

مرض اليد والقدم والفم

ما مرض اليد والقدم والفم (hand foot and mouth disease, HFMD)؟

ينجم مرض اليد والقدم والفم (HFMD) من فيروسات متعددة تنتمي إلى جنس (مجموعة) الفيروسات المعوية. وهو عادةً ما يصيب الأطفال الأصغر من 5 سنوات، رغم أنه يمكن أن يصيب البالغين أحياناً. وتكون الفترة الأكثر شيوعاً لمرض HFMD هي الصيف والخريف.

ما الأعراض؟

يمكن أن يسبب HFMD الحمى، والقروح الفموية الشبيهة بالبتور، وألم الحلق، وفقدان الشهية، والطفح الجلدي الذي يمكن أن يحدث على الأصابع وراحتي اليدين، أو على الأرداف، أو على باطن القدمين. قد يحدث الجفاف في الأطفال الصغار إذا لم يمكنهم بلع السوائل بطريقة سليمة بسبب قروح الفم المؤلمة.



كم تكون مدة هذا المرض؟

عادةً ما يمرض الشخص خلال 3-6 أيام بعد الإصابة بالعدوى. ويمكن أن يستمر الطفح الجلدي لمدة تتراوح بين 7 و10 أيام.

كيف ينتشر مرض HFMD؟

الفيروسات التي تسبب HFMD تنتشر أكثر عن طريق المخالطة الشخصية الوثيقة للعباب شخص مصاب بالعدوى، أو ريقه، أو مخاط أنفه، وعن طريق السائل الخارج من البثرة أو قشرتها، ومن البراز، ومن الأسطح الملوثة. ويمكن أن ينتقل المرض كذلك عن طريق الهواء عندما يسعل المصاب بالعدوى أو يعطس.

من المعرضون لخطر عدوى HFMD؟

يكون الرضع والأطفال الأصغر من 5 سنوات هم الأكثر عرضة لخطر الإصابة بمرض HFMD، ولكن يمكن أن تصيب العدوى كذلك الأطفال الأكبر سنًا والبالغين، وخصوصًا عندما يعيشون أو يخالطون الرضع.



مرض اليد والقدم والفم

ما الإجراءات الوقائية والعلاجات المتاحة؟

للحد من خطر العدوى، ينبغي الحفاظ على نظافة اليدين المثلتي، وخصوصًا بعد استخدام المراض وتبديل الحفاضات. ينبغي تعليم الأطفال تغطية الفم بالمنديل عند العطس أو السعال. ينبغي تنظيف وتطهير الأغراض الملوثة، مثل الذمي والأسطح. ينبغي تجنب ملامسة الأكواب والأواني الخاصة بالمصابين بعدوى مرض اليد والقدم والفم، ومشاركتهم إياها. لا يمكن اتقاء HFMD عن طريق اللقاح.

يكون علاج HFMD في الأغلب عن طريق الرعاية الداعمة، وينبغي أن يتضمن الإكثار من تناول السوائل لتجنب الجفاف واستخدام الأدوية المصروفة دون وصفات طبية، مثل الأسيتامينوفين (acetaminophen)، للحد من الحمى والألم المصاحبين لقروح الفم.

ما الذي ينبغي أن تفعله المدارس؟

- إخطار العائلات المعرضة بشأن HFMD ونصحهم بملاحظة للأعراض.
- حت أولياء الأمور على طلب الرعاية الطبية إذا كان الطفل نافرًا من تناول الطعام والشراب بسبب قروح الفم.

ما توصيات الاستبعاد؟

لا داعي للاستبعاد ما لم يحضر المصابون بالعدوى للمدرسة وهم يعانون من الحمى. ينبغي للمدارس وبرامج رعاية الأطفال أن يضعوا في اعتبارهم ما إذا كان المصابون بالعدوى في حاجة إلى رعاية إضافية تفوق قدرات طاقم العمل بالمؤسسة. ونظرًا إلى أن HFMD يمكن أن يتخذ في البداية مظهر أعراض غير محددة، مثل الحمى وألم الحلق، يجب أن يزور الشخص المصاب بالعدوى مقدم الرعاية الصحية للفرز تحسبًا لأمراض أخرى، مثل كوفيد-19 والإنفلونزا.

لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [أعراض وتشخيص مرض اليد والقدم والفم](#) | [مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها](#) أو [مرض اليد والقدم والفم - الأعراض والأسباب](#) | [مايو كلينيك](#).

