



# 12. التعامل مع حالات الحمى

التحديث الأخير: 18-03-2024

## لمحة عامة

تُعدُّ الحمى ردّة فعل للجسم على العدوى. وهي عبارة عن ارتفاع درجة حرارة الجسم، وتجعل المصاب يشعر بعدم الارتياح، حيث تسبّب له القشعريرة والارتجاف. قد تكون الحمى لدى الأطفال الصغار والرّضع علامة على الإصابة بمرض خطير. يمكن للحرارة المرتفعة جداً أن تسبّب اختلاجات (اهتزاز الجسم بعنف) لدى الأطفال الصغار. كما قد تتسبّب الحمى في فقدان الجسم لسوائله ويصبح مصاباً بالجفاف.

تُعتبر الطريقة الوحيدة لتأكيد الحمى التحقّق من درجة حرارة الشخص بواسطة ميزان حرارة. والحمى هي عندما تكون درجة الحرارة أكثر من 38 درجة مئوية. إذا لم يكن لديك ميزان حرارة لتأكيد الحمى، فمن المهمّ البحث عن علامات أخرى لارتفاع درجة حرارة الجسم. في حال وجدت تلك العلامات، يُطلق على ذلك "حمى مشتبه بها".

## ما الذي يجب أن تفعله وكيفية القيام به

### تقييم حالة الشخص

1. تحقّق من درجة حرارة الشخص، إذا أمكن:

أو إذا سبق أن قام الشخص أو أحد أفراد أسرته بفحص درجة الحرارة باستخدام ميزان حرارة، أسألهم ما كانت النتيجة

2. ابحث عن علامات أخرى لارتفاع درجة حرارة الجسم مثل:

- الشعور بالحرّ الشديد
- احمرار الجلد
- الشعور بالبرد
- القشعريرة، الارتجاف
- التعرّق
- الصداع
- الضعف
- الخمول/الشعور بالتعب والتوعك

3. تحقّق من حالة الشخص:  
● تهرّ الأعراض الأخرى، مثل الطفح الجلدي أو الصداع أو القيء أو السعال أو الألم

### معالجة الحمى

1. إذا كانت الحمى مرتفعة أو إذا شعر الشخص باختلاجات أو إذا كان المريض طفلاً صغيراً أو رضيعاً، فأحله إلى مرفق صحي على الفور.

2. إذا كان المريض يستطيع تناول الشرب والطعام والحركة:

- أعطه المزيد من السوائل ليشربها بكمية أكبر من المعتاد.

- شجّع مقدّمي الرعاية على إرضاع الرضيع طبيعياً قدر الإمكان.
- شجّع مقدّمي الرعاية على تقديم الطعام المغذّي.

3. قم بتبريد الجسم بواسطة ما يلي:

- نزع الملابس الزائدة.
- مسح جسم المصاب وجبينه بإسفنجة أو قطعة قماش مبللة بالماء الفاتر.
- غسل الطفل بماء فاتر. راقبهم جيّداً خشية إصابتهم بتشنجات.
- تشجيع المريض على تناول قسط من الراحة.

4. إذا لم تختفِ الحمّى أو إذا ازدادت سوءاً، فاطلب المساعدة من أحد المهنيين الصحيّين.

## الإبلاغ عن الأعراض

في المناطق الموبوءة، قد تشير الحمّى إلى إصابة الشخص بالمرض المعني.

● إذا كانت الحمّى من أحد أعراض المرض المتفشّي (كما هو الحال في التهاب السحايا أو الملاريا أو حمّى الضنك)، فيجب عليك الإبلاغ عن الحالة كجزء من نشاطاتك المتعلقة بالمراقبة المجتمعية إلى السلطة الصحيّة المختصة. اتّبِع الإجراءات المشار إليها من أجل الوقاية والعلاج.

● إذا كانت الحمّى من أحد أعراض المرض المتفشّي (مثل التهاب السحايا أو الملاريا أو حمّى الضنك)، ولكن لا يوجد نظام للمراقبة المجتمعية معمول به، فيجب عليك الإبلاغ عن الحالات إلى أقرب مرفق صحيّ عام. إذا لم تكن متأكّداً من المكان الذي يجب أن تقوم فيه بالإبلاغ عن الحالات، فناقش الأمر مع مديرك للتوصّل إلى الحلّ الأفضل.



## رسائل المجتمع



02. رعاية شخص مُصاب بالحمى