة مقدم الرعاية الصحية الخاص بطفلك على الفور إذا كان:
 - لديه حمى عالية (أعلى من 102 درجة فهرنهايت [38.9 درجة مئوية])، أو استمرت الحمى لديهم لفترة أطول من 4 أيام.
 - هناك علامات على وجود عدوى بكتيرية: حيث تصبح المنطقة المحيطة بالجذري حمراء أو دافئة أو منتفخة أو مؤلمة، أو قد يتكون الصديد في بثرة الجذري (سائل سميك متغير اللون).
 - لديهم تصلب في الرقبة أو تقيء متكرر أو صعوبة في التنفس.

كيف يمكنني المساعدة في منع انتشار جذري الماء؟

- التطعيم هو أفضل طريقة للوقاية من جذري الماء.
- لا تحتاج إلى اللقاح إذا كنت قد أصبت بالفعل بجذري الماء. إذا لم تكن متأكدا مما إذا كنت قد أصبت بجذري الماء أم لا، فتحدث إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك حول إجراء فحص دم.
- زيادة التهوية الداخلية.
- اغسل يديك كثيرا خاصة بعد العطس والسعال ومسح الأنف ولمس البثور.
- تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك.
- تجنب مشاركة الأكواب وأواني الأكل والطعام والمشروبات مع أي شخص مصاب بجذري الماء.
- قم بتنظيف الألعاب والأشياء الأخرى التي يضعها الأطفال في أفواههم بالماء والصابون.
- قم بتنظيف وتعقيم الأسطح المنزلية.
- حافظ على أطراف الأصابع قصيرة للمساعدة في تقليل الخدش وحوث الندب. يمكن أن يساعد الحفاظ على نظافة الأطراف في تجنب الالتهابات الجلدية.

ماذا أفعل إذا تعرض طفلي لجذري الماء؟

- إذا كانوا محصنين بالفعل ضد جذري الماء (لديهم جرعتين من لقاح الحماق أو أصابوا بالفعل بجذري الماء)، فمن المرجح أنهم لن يمرضوا. معظم الناس لا يصابون بجذري الماء أكثر من مرة.

- إذا لم يكونوا محصنين ضد جدري الماء (لم يتلقوا جرعتين من لقاح الحماق أو لم يصابوا بجدري الماء)، فإن الحصول على لقاح الحماق في غضون 3 أيام من التعرض يمكن أن يساعد في منعه. التطعيم بعد 3 إلى 5 أيام من التعرض ربما لن يمنع جدري الماء ولكنه قد يجعله أكثر اعتدالا. تحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك حول ما يجب القيام به.
- يجب الاتصال بمقدم الرعاية الصحية على الفور للأشخاص المعرضين لخطر أكبر بالإصابة بمضاعفات جدري الماء، مثل الأشخاص الذين يعانون من نقص المناعة والحوامل والرضع الخدج.

هل يحتاج طفلي إلى البقاء في المنزل بدل الذهاب الى دار رعاية الطفل؟

إذا تعرض طفلك لجدري الماء، فلن يحتاج إلى البقاء في المنزل بدل الذهاب الى دار رعاية الطفل ما لم تظهر عليه أعراض جدري الماء.

إذا كان طفلك مصابا بجدري الماء، فعليه البقاء في المنزل. يحتاج أي شخص مصاب بجدري الماء، بما في ذلك أولئك الذين تم تطعيمهم، إلى البقاء في المنزل بدل الذهاب الى دار رعاية الطفل الى حين قيام كل البثور بتشكيل القشور وعندما لا تظهر تقرحات جديدة لمدة 24 ساعة.

يرجى اتباع سياسة المرض الخاصة ببرنامج رعاية طفلك.

المراجع:

American Academy of Pediatrics

- *Caring for Our Children. Chapter 7 Infectious Diseases, 7.7 Herpes Viruses, 7.7.4 Varicella-Zoster (Chickenpox) Virus*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5th Edition. pages 71-73*

Centers for Disease Control & Prevention

- *Chickenpox (Varicella). <https://www.cdc.gov/chickenpox/index.html>*

MedlinePlus

- *Chickenpox. <https://medlineplus.gov/chickenpox.html>*