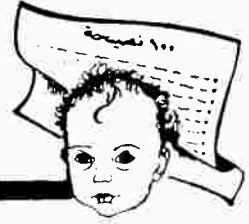


## مرض الحصبة MEASLES



الحصبة مرض فيروسي واسع الانتشار ، تحدث عادة الإصابة به خلال الفترة بين ١ إلى ٦ سنوات ، وتسفر عادة عن مناعة دائمة ضد المرض .  
وتنتقل العدوى من خلال مخالطة المرضى إما بطرق الملامسة ، أو من خلال رذاذ الفم المحمل بميكروب المرض والذي يخرج أثناء السعال أو العطس .  
وتظهر أعراض الإصابة بعد فترة حضانة تتراوح ما بين أسبوع إلى أسبوعين .

### ● الأعراض :

● يبدأ المرض بأعراض شبيهة بنزلات البرد ، مثل العطس والكحة وارتفاع درجة الحرارة مع احمرار العينين وزيادة الدموع بهما .

خلال هذه الفترة المبكرة من المرض يظهر بداخل الخدين والشفيتين بقع بيضاء في حجم رأس الدبوس تسمى بقع كوبليك وهذه تميز مرض الحصبة تماماً وتؤكد تشخيصه .

● وفي اليوم الرابع تقريباً منذ ظهور هذه الأعراض يبدأ ظهور طفح جلدي يتميز بلون أحمر وردى ، أو قرمزي ، ويكون مرتفعاً عن سطح الجلد ، وينتشر ظهوره خلف الأذن وفي العنق والوجه ، ثم يصيب باقي أنحاء الجسم . وبعد حوالي ثلاثة أيام يبدأ في الزوال تدريجياً .

● عادة يمر مرض الحصبة دون مضاعفات ، لكنه في بعض حالات قليلة يسبب مضاعفات قد تكون خطيرة ، وهذه تزيد فرصة حدوثها بين الشعوب الفقيرة بصفة عامة .. وهي ، مثل : التهاب رئوي - التهاب سحائي - التهاب بالأذن الوسطى .

● **تنبيه لظهور هذه العلامات الخطرة عند إصابة طفلك بالحصبة :**

وللتنبؤ بوقوع مثل هذه المضاعفات السابقة يجب أن تتابع الأم حالة طفلها

المريض بعناية ، وتسرع باستشارة الطبيب متى ظهرت عليه إحدى هذه العلامات التالية :

- أَلَم بالصدر مع تغيّر حركات التنفس أو سماع تزييق بالصدر .
- هذيان أو ضعف أو فقدان الوعي
- حدوث ارتفاع شديد بدرجة الحرارة وقد يصحبه تشنجات .

### ◎ ماذا تفعلين لطفلك المريض بالحصبة ؟

- بمجرد تشخيص المرض ، عليك أن تلزمى طفلك بالراحة فى الفراش ، وفى حجرة مظلمة تقريباً ، حتى وإن لم تظهر بعد أى متاعب بالعينين ، إذ يعمل ذلك على الوقاية منها وذلك مع ضرورة مراعاة تجديد هواء الحجرة لتقليل احتمال حدوث المضاعفات .

ويستمر الطفل على هذا النحو لحين انخفاض درجة الحرارة الى معدلها الطبيعى .

- قومى بتسلية طفلك فى مرضه ، بقراءة بعض القصص له ، ودعيه يلهو ببعض اللعب .. ولكن تجنبى أن تجعليه يشاهد التلفزيون حتى لا يجهد عينيه المتعبتين من المرض .

- قومى يومياً بتطهير العينين بغسلهما بماء دافىء .

- عليك بتقديم سوائل بكثرة لطفلك كعصائر الفاكهة ومشروبات الأعشاب مثل الينسون خاصة عند ظهور الكحة .

- تجنبى تقديم المأكولات الدسمة لطفلك ، وليكن غذاؤه خفيفاً مغذياً مثل شوربة الخضراوات والتوست وشرائح الدجاج المسلوقة .

### الحزنبل (أم ألف ورقة) Yarrow :

هذا العشب يعمل على زيادة مقاومة الجسم تجاه فيروس الحصبة مما يساعد على سرعة الشفاء .

ويحضر فى صورة شاي وذلك بإضافة ملعقة صغيرة من أوراق النبات المجففة إلى فنجان ماء مغلى ، ويترك لمدة ١٠ دقائق ، ثم يحلى بعسل

النحل ، ويؤخذ على جرعات طوال اليوم .

● لتخفيف متاعب العينين أثناء المرض ينصح بإعطاء الطفل أغذية غنية بفيتامين «أ» مثل عصير الجزر والكتالوب .

● يجب عزل الطفل المريض لمدة ١٠ أيام لمنع انتقال العدوى إلى غيره من الأطفال .. ولا يجب على الأم أن تتسرع بإرسال طفلها إلى الحضانة أو المدرسة ، حتى بعد زوال أعراض المرض تماماً ، إذ يفضل أن يقضى فترة من الراحة بالمنزل ليستعيد نشاطه وحيويته بعد زوال المرض .

## الحصبة الألمانية

### GERMAN MEASLES



هذه عدوى فيروسية أخف وطأة من الحصبة العادية ولا تتسبب عادة في حدوث أية مضاعفات .

وهي تبدأ بأعراض مشابهة للحصبة العادية ، حيث يظهر أولاً أعراض مشابهة لنزلات البرد مثل العطس والكحة وارتفاع بسيط بدرجة الحرارة ثم يظهر طفح جلدى خلف الأذن وفى الجبهة ، وينتشر بعد ذلك إلى كل الجسم .

أما ما يميزها عن الحصبة العادية فهو حدوث تورم بالغدد الليمفاوية خاصة بالمنطقة خلف العنق .

### العلاج :

● يلزم الطفل الفراش طوال فترة بقاء الطفح الجلدى ولمدة ثلاثة أيام بعد زواله .

● يقدم للطفل سوائل بكثرة ، ووجبات خفيفة مغذية — كما فى حالة الحصبة العادية ، ويجب تجنب تقديم الأطعمة الدسمة خاصة اللحوم الحمراء وكذلك الأطعمة الحريفة والبهارات .

● ومن المعروف أن إصابة الحامل بهذا المرض خلال أول أربعة شهور من الحمل يعرض جنينها لحدوث تشوهات خطيرة خاصة بالمخ والعينين .  
ولذلك يجب مراعاة خطورة ذلك إذا كانت الأم حاملاً وترعى طفلها المريض ، كما يجب منع الطفل من الاختلاط بأى سيدة حامل خلال فترة المرض .

## التهاب الغدة النكفية وتورمها (النكاف) MUMPS



الغدة النكفية هى غدة لعابية تقع أسفل وإلى الأمام من الأذن ، ويوجد منها زوج ، أى غدة على كل جانب ، وتتعرض هذه الغدة خاصة خلال فترة الطفولة ، للعدوى الفيروسية والتي تؤدى لالتهابها وتورمها ، وهو ما يعرف باسم النكاف أو أبو اللطيش .

### الأعراض :

● ظهور تورم بأحد جانبي الوجه يظهر أمام الأذن وتحتها . ويصعبه إحساس بالألم وصعوبة فى البلع ، وارتفاع بدرجة الحرارة . وأحياناً قد تصيب العدوى الغدتين ، فيظهر التورم على جانبي الوجه .



النكاف : يظهر التورم  
أمام واسفل الأذن والتي  
تبدو مدفوعة للأمام

• من المضاعفات الرئيسية لهذا المرض حدوث التهاب بالخصيتين عند الطفل ، وهذا يحدث فى حالات نادرة .

### **ماذا تفعلين لطفلك عند إصابته بالنكاف؟**

— لابد من الراحة بالفراش لتجنب حدوث مضاعفات ، ويستمر ذلك إلى أن تهبط درجة الحرارة لمعدلها الطبيعى . كما يجب عزل الطفل المصاب حتى يختفى ورم الغدة تماماً منعاً لانتشار العدوى ، ويستغرق ذلك حوالى أسبوعين .

— يقدم للطفل سوائل بكثرة ، وأكل خفيف مغذ سهل البلع مثل عصائر الفاكهة وشوربة الخضار والجيلى والمهلبية .

### **عشب عنب الثعلب (أو عنب الذئب) : Poke**

تمتاز جذور هذا النبات بمفعول مقاوم لالتهاب الغدة النكفية مما يعجل بالشفاء ، ويخفف من الألم والتورم وطريقة الاستعمال تكون بإضافة  $\frac{1}{4}$  ملعقة صغيرة من مغلى الجذور فى الماء إلى كوب ماء دافىء ، ويؤخذ مثل هذا الكوب ثلاث مرات يومياً .

كما يستحضر هذا العشب فى صورة أقراص دوائية يؤخذ منها قرص واحد ( ١٠٠ مجم ) ثلاث مرات يومياً (متوفر بالأسواق الغربية) .

### **لبخة الزنجبيل :**

وهذه تستخدم لتخفيف الألم المصاحب للتورم . وذلك بوضع كمية من مسحوق الجذور على مكان الألم مباشرة بعد لفها بقطعة من الشاش الخفيف المعقم أو بدونه .

ويجب ألا تزيد مدة بقاء اللبخة عن ٢٠ دقيقة ، كما يجب إزالتها مباشرة فى حالة حدوث احمرار بالجلد . ولا يجب استخدامها أصلاً فى حالة التهاب الجلد واحمراره بوضوح .