



داء اليد والقدم والفم

التحديث الأخير 22-07-2025

الحقائق الرئيسية

طريقة انتقال العدوى: الاحتكاك المباشر والانتقال بالقُطيريات

- الاحتكاك باللعاب أو مخاط الأنف أو سائل من التقرّحات أو براز شخص مصاب
- تنشق القطيريات بعد أن يسعل أو يعطس الشخص المصاب
- لمس الأغراض والأسطح الملوّثة بالفيروس (الألعاب والأدوات ومقابض الأبواب)
- ابتلاع المياه الملوّثة أو المعالجة بطريقة غير صحيحة من أحواض السباحة (نادر حدوثه)

الأشخاص الأكثر عرضة لخطر العواقب شديدة الضرر

- الأطفال والأولاد دون الخامسة من العمر
- البالغون الذين يعانون ضعفًا في جهاز المناعة

الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالمرض

- الأشخاص الذين يعيشون أو يعملون أو يرتادون المدارس في مساحات مشتركة ومكتظة

الأعراض

- حمّى
- قلة الشهية لتناول الطعام وشرب المياه
- الشعور بالتعب والاعْتلال
- التهاب الحلق
- تقرّحات في الفم (عادةً ما تظهر بعد أيام على الأعراض)
- طفح جلدي وظهور بقع حمراء على راحتي اليدين وأسفل القدمين

°يمكن أن يظهر الطفح على الركبتين والكوعين والأرداف أو الأعضاء التناسلية

ماذا تستطيع أن تفعل للوقاية ومكافحة الأوبئة؟

مراقبة المجتمع وتحديد الأشخاص المصابين

- تحديد الأشخاص المصابين والتأكد من عزلهم قبل أن ينقلوا المرض إلى الآخرين

علاج الحالات وإدارتها

- إحالة الحالات الشديدة الإصابة (على سبيل المثال، الأشخاص المصابون بجفاف شديد) فورًا إلى المرافق الصحية
- تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للمصابين وعائلاتهم

الصرف الصحي وإدارة النفايات بشكل مناسب

- تعزيز ممارسات النظافة البيئية والتنظيف الموصى بها
- تنظيف الأسطح التي تتعرض للمس بشكل متكرر والأغراض المتسخة، بما في ذلك الألعاب، وتطهيرها
- تعزيز استخدام مرافق الصرف الصحي الملائمة (مراحيض سليمة ونظيفة)

نظافة اليدين والنظافة التنفسية

- تعزيز غسل اليدين بالصابون (مقدمو الرعاية والأطفال)
 - قبل: تحضير الطعام؛ أو تناول الطعام؛ أو تقديم الطعام للأطفال؛ أو معالجة الجروح؛ أو رعاية المرضى
 - بعد: استخدام المراحيض أو تغيير حفاضات الأطفال؛ أو لمس النفايات أو القمامة؛ أو لمس الحيوانات أو إطعامها؛ أو تنظيف الأنف، أو السعال أو العطس؛ أو معالجة الجروح؛ أو رعاية المرضى
- تعزيز النظافة التنفسية وآداب السعال (تغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس باستخدام الكُم أو المنديل، وغسل اليدين بعد السعال أو العطس، وعدم البصق على الأرض أو في الأماكن العامة)

نظافة الغذاء والماء وسلامتهما

- ضمان الحصول على مياه شرب آمنة ونظيفة
- التشجيع على الرضاعة الطبيعية الحصرية للأشهر الستة الأولى من الحياة، والرضاعة الطبيعية المكملّة حتى سن العامين (ولا سيّما عندما يكون الطفل مريضاً)

التعبئة الاجتماعية وتعزيز الصحة

- الاطلاع على النصائح المحددة التي تقدّمها السلطات الصحية أو السلطات الأخرى ذات الصلة
- الريادة في اتباع النصيحة هذه وإعلام أعضاء المجتمع بنصائح الممارسات الصحية الحالية
- تقديم الدعم والتشجيع على اتباع النصيحة
 - محاولة فهم ما إذا كانت نصائح الممارسات الصحية تُطبق أو لا وسبب ذلك
 - بإرشاد المشرف عليكم والسلطات الصحية، العمل مع المجتمعات لتجاوز العوائق التي تحول دون تطبيق النصيحة الصحية والممارسات الموصى بها

الخرائط وتقييم المجتمع

- وضع خريطة للمجتمع
- تحديد المعلومات التالية على الخريطة:
 - كم عدد الأشخاص الذين أصيبوا بداء اليد والقدم والفم؟ وأين؟
 - كم من الأشخاص لاقوا حتفهم عدد الوفيات؟ أين حصلت؟ متى؟
 - من هم الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة بداء اليد والقدم والفم وأين هم؟
 - أين تقع المرافق والخدمات الصحية المحلية؟ (بما في ذلك، المعالجون التقليديون)
 - من أين يحصل الأشخاص على مياه الشرب؟
- تسجيل المعلومات التالية على الجهة الخلفية من الخريطة:
 - متى بدأ الأشخاص يصابون بداء اليد والقدم والفم؟
 - كم عدد الأشخاص الذين يعيشون في المجتمع الملوّث؟ المتضرّرون؟ كم عدد الأطفال دون سن الخامسة؟
 - هل الرضاعة الطبيعية شائعة؟
 - هل مصدر المياه آمن؟
 - هل يعالج الأشخاص المياه؟
 - هل يجيد الأشخاص معالجة المياه؟
 - كيف يفعلون ذلك؟
 - ما هي مرافق الصرف الصحي المتوفرة؟ (وضع المراحيض العامة / المراحيض على الخريطة)
 - هل يستخدمها الناس؟
 - ما هي مرافق غسل اليدين المتوفرة؟ (وضع محطات غسل اليدين العامة على الخريطة)
 - هل يتوافر فيها الصابون؟
 - ما هي عادات المجتمع وممارساته ومعتقداته في ما يتعلّق برعاية المرضى وإطعامهم؟ يجب الوضع في الاعتبار أيّ اختلافات في الأدوار والمسؤوليات بين المرأة والرجل.
 - عندما يمرض الأطفال والرضع، هل تستمر النساء في إرضاعهم؟
 - ما هي الأماكن التي يقصدها الأشخاص للاستحمام في المياه؟
 - هل من المحتمل أن تكون المياه ملوثة بالبراز في هذه الأماكن؟
 - هل يُطبّق برنامج للتعبئة الاجتماعية أو تعزيز الصحة؟
 - ما هي العوائق التي تواجه الناس في الوصول إلى نقاط المياه ومرافق الصرف الصحي والنظافة الصحية، من كافة الهويات

الجنسية والأعمار والإعاقات والخلفيات؟ الجنسية؟

- ما هي المصادر التي يستخدمها الناس / يثقون بها أكثر للحصول على المعلومات؟
 - هل هناك شائعات أو معلومات خاطئة عن داء اليد والقدم والفم؟ ما هي الشائعات؟
- هل يمكن أن يتعرّف الأشخاص إلى علامات الجفاف وأعراضه؟
- هل يعرف الأشخاص كيفية تحضير محلول معالجة الجفاف عن طريق الفم؟
 - هل تتوفر لديهم موارد في متناول يديهم لتحضير المحلول؟