

مرض الحصبة



الحصبة مرض فيروسي (يتسبب به فيروس)
مُعدي (سريع العدوى من المرضى الى
الأصحاء) .

غالبا ما يصيب الأطفال لضعف مناعة
أجسامهم .
من أعراضه :



- حرارة عالية من 39 الى 40 لمدة ثلاث أيام.
- زكام شديد.
- سعال جاف واحمرار بالعين وحرقان (تدمع
معها العين) .
- بعد نهاية اليوم الثالث تظهر بقع بيضاء داخل
الفم تشبه ذرات الملح.
- في اليوم الرابع والخامس يظهر طفح جلدي
احمر اللون يبدأ خلف الاذنين ثم ينتشر على
الوجه ثم الجذع وأخيرا يغطي سائر الجسد وغالبا
يسبب حكة شديدة.
- يتحبب الجلد (تنتشر عليه الحبوب)
- يوجد علاج لأعراض الحصبة كالمضادات الحيوية
والمسكنات ويستمر المريض بتناولها من 5 الى 6
ايام.

خطورة المرض: إذا كان الطفل المريض بالحصبة ضعيفا ويشكو من نقص في التغذية
فإن الحصبة تصبح خطيرة عليه كما أنها مصحوبة بالحمى التي لها مخاطر على الدماغ
إضافة لمخاطر أخرى على جهاز التنفس (الرئتين).

طرق مقاومة الحصبة :



- 1- دعوة الطبيب منذ البداية لفحص المريض .
- 2- اتخاذ إجراءات السلامة والتي تتمثل في:
 - الابتعاد عن الأماكن الباردة وعن مجاري الهواء.
 - التزام نظام غذائي متكامل (الخضراوات و الغلال لاحتوائها على الفيتامينات الضرورية لتقوية مناعة الجسم إضافة للأطعمة الغنية بالبروتينات (اللحوم والأسماك، والبيض)
 - إعطاء المريض السوائل بانتظام (الماء والعصائر والحليب).



الوقاية خير من العلاج

- **التلقيح** : يعتبر اللقاح ضد الحصبة من اللقاحات الأساسية ويعطى للطفل في نهاية السنة الأولى من العمر ويكرّر إعطاء اللقاح في سن 4 الى 6 سنوات.
- ينصح الكبار الذين لم يصابوا بالمرض ولم يأخذوا اللقاح في الصغر بتلقي التّطعيم.
- يجب عزل المريض أي إبعاده في غرفة منفردة الى حين شفاؤه تفاديا للعدوى كما يجب منع الزيارات عنه (خاصة الأطفال) .
- **التغذية السليمة** وقيّة لعدد الأمراض لذلك يجب تغذية الأطفال تغذية سليمة وذلك ب:

- تناول اللحوم والأسماك، والبيض والحليب (مصادر البروتينات)
- تناول الغلال والخضر الغنية بالفيتامينات...

الخلاصة:

لا يجب الاستهانة بمرض الحصبة فهو شديد العدوى ويعرّض الانسان لعدد المخاطر لذلك يجب الانتباه للتلاقيح اللازمة واعتماد أسلوب تغذية سليمة.