

معلومات حول مسببات الأمراض عند البشر – النظافة الشخصية تحميك

الفيروس المخلوي التنفسي (RSV) هو فيروس يصيب الجهاز التنفسي. في معظم الحالات، تكون أعراض المرض بعد العدوى مشابهة لأعراض البرد. تظهر عدوى الفيروس المخلوي التنفسي عادةً في الشتاء. عادةً ما يُصاب جميع الأطفال حتى نهاية العام الثاني بالعدوى الأولى بالفيروس. وتزداد احتمالية الإصابة بالفيروس المخلوي التنفسي في العام الثاني من العمر.

ما هو الفيروس
المخلوي التنفسي؟

من إنسان لإنسان

يتم نقل الفيروس المخلوي التنفسي عبر **عدوى الرذاذ**. عند العطس أو السعال، يمكن للمصاب بالعدوى نشر القطرات الصغيرة الحاملة للفيروسات في الهواء. قد يُصاب شخص آخر بالعدوى، إذا تم استنشاق هذا الرذاذ الذي يحتوي على الفيروسات، واصطدمت بالأغشية المخاطية للممرات الهوائية في الأنف والفم والحلق. يمكن أيضًا للفيروس المخلوي التنفسي أن ينتقل **عن طريق اللمس** من يد ليد أو من خلال الأشياء والأسطح المشتركة. ويمكن حدوث العدوى، إذا لامس شخص آخر إفرارًا يحتوي على الفيروس ثم لمس عينيه أو أنفه دون أن يغسل يديه. يمكن للفيروس المخلوي التنفسي أن يعيش على اليدين لمدة 20 دقيقة تقريبًا وعلى المناديل الورقية لمدة 45 دقيقة.

كيف ينتقل الفيروس
المخلوي التنفسي؟

يمكن أن تختلف الإصابة بالفيروس المخلوي التنفسي في شدتها. قد تتوافق الأعراض مع عدوى خفيفة في الجهاز التنفسي العلوي. ومع ذلك، يمكن أن يكون المرض شديدًا بدرجة تتطلب العلاج في المستشفى. قد تكون هناك حالات وفاة في حالات نادرة.

ما أعراض الإصابة بالمرض؟

يبدأ الأمر غالبًا لدى الأطفال بسيلان في الأنف وفقدان للشهية. بالإضافة إلى ذلك، قد يلتهب الحلق. ويظهر بعد ذلك السعال والعطس، وغالبًا ما تظهر الحمى. في حالات أخرى، يمكن أن تتطور التهابات الجهاز التنفسي السفلي بسعال يحتوي على مخاط. وتشمل هذه التهاب العقد الدقيقة للجهاز التنفسي السفلي (التهاب القصيبات) والالتهاب الرئوي. ويمكن أن يؤدي التهاب والمخاط إلى تضيق المسالك الهوائية مع صعوبة أو سرعة التنفس وضيق التنفس. ويمكن أيضًا أن يحدث انقطاع النفس (توقف التنفس) لدى الأطفال المبتسرين. يُلاحظ انخفاض محتوى الأكسجين في الدم من خلال تلون الجلد باللون الأزرق. في الحالات الشديدة، قد يكون التنفس الصناعي لازمًا.

يمكن أن تبقى عدوى الفيروس المخلوي التنفسي دون أعراض تمامًا، خاصة عند البالغين. ولكن قد تظهر على البالغين أيضًا أعراض الإصابة بعدوى الجهاز التنفسي. يمكن أن يصاب البالغون المصابون بأمراض القلب والرئة المزمنة أو ضعف الجهاز المناعي أو الذين تزيد أعمارهم عن 65 عامًا بالالتهاب الرئوي. بعد التغلب على المرض، قد يستمر فرط الحساسية لأنابيب الشعب الهوائية طويلة الأمد للمحفزات البيئية.

ينقضي يومان إلى 8 أيام بين الإصابة بالفيروس المخلوي التنفسي وظهور المرض، ولكن تبلغ المدة في المتوسط 5 أيام. ويمكن للمصابين أن ينشروا الفيروس في وقت مبكر بعد يوم من الإصابة وقبل ظهور الأعراض. وعادة ما تكون مدة العدوى من 3 إلى 8 أيام. ومع ذلك، فإن الأطفال المبتسرين وحديثي الولادة ومن يعانون من ضعف في جهاز المناعة يمكنهم حمل الفيروس لعدة أسابيع، وفي بعض الحالات حتى لأشهر.

متى يظهر على الإنسان
الإصابة بهذا المرض وما
مدة الإصابة به؟

تزداد خطورة الإصابة بالفيروس المخلوي التنفسي الشديد في الحالات التالية:

ما أكثر فئة عرضة
لهذا المرض؟

- ◀ لدى الأطفال المبتسرين،
 - ◀ لدى حديثي الولادة والرضع (الأصغر من ستة أشهر)،
 - ◀ لدى الأطفال المصابين بأمراض سابقة في الرئة،
 - ◀ لدى الأطفال المصابين بعيوب خلقية في القلب،
 - ◀ لدى البالغين الذين تتجاوز أعمارهم 65 عامًا،
 - ◀ لدى المصابين بأمراض سابقة في الرئتين أو القلب أو من يعانون من ضعف في جهاز المناعة.
- يمكن أن تؤدي عدوى الفيروس المخلوي التنفسي أيضًا إلى تفاقم الربو الموجود مسبقًا وأمراض الرئة أو القلب المزمنة والاضطرابات العصبية الشديدة.

يجب على المرضى البقاء في المنزل إن أمكن وعليهم عدم الذهاب إلى المرافق المجتمعية على وجه الخصوص، مثل رياض الأطفال أو مجموعات الأطفال الصغار. يجب تجنب الاختلاط بالأشخاص المعرضين للخطر بشكل خاص أولاً وقبل كل شيء. ويحظر على الجدود والجدّات رعاية الأطفال الصغار. ويجب على المرضى مراعاة بعض القواعد المتعلقة بالنظافة الشخصية:

- ◀ يجب على أي شخص يسعل أو يعطس الابتعاد واستخدام منديل ورقي أو تغطية أنفه وفمه بثنية المرفق.
- ◀ يجب غسل اليدين باستمرار.
- ◀ يجب تنظيف الأشياء المستخدمة بشكل متكرر مثل مقابض الأبواب أو ألعاب الأطفال جيداً.

لا يوجد علاج سببي فعال لعدوى الفيروس المخلوي التنفسي. يمكن علاج أعراض المرض فقط. المضادات الحيوية التي تستهدف البكتيريا لا تساعد في مكافحة الفيروسات. يلزم شرب الكثير من الماء. لتسهيل التنفس من الأنف، قد يفيد التنظيف الدقيق للأنف أو البخاخات (اتتبه لمعلومات العمر) أو رذاذ الماء بالملح.

قد تؤدي عدوى الفيروس المخلوي التنفسي إلى تغير سريع في الأعراض. إذا كنت تعاني أنت أو طفلك من ضيق في التنفس، أو قلة تناول السوائل أو إذا اشتدت أعراض المرض، فعليك طلب المساعدة الطبية. يجب دائماً توضيح العلامات التحذيرية الأولى مثل السعال والحمى من قبل الطبيب، لدى الأطفال الذين يعانون من أمراض سابقة والأطفال المبتسرين. إذا كان جلد الصدر يدخل إلى الداخل عند التنفس ("الانسحاب")، فعليك مراجعة الطبيب في أسرع وقت ممكن. سيصف طبيبك لك الإجراءات أو الأدوية المناسبة وفقاً لصورة المرض. وعند الضرورة، سيتم ترتيب العلاج في المستشفى.

ما الأمور الواجب اتباعها عند الإصابة بالمرض؟

كيف أحمي طفلي ونفسي من الفيروس المخلوي التنفسي؟

من الصعب منع الإصابة بعدوى الفيروس المخلوي التنفسي في الحياة اليومية تماماً. وتساعد قواعد النظافة الشخصية على تقليل المخاطر:

- ◀ يلزم منع المخالطة عن قرب للمرضى قدر الإمكان. يجب عدم المشاركة في الاحتفالات العائلية إلا للأشخاص الأصحاء فقط.
- ◀ يلزم غسل اليدين باستمرار وبعناية وحماية طفلك.
- ◀ يجب على البالغين عدم لمس العينين والأنف والفم قدر الإمكان.

لا يتوفر تطعيم وقائي من عدوى الفيروس المخلوي التنفسي. في الأطفال المعرضين بشكل خاص لخطر الإصابة بحالة شديدة من عدوى الفيروس المخلوي التنفسي، يمكن أخذ التطعيم الوقائي السلبي في الاعتبار خلال موسم الفيروس المخلوي التنفسي. وهو يحتوي على أجسام مضادة تحمي من حالات المرض الشديدة.

لتلقي المشورة الطبية الفردية يُرجى التوجه إلى طبيبك أو إلى العيادة القريبة منك، وللمزيد من المعلومات والمشورة يُتاح في خدمتك مكتب الصحة في منطقتك.

أين يمكنني تلقي المعلومات اللازمة؟

وللاطلاع على مزيد من المعلومات (المتخصصة)، يمكنكم زيارة الموقع الإلكتروني لمعهد روبرت كوخ (RKI) عبر الرابط الإلكتروني www.rki.de/rsv.

يمكنكم الاطلاع على المزيد من المعلومات عن الوقاية من العدوى على الموقع الإلكتروني للمركز الاتحادي الألماني للتثقيف الصحي www.infektionsschutz.de (BZgA).

الجهة الناشرة:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, كولونيا. جميع الحقوق محفوظة.

أعدت هذه النشرة المعلوماتية بالتعاون مع Bundesverband der Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes e.V. وبالتنسيق مع معهد Robert Koch-Institut.

تتوفر هذه المعلومات على الصفحة الرئيسية www.infektionsschutz.de لتحميلها مجاناً.

الختم

