

مرض اليد والقدم والفم (HFMD)

عزيزي الوالد أو ولي الأمر،

لقد زودت بصفحة الحقائق هذه :

لأنك أنت أو طفلك ربما تعرضت لمرض اليد والقدم والفم (HFMD)

لغرض الاطلاع على المعلومات فقط.

معلومات عامة عن مرض اليد والقدم والفم (الحمى القلاعية HFMD)

ما هو مرض الـ HFMD

- وهو ناتج عن فيروسات تنتمي إلى "مجموعة الفيروسات المعوية enterovirus group"
- إنه مرض شائع بين الرضع والأطفال الذين تقل أعمارهم عن 5 سنوات.
- يمكن أن ينتشر بسهولة.
- عادة ما تكون غير خطيرة.
- هو الأكثر شيوعاً في الصيف وأوائل الخريف.
- على الرغم من أنها تبدو متشابهة، إلا أن "مرض اليد والقدم والفم (HFMD)" يختلف عن "مرض الحمى القلاعية" الموجود في الماشية، والأغنام والماعز، والخنازير.

من يمكنه أن يصاب به؟

- يمكن لأي شخص أن يصاب بالـ HFMD، حتى لو كان قد أصيب به من قبل.
- تظهر معظم الحالات عند الأطفال دون سن 5 سنوات.
- إذا كنت حاملاً، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كنت تعتقد أنك تعرضت أو أصبت بالـ HFMD.

ما هي الأعراض؟

- الحمى (تعرف الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال الحمى بأنها درجة حرارة 100.4 درجة فهرنهايت [38 درجة مئوية] أو أعلى)
- تقرحات الفم التي يمكن أن تؤدي إلى الألم عند البلع.
- طفح جلدي يبدأ على شكل بقع حمراء وغالبًا ما يتطور إلى بثور مملوءة بالسوائل.
 - تظهر البثور عادة على راحتي اليدين والأصابع وباطن القدمين.
 - يمكن أن تظهر البثور على أجزاء أخرى من الجسم.
- تختفي معظم الأعراض في غضون 7 إلى 10 أيام.
- قد لا تظهر أي أعراض على بعض الأشخاص على الإطلاق، لكن لا يزال بإمكانهم نقل الفيروس للآخرين.

كيف ينتشر المرض؟

- تم العثور على الفيروس في:

- قطرات من السعال والعطس وسيلان الأنف
- سائل من بثور أو قشور
- سائل أو سيلان اللعاب من تقرحات الفم
- البراز (براز الإنسان)
- يمكن أن ينتشر الفيروس عندما يسعل أو يعطس الشخص المصاب بداء HFMD، بينما يتنفس شخص آخر الرذاذ.
- يمكن أن ينتشر أيضا عن طريق:
 - لمس جسم أو سطح به الفيروس ثم لمس الفم أو العينين أو الأنف.
 - مشاركة الأواني أو الأكواب مع شخص لديه HFMD.
- الحيوانات والحيوانات الأليفة لا يمكن أن تنتشر أو تنتشر HFMD .
- يمكن لأي شخص أن ينشر HFMD لأسابيع، حتى بعد زوال الأعراض.

كيف أعرف ما إذا كان طفلي مصابًا بـ HFMD؟

- يمكن لمقدم الرعاية الصحية عادةً تشخيص HFMD بناءً على أعراض الشخص.
 - يمكن لمقدم الرعاية الصحية اختبار HFMD باستخدام مسحة من الحلق أو عينة من البراز (براز الإنسان). نظرًا لأن الأمر قد يستغرق من 2 إلى 4 أسابيع للحصول على نتائج الاختبار، فلا يتم إجراء هذا الاختبار عادةً.
- إذا كانت لديك أسئلة إضافية أو تعتقد أن طفلك يعاني من HFMD، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك. تقدم صحيفة الحقائق هذه معلومات عامة فقط.

ماذا لو كان طفلي يعاني من HFMD؟

قم بإخطار مقدم رعاية الطفل أو المدرسة التمهيدية على الفور إذا كان طفلك يعاني من HFMD.

كيف يتم علاجها؟

- لا يوجد دواء محدد لـ HFMD، ولكن يمكنك علاج بعض الأعراض لجعل طفلك أكثر راحة. تحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك حول خيارات العلاج.
- يجب فحص الأطفال الرضع بعمر 3 أشهر أو أقل المصابين بحمى تصل إلى 100.4 درجة فهرنهايت (38 درجة مئوية) أو أعلى من قبل مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم.
- نظرًا لأن تقرحات الفم يمكن أن تكون مؤلمة، فقد لا يرغب الأطفال في تناول الطعام والشراب. من المهم أن يحصل الأطفال على سوائل كافية لمنع الجفاف.
- تحدث مع مقدم الرعاية الصحية لطفلك إذا كانت لديك أية مخاوف بشأن أعراض طفلك. إذا ظهرت على طفلك علامات الجفاف (حفاضات مبللة أقل أو بول أقل من المعتاد، أو تعب أكثر من المعتاد، أو دوخة، أو لسان جاف أو شفاه، أو دموع أقل)، أو كان يعاني من صداع شديد أو تصلب في الرقبة، فيجب أن يتم فحصه من قبل مقدم الرعاية الصحية على الفور.

كيف يمكنني المساعدة في منع انتشار HFMD؟

- يمكن إزالة الفيروس بسهولة بالماء والصابون.
- اغسل يديك كثيرًا ، خاصة بعد تغيير الحفاضات ، أو استخدام المراحيض ، أو العطس ، أو السعال ، أو مسح الأنف.
- قم بتغطية أنفك وفمك عند السعال أو العطس.
- تجنب لمس العينين والأنف والفم.
- تجنب مشاركة الكؤوس وأواني الأكل والطعام والمشروبات مع أي شخص لديه HFMD.
- قم بتنظيف الألعاب والأشياء الأخرى تمامًا التي يضعها الأطفال في أفواههم بالماء والصابون.
- نظف وطهر الأسطح المنزلية.

هل يحتاج طفلي إلى البقاء في المنزل وعدم حضور مركز رعاية الأطفال؟

يجب ألا يحضر طفلك مركز رعاية الأطفال إذا انطبق أحد الإجراءات التالية:
إذا تعرض طفلك لمرض اليد والقدم والفم (HFMD)، فلن يحتاج إلى البقاء في المنزل بدلا من الذهاب إلى دار رعاية الأطفال ما لم تظهر عليه أعراض مرض اليد والقدم والفم (HFMD).

- لديهم تقرحات في الفم مع سيلان اللعاب.
- لديهم حمى (درجة حرارة 100.4 درجة فهرنهايت [38 درجة مئوية] أو أعلى) مع أعراض حمى HFMD الحمى الثلاثية الأخرى.
- لديهم بثور ترشح مملوءة بالسوائل.
- لا يشعرون بالراحة الكافية للمشاركة في الأنشطة الصفية (على سبيل المثال: التعب بشكل غير عادي؛ غريب الأطوار أو صعب الإرضاء؛ أو البكاء أكثر من المعتاد).

يرجى اتباع سياسة المرض الخاصة ببرنامج رعاية الطفل الخاص بك.

المصادر

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*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5th Edition. Pages 101-102*

Centers for Disease Control & Prevention

- *Hand, Foot, and Mouth Disease (HFMD). <https://www.cdc.gov/hand-foot-mouth/>*

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

U.S. Department of Agriculture (USDA)

- *Foot and Mouth Disease website <https://www.aphis.usda.gov/aphis/ourfocus/animalhealth/animal-disease-information/fmd/index>*