

"مرض القياء الشتوي" (الفيروسية الكأسية) معلومات المريض

مرض القياء الشتوي هو عدوى معوية والتي تسببها الفيروسية الكأسية. ويمكن للشخص المريض أن ينقل العدوى للعديد من الأشخاص في بيئته. وهذا لوجود أعداد ضخمة من الفيروس في الإسهال والقيء ويلزم القليل من الفيروسات لإحداث المرض. وعادة ما يحدث المرض بين نوفمبر وإبريل وتكون ذروته في يناير مارس، ومن هنا يأتي مسمى مرض القياء الشتوي. ويحدث التعافي من العدوى فقط في مناعة محدودة (حماية) لذا من الممكن معاودة المرض مرات عديدة في فترة قصيرة نسبيًا.

انتقال العدوى

- بين الأشخاص، عن طريق الأيدي بشكل أساسي
- عن طريق الطعام والشراب الملوث بالعدوى
- عن طريق الطعام الذي يقدمه شخص مريض أو كان مريضاً
- يمكن أن يوجد على الأسطح في البيئة الحاضرة.

الأعراض

تكون المدة الزمنية بين العدوى وبداية الأعراض هي 1 2 يوم
تشمل الأعراض بداية سريعة للشعور بالغثيان والقيء أو الإسهال وأحياناً الحمى.
وعادة ما يزول مرض المعدة الناتج عن الفيروسية الكأسية في غضون يومين لكن الفيروس يمكن أن يبقى في الأمعاء الدقيقة لفترات أطول.

إذا كان لديك عضو مصاب في الأسرة:

- لا يبقى إلا البالغين الأصحاء في المنزل عند حدوث الأعراض وإن أمكن فيتجنب طلب الرعاية الصحية في العيادات أو مركز الطوارئ أو قسم الطوارئ بالمستشفى بسبب مخاطر نقل العدوى للآخرين.
- يتعين حذر المرضي ومن يساعده في الاعتناء بنظافة أيديهم بطريقة صحية. فيجب غسل الأيدي بشكل كامل ولمرات عديدة وتجفيفها بمناشف ورقية يتم التخلص منها أو مناشف شخصية.
- يجب ألا يتعامل المصابون مع الطعام الخاص بالآخرين ولا يساهمون في إعداده.
- يجب المكوث في المنزل وتجنب ملامسة الآخرين والاتصال بهم بقدر الإمكان أثناء تواجد الأعراض وبعده اختفاء الأعراض بيوم أو يومين إضافيين. وإن أمكن، عدم الذهاب إلى المستشفى ومرافق الرعاية والإعاشة لتجنب نشر العدوى.
- إذا كان يوجد أكثر من مرحاض في المنزل، فيجب تخصيص مرحاض لاستعمال الشخص المريض وحده فقط.
- بعد التعافي: تنظيف المرحاض الذي كان يستعمله المريض بعناية واستبدال المناشف وأدوات الاستحمام والسرير.

إذا كنت سليماً:

- فعليك تجنب زيارة أفراد الأسرة أو الأصدقاء المرضى.
- إن أمكن تجنب زيارة المستشفيات أو مرافق الرعاية والإعاشة التي يقيم فيها مرضى مصابون بالعدوى.

العلاج:

- المرض في حد ذاته ليس خطيرا. لكن بالنسبة للبالغين الأصحاء من المهم لهم أن يشربوا الماء أو بدائله من السوائل بكميات صغيرة في الغالب وأن يحصلوا على راحة.
- بالنسبة للأطفال وكبار السن، فقد يظهر الجفاف في صورة تعب وإرهاق أو ضعف وفي تلك الحالة قد يصبح العلاج بالسوائل عن طريق الوريد ضرورياً. فعليك الاتصال بالمركز الطبي إذا شعرت بأنك تحتاج إلى مساعدة.

الوقاية:

- عليك بغسل يديك جيدا قبل الوجبات وبعد استعمال المراض.
- تجنب الوجبات الجماعية التي فيها يصل كثير من الأيدي إلى نفس الطعام.

إجراءات يتم اتخاذها في المستشفيات ومرافق الرعاية الصحية والإعاشة

سيتم عزلك في حجرة وحدك ويكون لك مرحاض وحدك طالما لديك إسهال أو لمدة يومين بعد توقفه. وأثناء ذلك الوقت، سيتم تقديم الطعام لك في غرفتك. وعليك الحذر فيما يخص غسل الأيدي بالماء والصابون قبل تناول الطعام وبعد استعمال المراض. ومن المهم للغاية ممارسة قواعد النظافة العامة بالاستحمام وتغيير الملابس الداخلية يوميا. وعليك تجنب الزيارات بقدر الإمكان. وإذا كان لديك زائرين، فعليهم غسل أيديهم قبل وبعد الزيارة. وسيتم السماح لهم بزيارة غرفتك وليس المكوث في عنبر المرضى.

Ring 1177 for health care advice in English/Swedish or visit www.1177.se/Halland/other-languages