Public Health
Seattle & King County

አምስተኛ በሽታ

ውድ ወላጅ ወይም አሳዳጊ፣

ይህ የመረጃ ወረቀት እየተሰጠዎት ያለው፦

☐ እርስዎ ወይም ልጅዎ ለአምስተኛው በሽታ ተጋልጠው ሊሆን ስለሚችል ነው።

☐ ለመረጃ አገልግሎት አላማዎች ብቻ የሚውል።

ስለ አምስተኛው በሽታ አጠቃላይ መረጃ

አምስተኛው በሽታ ምንድን ነው?

- አምስተኛው በሽታ ፓርቮ ቫይረስ B19 በተባለ ቫይረስ የሚመጣ መካከለኛ በሽታ ነው።
- በተጨማሪም “slapped cheek disease (በጥፊ የተመታ ጉንጭ በሽታ)” ወይም Erythema Infectiosum (ኢሪተማ ኢንፌክሽሰም፣ EI) በመባል ይታወቃል።
- በጣም የተለመደው በክረምት መጨረሻ፣ በጸደይ እና በበጋ ወራት መጀመሪያ ላይ ነው።

ማን ሊይዘው ይችላል?

- ማንኛውም ሰው በአምስተኛው በሽታ ሊያዝ ይችላል።
- በልጆች ላይ በጣም የተለመደ ነው።
- በአምስተኛው በሽታ የሚያዙ አንዳንድ ሰዎች በጣም ለመታመም ወይም ለህክምና ችግሮች የመጋለጥ እድላቸው ከፍተኛ ነው፣ እነዚህም የሚከተሉትን ያካትታሉ፦
  - ሲክል ሴል በሽታ ያለባቸው።
  - ስር የሰደደ የደም ማነስ ያለባቸው።
  - የተዳከመ በሽታ የመቋቋም ስርዐት ያለባቸው።
  - ነፍሰጡር የሆኑ።
- **በከፍተኛ ሁኔታ ተጋላጭ በሆኑ ቡድን ውስጥ ያሉ ሰዎች (ከላይ ያለውን ይመልከቱ) ለአምስተኛው በሽታ እንደተጋለጡ ወይም እንዳለባቸው ካሰቡ የጤና እንክብካቤ አቅራቢያቸውን ማነጋገር አለባቸው።**

ምልክቶቹ ምንድን ናቸው?

- ትኩሳት (American Academy of Pediatrics (የአሜሪካ የህጻናት ህክምና አካዳሚ) ትኩሳትን እንደ 100.4°F [38°C] ወይም ከዚያ በላይ የሙቀት መጠን ይገልጸዋል)
- የድካም ስሜት
- የአፍንጫ ፈሳሽ
- ራስ ምታት
- የጡንቻ ህመም
- ሌሎች ምልክቶች ከታዩ በኋላ ሽፍታ ከቀናት እስከ ሳምንት ባለው ይታያል። በጉንጮች ላይ ያለው ሽፍታ ደማቅ ቀይ ሲሆን፣ “በጥፊ የተመቱ” እንዲመስሉ ያደርጋቸዋል።
- ከዚያም ሽፍታው ወደ ደረት፣ ሆድ፣ እጆች እና እግሮች ይሰራጫል፣ እንዲሁም በቆዳ ላይ ወደ ቀይ ምልክቶች ይለወጣል (ብዙውን ጊዜ ቀለል ያለ ቀለም አለው)።

- የምልክቶቹ መሃል መጽዳት ሲጀምሩ፣ ሽፍታው ዳንቴል የሚመስል መልክ ይኖረዋል።
- ሽፍታው ከጠፋ በኋላ፣ ለብዙ ሳምንታት ለሙቀት በሚጋለጥበት ጊዜ ሊመለስ ይችላል።
- በአምስተኛ በሽታ የሚያዙ አዋቂዎች በልጆች ላይ እንደሚታየው ተመሳሳይ ሽፍታ፣ እንዲሁም የመገጣጠሚያ ህመም እና እብጠት ሊኖርባቸው ይችላል።
- የተለመደ ባይሆንም፣ ሌሎች ምልክቶች ማሳከክ፣ ሳል፣ ተቅማጥ፣ ማስታወክ፣ የአፍንጫ ፈሳሽ ወይም የመገጣጠሚያ ህመምን ሊያካትቱ ይችላሉ።
- አምስተኛው በሽታ ያለባቸው ብዙ ሰዎች ምልክቶች አይኖራቸውም።

አምስተኛው በሽታ እንዴት ይተላለፋል?

- አምስተኛውን በሽታ የሚያመጣው ቫይረስ ከሳል፣ ከማስነጠስ፣ ከለሃጭ እና ከአፍንጫ ፈሳሽ በሚወጡ ጠብታዎች ውስጥ ይገኛል።
- አምስተኛው በሽታ ያለበት ሰው ሲያስል ወይም ሲያስነጥስ እና ሌላው ሰው ጠብታዎቹን ወደ ውስጥ ሲተነፍስ ቫይረሱ ሊሰራጭ ይችላል።
- እንዲሁም በሚከተሉት ሊሰራጭ ይችላል፦
  - ቫይረሱ ያለበትን ነገር ወይም ንጣፍ መንካት ከዚያም አፍን፣ አይንን ወይም አፍንጫን መንካት።
  - አምስተኛው በሽታ ካለበት ሰው ጋር እቃዎችን ወይም ኩባያዎችን መጋራት።
- አምስተኛው በሽታ 'ጉንፋን ብቻ' በሚመስልበት በበሽታው መጀመሪያ ላይ በቀላሉ ከሰው ወደ ሰው ይተላለፋል። ሽፍታው ከታየ በኋላ፣ አንድ ሰው ቫይረሱን ማሰራጨት አይችልም።
- ቫይረሱ የሚያጠቃው ሰዎችን ብቻ ነው። የእንስሳት ፓርቮቫይረሶች የተለዩ ናቸው፣ ስለዚህ ድመቶች እና ውሾች አምስተኛውን በሽታ ማሰራጨት አይችሉም።

ልጄ አምስተኛ በሽታ እንዳለበት እንዴት አውቃለሁ?

- አንድ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ በተለምዶ በግለሰቡ ላይ ባሉት ምልክቶች ላይ በመመርኮዝ አምስተኛውን በሽታ መመርመር ይችላል።
- በአንዳንድ አጋጣሚዎች፣ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ለቫይረሱ ጸረ እንግዳ አካላትን ለመመርመር የደም ምርመራን ሊያዝ ይችላል።

ተጨማሪ ጥያቄዎች ካሉዎት ወይም ልጅዎ አምስተኛው በሽታ እንዳለበት የሚያሳስብዎ ከሆነ፣ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ። ይህ የመረጃ ሉህ አጠቃላይ መረጃ ብቻ ይሰጣል።

ልጄ አምስተኛው በሽታ ቢይዘውስ?

ልጅዎ አምስተኛ በሽታ ካለበት ወዲያውኑ ለልጅዎ እንክብካቤ አቅራቢ ወይም ቅድመ ትምህርት ቤት ያሳውቁ።

እንዴት ይታከማል?

- አብዛኛውን ጊዜ አምስተኛው በሽታ በራሱ የሚድን መካከለኛ በሽታ ነው።
- ህጻናት ምቾት እንዲሰማቸው ያድርጉ፣ እንዲያርፉ ይፍቀዱላቸው፣ ድርቀትን ለመከላከል ብዙ ፈሳሽ መጠጣታቸውን ያረጋግጡ እንዲሁም በተደጋጋሚ ይመልከቷቸው።

- 100.4°F (38°C) ወይም ከዚያ በላይ የሆነ ትኩሳት ያላቸው የ3 ወር ወይም ከዚያ በታች የሆኑ ጨቅላ ህጻናት በጤና እንክብካቤ አቅራቢያቸው መታየት አለባቸው።
- ስለ ልጅዎ የበሽታ ምልክቶች የሚያሳስብዎት ነገር ካለ ከልጅዎ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ጋር ይነጋገሩ። **ልጅዎ የድርቀት ምልክቶች እያሳየ ከሆነ (ትንሽ እርጥበት ያላቸው ዳይፐሮች ወይም ከወትሮው ያነሰ ሽንት፣ ከመደበኛው የበለጠ ድካም፣ ማዞር፣ ደረቅ ምላስ ወይም ከንፈር፣ ትንሽ እንባ) ወዲያውኑ በጤና እንክብካቤ አቅራቢው መታየት አለበት።**

አምስተኛው በሽታ እንዳይዛመት በመከላከል መርዳት የምችለው እንዴት ነው?

- ሲታመሙ በቤት ይቆዩ።
- በተለይም ካስነጠሱ፣ ካሳሉ ወይም አፍንጫ ከጠራረጉ በኋላ፣ እጆችዎን ብዙ ጊዜ ይታጠቡ።
- በሚያስሉበት ወይም በሚያስነጥሱበት ጊዜ አፍንጫዎን እና አፍዎን ይሸፍኑ።
- አይኖችዎን፣ አፍዎን ወይም አፍንጫዎን ከመንካት ይቆጠቡ።
- አምስተኛው በሽታ ካለበት ከማንኛውም ሰው ጋር ኩባያዎችን፣ የመመገቢያ እቃዎችን፣ ምግብን እና መጠጦችን ከመጋራት ይቆጠቡ።
- ህጻናት ወደ አፋቸው የሚከቷቸውን አሻንጉሊቶች እና ሌሎች እቃዎች በሳሙና እና በውሃ በደንብ ያጽዱ።
- የቤት ውስጥ ንጣፎችን ይጥረጉ እንዲሁም ያጽዱ።

ልጄ ከልጅ እንክብካቤ ቀርቶ በቤት መቆየት ይኖርበታል?

አይ። ለአምስተኛው በሽታ የተጋለጡ ወይም በምርመራ የተረጋገጡ ልጆች የሚከተሉት ካላጋጠማቸው **በስተቀር** በልጅ እንክብካቤ መገኘት ሊቀጥሉ ይችላሉ፦

- ከሌሎች ምልክቶች ጋር ትኩሳት (100.4°F (38°C) ወይም ከዚያ በላይ የሆነ የሙቀት መጠን) አላቸው።

- በክፍል ውስጥ በሚደረጉ እንቅስቃሴዎች ለመሳተፍ በቂ ደህንነት አይሰማቸውም (ለምሳሌ፦ ከወትሮው የተለየ ድካም፤ ነጭንጭ ወይም ንዝንዝ፤ ወይም ከመደበኛ የበለጠ ማልቀስ)።

እባክዎ የልጅ እንክብካቤ ፕሮግራምዎን የበሽታ ፖሊሲ ይከተሉ።

ዋቢዎች

American Academy of Pediatrics (የአሜሪካ የህጻናት ህክምና አካዳሚ)

- 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, 7.3 Respiratory Tract Infections, 7.3.6 Parvovirus B19, 7.3.6.1 Attendance of Children with Erythema Infectiousum (EI) (Parvovirus B19)
- Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 6th Edition. Pages 107-108

Centers for Disease Control & Prevention (የበሽታ መቆጣጠሪያ እና መከላከያ ማዕከል)

- Parvovirus B19 and Fifth Disease. https://www.cdc.gov/parvovirusb19/fifth-disease.html

ይህ ሰነድ ለመጨረሻ ጊዜ የተገመገመው በ Child Care Health Program (የልጅ እንክብካቤ ጤና ፕሮግራም) 7/2023 ነው። - Amharic