ምች (ሄርፐስ ሲምፐሌክስ ቫይረስ አይነት 1 [HSV-1])

ውድ ወላጅ ወይም አሳዳጊ፣

ይህ የመረጃ ወረቀት እየተሰጠዎት ያለው፡-

☐ **እርስዎ ወይም ልጅዎ ለ HSV-1 ተጋልጠው ሊሆን ስለሚችል ነው።**

☐ **ለመረጃ አገልግሎት አላማዎች ብቻ የሚውል።**

ስለ ምች አጠቃላይ መረጃ

ምች ምንድን ነው?

- ምች በሄርፐስ ሲምፐሌክስ ቫይረስ አይነት 1 (HSV-1) የሚከሰት የአፍ፣ አፍንጫ እና የከንፈር ኢንፌክሽን ነው። እንዲሁም ውሃ የቋጠረ ቁስል በመባል ይታወቃሉ።
- ሁለት የHSV አይነቶች አሉ። **HSV አይነት 1 በተለምዶ በአፍ ላይ ምች ሲያመጣ** HSV አይነት 2 የብልት ሽፍታ ያስከትላል።
- አንድ ሰው አንድ ጊዜ HSV-1 ከያዘው በኋላ ቫይረሱ አብዛኛውን ጊዜ በሰውነት ውስጥ ስለሚቆይ አልፎ አልፎ ምልክቶችን ሊያመጣ ይችላል።

ሊይዙ የሚችሉት ማንን ነው?

- ማንኛውም ሰው በ HSV-1 ሊያዝ እና ምች ሊይዘው ይችላል።
- ብዙ ጊዜ ሰዎች በልጅነታቸው በዚህ ቫይረስ ይያዛሉ።

ምልክቶቹ ምንድን ናቸው?

- አንዳንድ ጊዜ አንድ ሰው HSV-1 ሊይዘው እና ምንም አይነት ምልክቶች ላይታዩበት ይችላል።
- አንድ ሰው መጀመሪያ HSV-1 ሲይዘው ምልክቶች የሚከተሉትን ሊያካትቱ ይችላሉ:-
    - ትኩሳት (American Academy of Pediatrics ትኩሳትን እንደ 100.4ºF [38ºC] ወይም ከዚያ በላይ የሙቀት መጠን ብሎ ይገልጸዋል)
    - እያደር ድዶችን እና ከንፈርን ጨምሮ በአፍ ውስጥ ወደ ውሃ ወደቋጠረ ቁስል የሚለወጡ የሚያሰቃዩ፣ ቀይ ቁስሎች
        - ውሃ የቋጠረው ቁስል ሊደማ የሚችል ንጹህ ፈሳሽ አለው።
        - ውሃ የቋጠረው ቁስል ቀስ በቀስ ይደርቃል እንዲሁም የቁስል ቅርፊት ይሆናሉ።
    - ንጭንጭ ወይም ንዝንዝ
- ከመጀመሪያው ኢንፌክሽን በኋላ፣ HSV-1 በተለምዶ በከንፈሮች ላይ ውሃ የቋጠረ ቁስል ሆኖ ይታያል። እነዚህ ምች ወይም ውሃ የቋጠረ ቁስሎች ይባላሉ።
- አንዳንድ የ HSV-1 ያለባቸው ሰዎች በሽታ የመቋቋም አቅማቸው የተዳከመ ሰዎችን ጨምሮ በጣም ሊታመሙ ወይም ለህክምና ችግሮች የመጋለጥ እድላቸው ከፍተኛ ነው። ከፍተኛ ተጋላጭነት ያላቸው ሰዎች ለ HSV-1 እንደተጋለጡ ካሰቡ የጤና እንክብካቤ አቅራቢያቸውን ማነጋገር አለባቸው።

HSV-1 የሚሰራጨው እንዴት ነው?

- ቫይረሱ ምች ከመውጣቱ በፊት ባሉት ሁለት ሳምንታት እና ምች በሚታይበት ጊዜ የመስፋፋት እድሉ ከፍተኛ ነው።
- ከምቹ በሚወጣው ፈሳሽ ውስጥ እና በምች ያለበት ሰው ምራቅ (ለሃጭ) ውስጥ ይገኛል።
- ሊሰራጭ የሚችለው በ:-
    - ቫይረሱ ያለበትን ነገር ወይም ገጽታ (ለምሳሌ በአፍ የሚያዙ አሻንጉሊቶች) ከነኩ በኋላ አይኖችን፣ አፍንጫ ወይም አፍን ባልታጠበ እጅ መንካት።
    - ምች ካለበት ሰው ጋር እቃዎችን ወይም ኩባያዎችን መጋራት።
    - ክፍት ቁስሎችን በቀጥታ መንካት (ለምሳሌ መሳም)።

Public Health
Seattle & King County

ልጄ በ HSV-1 ምክንያት የሚመጣ ምች እንዳለበት እንዴት አውቃለሁ?

HSV-1 ለመመርመር አስቸጋሪ ሊሆን ይችላል ምክንያቱም የአፍ ቁስሎችን ከሚያስከትሉ ሌሎች ኢንፌክሽኖች (ለምሳሌ የእጅና የእግር እና የአፍ በሽታ፣ የአፍ ቁስሎች፣ የጉሮሮ በሽታ) ጋር ሊምታታ ይችላል። የጤና እንክብካቤ አቅራቢ HSV-1 መሆኑን ምርመራዎችን በማዘዝ ሊያውቅ ይችላል።

ተጨማሪ ጥያቄዎች ካሉዎት ወይም ልጅዎ HSV-1 ሊኖርበት ይችላል የሚል ስጋት ካለዎት የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ። ይህ የመረጃ ሉህ አጠቃላይ መረጃ ብቻ ይሰጣል።

ልጄ በ HSV-1 የሚመጣ ምች ቢይዘውስ?

ልጅዎ HSV-1 እንዳለበት ከታወቀ እና ከአሁኑ ጊዜ ምች ካለበት ለልጅዎ እንክብካቤ አቅራቢ ወይም ቅድመ ትምህርት ቤት ወዲያውኑ ያሳውቁ።

ምች እንዴት ይታከማል?

- ምችን የማዳን ጊዜን ለማሳጠር የሚረዱ የጸረ ቫይረስ መድሃኒቶች አሉ። ስለ ልጅዎ ስላሉት የህክምና አማራጮች ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ጋር ይነጋገሩ።

HSV-1 እንዳይሰራጭ ለመከላከል እንዴት መርዳት እችላለሁ?

- ብዙ ጊዜ እጆችን ይታጠቡ።
- አይኖችዎን፣ አፍንጫዎን እና አፍዎን ከመንካት ይቆጠቡ።
- በአሁኑ ጊዜ ምች ካለበት ከማንኛውም ሰው ጋር ኩባያዎችን፣ የምግብ እቃዎችን፣ ምግብን እና መጠጦችን ከማጋራት ይቆጠቡ።
- ልጆች ወደ አፋቸው የሚያስገቡትን አሻንጉሊቶች እና ሌሎች ነገሮችን በጥንቃቄ ያጽዱ እና ቆሻሻን ያስወግዱ።
- በተቻለ መጠን ምች በፋሻ መሸፈን አለባቸው።

ልጄ ከልጅ እንክብካቤ ቀርቶ በቤት መቆየት ይኖርበታል?

አይ። ለ HSV-1 የተጋለጡ ልጆች ቤት መቆየት አያስፈልጋቸውም።

በአሁኑ ጊዜ በ HSV-1 ምክንያትየሚመጣ ምች ያለባቸው ልጆች የሚከተሉት ካላጋጠሟቸው በስተቀር በልጅ እንክብካቤ መሳተፋቸውን መቀጠል ይችላሉ:-

- ከሌሎች ምልክቶች ጋር ትኩሳት (100.4°F (38°C) ወይም ከዚያ በላይ የሆነ የሙቀት መጠን) አላቸው።
- ምራቃቸውን መቆጣጠር አይችሉም።
- መሸፈን የማይችሉ ክፍት ቁስሎች አሏቸው።
- በክፍል ውስጥ በሚደረጉ እንቅስቃሴዎች ለመሳተፍ በቂ ደህንነት አይሰማቸውም (ለምሳሌ:- ከወትሮው የተለየ ድካም፤ ንጭንጭ ወይም ንዝንዝ፤ ወይም ከመደበኛ የበለጠ ማልቀስ)።

እባክዎ የልጅ እንክብካቤ ፕሮግራምዎን የበሽታ ፖሊሲ ይከተሉ።

ዋቢዎች

American Academy of Pediatrics

- Caring for our Children, Chapter 3 Health Promotion and Protection, 3.6 Management of Illness, 3.6.1 Inclusion/Exclusion Due to Illness
- Caring for our Children, Chapter 7 Infectious Diseases, 7.7 Herpes Viruses, 7.7.2 Herpes Simplex
- Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 6th Edition. Pages 119-120