

التهاب الملتحمة (العين الوردية)

عزيزي الوالد أو الوصي،

لقد تم تزويدك بصحيفة الوقائع هذه:

- لأنك ربما قد تعرضت أنت أو طفلك لالتهاب الملتحمة (العين الوردية).
- لأعراض إعلامية فقط.

معلومات عامة عن التهاب الملتحمة (العين الوردية)

ما هي التهاب الملتحمة؟

- التهاب الملتحمة هي التهاب او عدوى شائعة في العين عند الأطفال. وتسمى أيضا العين الوردية. وهي التهاب في البطانة الرقيقة والشفافة داخل الجفن ويغطي المنطقة البيضاء من العين. يمكن أن يكون سببها البكتيريا والفيروسات والمواد المسببة للحساسية (مثل وبر الحيوانات الأليفة أو عث الغبار) أو المهيجات الكيميائية.
- التهاب الملتحمة الفيروسي والبكتيري ينتشران بسهولة.
 - لا تنتشر التهاب الملتحمة التحسسي والكيميائي من شخص لآخر وليس محور رسالة الإخطار هذه.
 - التهاب الملتحمة البكتيري يكون أكثر شيوعا ابتداء من ديسمبر/ كانون الأول حتى أبريل/ نيسان.

من يمكن ان يصاب بها؟

- أي شخص يمكن ان يصاب بالتهاب الملتحمة. التهاب الملتحمة البكتيري أكثر شيوعا عند الرضع والأطفال الأكبر سنا من التهاب الملتحمة الفيروسي.

ما هي الأعراض؟

- البكتيري:
 - عين (عيون) حمراء أو وردية وحكة مؤلمة.
 - كمية أكثر من صغيرة من السائل الأخضر أو الأصفر.
 - قد تلتصق الجفون ببعضها البعض بعد النوم.
 - قد تحدث في إحدى العينين أو كليهما.
- الفيروسي:
 - عين (عيون) وردية، منتفخة ودامعة.
 - قد تتحسس العيون للضوء.
 - قد يؤثر على عين واحدة فقط.
 - قد تكون هناك أعراض أخرى مثل سيلان الأنف والتهاب الحلق وألم في الأذن.

كيف تنتشر؟

- عن طريق البكتيريا والفيروسات التي تسبب التهاب الملتحمة التي تتواجد في سائل عين الشخص المصاب.

- الطريقة الأكثر شيوعاً لانتشاره هي لمس العينين بأيد غير مغسولة بعد لمس شيء أو سطح يحتوي على الفيروس أو البكتيريا.
- يمكن أيضاً العثور على الفيروسات التي تسبب التهاب الملتحمة في قطرات السعال والعطس وسيلان الأنف.
- يمكن أن ينتشر أيضاً:
 - من خلال الاتصال الشخصي الوثيق، مثل اللمس أو المصافحة.
 - مشاركة الأغراض الشخصية التي تلامس العين عن قرب، مثل المناشف العادية أو المناشف اليدوية الصغيرة أو المكياج أو النظارات.
 - عندما يسعل أو يعطس شخص مصاب بالتهاب الملتحمة الفيروسي ويتنفس شخص آخر من الرذاذ.

كيف أعرف إذا كان طفلي مصاباً بالتهاب الملتحمة؟

يمكن لمقدم الرعاية الصحية تشخيص التهاب الملتحمة عن طريق فحص عيون الشخص.

إذا كانت لديك أسئلة إضافية أو كنت قلقاً بشأن إصابة طفلك بالتهاب الملتحمة، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك. صحيفة الوقائع هذه توفر معلومات عامة فقط.

ماذا لو كان طفلي مصاباً بالتهاب الملتحمة؟

أبلغ دار الرعاية الخاص بطفلك أو المدرسة التمهيدية على الفور إذا كان طفلك يعاني من التهاب الملتحمة.

كيف يتم علاجها؟

- يمكن لمقدم الرعاية الصحية اختيار العلاج الأفضل، اعتماداً على سبب التهاب الملتحمة.
- يتم علاج التهاب الملتحمة البكتيري بالمضادات الحيوية. بشكل عام تتحسن الأعراض بعد 2-3 أيام من بدء العلاج.
 - لن يتحسن التهاب الملتحمة الفيروسي بالمضادات الحيوية.

كيف يمكنني المساعدة في منع انتشار التهاب الملتحمة؟

- اغسل يديك بشكل متكرر ولمدة 20 ثانية على الأقل. في حالة عدم توفر الصابون والماء الدافئ، استخدم معقم اليدين الذي يحتوي على الكحول بنسبة 60% على الأقل لتنظيف اليدين.
- غط أنفك وفمك عند السعال أو العطس.
- تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك.
- تخلص من كرات القطن أو المناديل الورقية المستخدمة لتنظيف السائل من العينين واغسل يديك بالصابون والماء الدافئ بعد ذلك.
- نظف جيداً الأشياء التي تلمسها عادة اليدين أو الوجوه، مثل مقابض الأبواب والهواتف والألعاب.
- يجب غسل أي أغذية الوسائد والشراشف والمناشف التي يستخدمها الشخص المصاب بالتهاب الملتحمة بالماء الساخن والمنظفات، في حمولة منفصلة عن غسيل الآخرين.

- تجنب مشاركة الأشياء الشخصية، مثل المناشف والمناشف والنظارات والمكياج مع شخص مصاب بالتهاب الملتهمة.

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

كلا. يمكن للأطفال الذين تعرضوا لالتهاب الملتهمة أو تم تشخيصهم به الاستمرار في حضور دار رعاية الاطفال ما لم:

- يكن لديهم حمى (درجة حرارة 100.4 درجة فهرنهايت [38 درجة مئوية] أو أعلى) إلى جانب وجود أعراض التهاب الملتهمة الفيروسي الأخرى (سيلان الأنف والتهاب الحلق وجع الأذن).
- لا يشعرون بصحة جيدة بما يكفي للمشاركة في أنشطة الفصل الدراسي (على سبيل المثال: متعب بشكل غير عادي؛ غريب الأطوار أو صعب الإرضاء؛ أو يبكي أكثر من المعتاد).

يرجى اتباع سياسة المرض الخاصة ببرنامج رعاية طفلك. قد تتطلب برامج رعاية الأطفال من الأفراد الذين يعانون من إفرزات العين البقاء في المنزل بدلا من الذهاب الى دار رعاية الأطفال حتى تختفي الإفرزات أو حتى يتم تقييم الطفل من قبل أخصائي الرعاية الصحية.

المراجع:

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 Standard 7.5.1.1: Conjunctivitis (Pinkeye)*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5th Edition. Pages 141-142*

Centers of Disease Control & Prevention

- *Conjunctivitis website <https://www.cdc.gov/conjunctivitis/index.html>*

Child Care Health Program – Public Health Seattle & King County

- *<https://kingcounty.gov/depts/health/child-teen-health/child-care-health/disease-prevention.aspx>*
Disease Prevention Website