

تعرف على الحقائق: التهاب السحايا الفيروسي

ما التهاب السحايا الفيروسي؟

التهاب السحايا هو مرض معدٍ يؤدي إلى التهاب الأغشية الواقية التي تغطي الدماغ والحبل الشوكي. التهاب السحايا الفيروسي هو أكثر أنواع التهاب السحايا شيوعًا.

ما العلامات والأعراض؟

عادةً ما يكون التهاب السحايا الفيروسي أقل شدةً من التهاب السحايا البكتيري، ويتعافى منه معظم الأشخاص دون علاج. تتضمن أعراض التهاب السحايا الفيروسي في الرضع: الحمى، والتقيؤ، وضعف الشهية، والنعاس، وصعوبة الاستيقاظ من النوم، وفقدان الطاقة. أما الأعراض الشائعة لدى الكبار فتتضمن: الحمى، والصداع، وتيبس الرقبة، والحساسية تجاه الضوء الساطع، والنعاس، وصعوبة الاستيقاظ من النوم، والغثيان، والقيء، وفقدان الشهية والطاقة.

كم تكون مدة هذا المرض؟

يستمر المرض عادةً أقل من 4 أيام، غير أن مدة استمراره قد تتراوح بين يوم واحد و10 أيام.

كيف ينتشر التهاب السحايا الفيروسي؟

ينتشر التهاب السحايا الفيروسي من خلال الاتصال المباشر مع الإفرازات التنفسية من شخص مصاب. يستمر إفراز الفيروس من الجهاز التنفسي قرابة أسبوع واحد، بينما يستمر الإفراز من البراز لعدة أسابيع.

من المعرضون لخطر الإصابة بعدوى التهاب السحايا الفيروسي؟

يصيب التهاب السحايا الفيروسي الأشخاص في أي عمر، إلا أن الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 5 أعوام، والأشخاص ذوي الأجهزة المناعية الضعيفة هم أكثر عرضة للإصابة بالمرض.

ما الإجراءات الوقائية والعلاجات المتاحة؟

التهاب السحايا الفيروسي مرضٌ لا يمكن الوقاية منه باستخدام اللقاحات. أفضل وسيلة للوقاية منه هي المحافظة على النظافة المناسبة، ومن ذلك:

- غسل اليدين المتكرر، خاصةً بعد تغيير الحفاضات أو استخدام المراض أو التمخط؛
- تجنب لمس الوجه بيدين غير نظيفتين؛
- تجنب الاتصال الوثيق، مثل التقبيل أو المعانقة؛
- عدم مشاركة أكواب الشراب أو أدوات الطعام مع المرضى؛
- التنظيف والتطهير الشامل للأسطح التي يتكرر لمسها مثل الألعاب ومقابض الأبواب؛
- البقاء في المنزل حال المرض.

التهاب السحايا الفيروسي ليس له علاج محدد. ومع ذلك، يتعافى معظم الأشخاص تمامًا من تلقاء أنفسهم في غضون 7 إلى 10 أيام. قد يحتاج بعض الأشخاص إلى تناول علاج مضاد للفيروسات كي تتحسن حالتهم بناءً على الفيروس المسبب للمرض. ولذلك السبب، لا بد أن يستشير الأشخاص الذين تظهر لديهم أعراض الإصابة بالتهاب السحايا مقدم الرعاية الصحية المتابع لهم على الفور.

ما الذي ينبغي أن تفعله المدارس؟

- إخطار عائلات المعرضين للإصابة بالعدوى والموظفين لمراقبة ظهور الأعراض؛
- تثقيف التلاميذ والموظفين حول الطريقة المناسبة لنظافة اليدين وتشجيعهم على ذلك؛
- التوصية بأن يتوجه أي شخص تظهر عليه أعراض التهاب السحايا على الفور إلى مقدم الرعاية الصحية، وذلك لشدة خطورة بعض أنواع التهاب السحايا.

ما توصيات الاستبعاد؟

يجب استبعاد الأشخاص بمجرد الاشتباه في إصابتهم بالتهاب السحايا. يجب أن يحصلوا على موافقة من مقدم الرعاية الصحية المتابع لهم تفيد بإمكانية عودتهم إلى المدرسة.

للمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة <http://www.cdc.gov/meningitis/viral.html>.

أدرج الصور لاستخدامها في ملف PDF أدناه:

