

### ما هي الحصبة؟

إن الحصبة (وتسمى أيضاً الروبيولا) هي فيروس شديد العدوى يمكن أن يسبب مضاعفات صحية خطيرة، خاصة عند الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 5 سنوات، والنساء الحوامل، والأشخاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة. سيتم إدخال حوالي 1 من كل 5 أشخاص في الولايات المتحدة الذين يصابون بالحصبة إلى المستشفى.

### من يمكن أن يُصاب بالحصبة؟

يمكن لأي شخص ليس لديه مناعة ضد الحصبة أن يصاب بها. ويكون لديك مناعة من خلال اللقاحات أو التعافي من مرض الحصبة.

### كيف ينتشر فيروس الحصبة؟

يعيش الفيروس المسبب لمرض الحصبة في مخاط الأنف والحنجرة لدى الشخص المصاب. ويمكن أن ينتقل إلى الآخرين من خلال السعال والعطس. يمكن لفيروس الحصبة أن يعيش لمدة تصل إلى ساعتين في الهواء بعد مغادرة الشخص المصاب للمنطقة؛ إذا تنفس أشخاص آخرون الهواء الملوث أو لمسوا الأسطح الملوثة ثم لمسوا أعينهم أو أنوفهم أو أفواههم، فمن الممكن أن يصابوا بالمرض. سيصاب أكثر من 90% من الأشخاص الذين لم يتم تلقيحهم أو لم يصابوا بالحصبة من قبل بمرض الحصبة بعد تعرضهم له.

### ما هي عوارض الحصبة؟

تبدأ العوارض عادةً بعد 7 إلى 14 يوماً من التعرض، ولكنها قد تظهر لمدة تصل إلى 21 يوماً بعد التعرض، وقد تشمل:

- الحمى الشديدة (قد ترتفع درجة حرارة الجسم إلى أكثر من 104 درجة فهرنهايت)
- السعال
- سيلان الأنف
- احمرار العينين وسيلان الدموع (التهاب الملتحمة)
- بقع كوبليك: بقع بيضاء صغيرة على الجزء الداخلي من الخدين واللثة وسقف الفم (تظهر بعد 2-3 أيام من بدء العوارض)
- الطفح الجلدي: مظهر أحمر ومرتفع وبقع ويبدأ عادة على الوجه وينتشر إلى الجسد والذراعين والساقين (يظهر بعد 3-5 أيام من بدء العوارض)

### ما هي المدة التي يبقى فيها الشخص معدياً بالحصبة؟

يمكن للأشخاص المصابين أن ينشروا مرض الحصبة للآخرين من أربعة أيام قبل ظهور الطفح الجلدي وحتى أربعة أيام بعد ظهوره.

### هل هناك مضاعفات من الحصبة؟

يعد التهاب الأذن والإسهال من أكثر مضاعفات الحصبة شيوعاً. يمكن للأشخاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة أن يصابوا بالالتهاب الرئوي (التهاب في الرئتين)، وهو السبب الرئيسي للوفاة بسبب الحصبة عند الأطفال الصغار. يعد التهاب الدماغ من المضاعفات غير الشائعة، ولكنه من المضاعفات خطيرة للحصبة، ويمكن أن يسبب تلفاً دائماً في الدماغ أو الوفاة. قد تسبب الإصابة بالحصبة خلال فترة الحمل الولادة المبكرة، وانخفاض وزن الجنين عند الولادة، وموت الجنين.

### كيف يمكنني حماية نفسي من مرض الحصبة؟

يمكن الوقاية من الحصبة من خلال لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR). يحمي هذا اللقاح من ثلاثة أمراض وهي: [الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية](#).

يعتبر لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) آمناً وفعالاً. يتألف من جرعتين، وهو فعال بنسبة 97% تقريباً في الوقاية من مرض الحصبة والحماية منه مدى الحياة. يوصي مقدمو الرعاية الصحية بتلقي لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية بين عمر 12 و15 شهراً، ومرة أخرى بين عمر 4 و6 سنوات، أي قبل دخول المدرسة. تحدث إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كنت شخصاً بالغاً ولست متأكداً مما إذا كنت بحاجة إلى لقاح الحصبة.

## لقد تعرضت للإصابة بمرض الحصبة، ماذا أفعل؟

- يحتاج الأفراد غير الملقحين إلى التلقيح خلال 72 ساعة من التعرض. إذا لم يكن لديك سجل بلقاحين ضد الحصبة (لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR))، أو إذا كنت غير متأكد إذا تم تلقيحك، أو غير متأكد إذا كنت قد أصبت بالحصبة في الماضي، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك.
- يكون علاج الغلوبولين المناعي (Ig) فعالاً خلال 6 أيام من التعرض للأفراد المعرضين للخطر، بما في ذلك الأفراد الذين لم يتم تلقيحهم أو غير المؤكدين من حالة اللقاح، والنساء الحوامل والأفراد الذين يعانون من ضعف الجهاز المناعي بسبب المرض والأمراض مثل فيروس نقص المناعة البشرية و/أو سوء التغذية و/أو الأدوية.
- إذا ظهرت لديك العوارض، اتصل مسبقاً قبل زيارة الطبيب أو غرفة الطوارئ حتى يتمكنوا من اتخاذ التدابير الوقائية اللازمة لمنع تعرض الأفراد الآخرين للحصبة.
- ابقَ في المنزل إذا كنت مريضاً ولا تسمح للزوار بدخول منزلك، لأن الحصبة شديدة العدوى.
- راقب العوارض لمدة 21 يوماً بعد التعرض المحتمل. اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا ظهرت العوارض وأبلغه بأنك تعرضت للحصبة.

تمت المراجعة في 2/23/2024

لن يقوم قسم الصحة في مقاطعة أوكلاند برفض المشاركة في برامجه على أساس العرق، الجنس، الدين، الأصل القومي، العمر أو الإعاقة. تنطبق متطلبات الأهلية الحكومية والفيدرالية على برامج معينة.



الممرضة عند الطلب - معلومات الصحة العامة  
NOC@OAKGOV.COM 800.848.5533  
OAKGOV.COM/HEALTH