



الإسهال الحاد

التحديث الأخير 22-07-2025

الحقائق الرئيسية

انتقال العدوى: عن طريق البراز-الفم

- أيدي غير مغسولة/متسخة
- طعام أو ماء ملوث بالفضلات البشرية أو الحيوانية
- فواكه وخضار غير مغسولة أو/ طعام غير مغسول أو مغسول ولكن محضر بمياه ملوثة
- مخالطة (اتصال وثيق) بشخص مريض

الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الآثار الضارة

- الأطفال دون سن الخامسة من العمر
- الأشخاص، خصوصًا الأطفال، الذين يعانون سوء التغذية
- الأشخاص الذين يعانون ضعفًا في جهاز المناعة، ولا سيما الأطفال والنساء الحوامل أو أولئك الذين يعانون مشكلات صحية أخرى (مثل فيروس نقص المناعة البشرية)
- كبار السن

الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالمرض

- الأشخاص الذين يعيشون في مناطق تفتقر إلى مرافق وخدمات المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية اللائقة.
- الأشخاص المتنقلون الذين يواجهون صعوبات في الوصول إلى مرافق وخدمات المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية

الأعراض

- تشنجات ومغص في البطن / آلام في المعدة
- الجفاف (أحيانًا)

- حقي (أحياناً)

أعراض مرض الإسهال الحاد

- براز رخو أو سائل لثلاث مرّات أو أكثر على مدار 24 ساعة
- الغثيان والتقيؤ (أحياناً)

أعراض الإسهال الدموي (الزحار)

- إسهال يحتوي على دم

ماذا تستطيع أن تفعل للوقاية ومكافحة الأوبئة؟

الوقاية من الزحار الاسهال والسيطرة عليه

مراقبة المجتمع وتحديد الأشخاص المصابين

- تحديد مصدر أو نقطة التلوث المحتملة إن أمكن

علاج الحالات وإدارتها

- إحالة حالات الجفاف الحاد والأطفال الذين تظهر عليهم علامات سوء التغذية إلى المرافق الصحيّة
- توفير إعادة الإماهة عن طريق الفم لأولئك الذين لا تظهر عليهم علامات أو أعراض سوء التغذية
- تقديم توفير مكملات الزنك
- توفير الدعم النفسي والاجتماعي للمصابين ولأفراد عائلاتهم

الصرف الصحي وإدارة النفايات

- التشجيع على عدم التّفوّط في العراء
- التشجيع على استخدام المراحيض / الحمامات
- نظافة اليدين تعزيز الاهتمام بنظافة اليدين (غسل اليدين بالصابون)
 - 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
- نظافة الطعام والمياه وسلامتهما
 - تنظيف و / أو طهي الطعام جيّداً
 - تغطية الطعام وتخزينه بأمان (الحماية من تلوث الحشرات / الحيوانات)

- استخدام الأواني النظيفة وحاويات التخزين
- استخدام مياه شرب و طهي مأمونة ونظيفة
- تخزين المياه في أوعية خاصة، نظيفة ومغطاة
- التشجيع على الرضاعة الطبيعية الحصرية للأشهر الستة الأولى من الحياة، والرضاعة الطبيعية المكملّة حتى سنّ العامين ولا سيّما عندما يكون الطفل مريضاً
- توفير محلول إعادة الإماهة عن طريق الفم

التعبئة الاجتماعية وتعزيز الصحة

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

التلقيح التحصين

- دعم التلقيح الروتيني أو الجماعي عند توافره (على سبيل المثال، فيروس الروتا، والكوليرا)

الخرائط وتقييم المجتمع

- وضع خريطة للمجتمع
- تحديد المعلومات التالية على الخريطة:
 - كم عدد الأشخاص الذين أصيبوا بالإسهال الحاد؟ وأين؟
 - كم من الأشخاص لاقوا حتفهم ما هو عدد الوفيات؟ أين حصلت؟ ومتى؟
 - من هم الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالإسهال الحاد وأين هم؟
 - أين المرافق والخدمات الصحيّة المحليّة؟ (بما في ذلك، المعالجون التقليديون)
 - من أين يحصل الأشخاص على مياه الشرب؟
- تسجيل المعلومات التالية على خلف الجهة الخلفية للخريطة:
 - متى بدأ الأشخاص يُصابون ببدءات إصابات الأشخاص بالإسهال الحاد؟
 - كم عدد الأشخاص الذين يعيشون في المجتمع الملوّث؟ المتضرّر؟ كم عدد الأطفال دون سن الخامسة؟
 - هل يحصل الأطفال في المجتمع على يلقون تغذية جيّدة بشكل عام؟
 - هل دائماً ما يتوافر لدى الناس ما يكفي من الطعام؟
 - هل الرضاعة الطبيعيّة شائعة؟
 - هل مصدر المياه آمن؟
 - هل يجيد الأشخاص معالجة المياه؟ وهل يعالجونها؟ يقومون بذلك؟
 - ما هي مرافق الصرف الصحي المتوافرة؟ (وضع الحمامات / المراحيض العامة على الخريطة). هل يستخدمها الأشخاص؟

- هل تتوافر مرافق لغسل اليدين؟ (وضع محطات غسل اليدين العاقمة على الخريطة). هل يتوافر فيها الصابون؟
- ما هي عادات المجتمع وممارساته ومعتقداته في ما يتعلق برعاية المرضى وإطعامهم؟ عندما يمرض الأطفال والرضع، هل تستمر النساء في إرضاعهم؟ وضع في الاعتبار في عين الاعتبار أي اختلافات في الأدوار والمسؤوليات بين المرأة والرجل.
- هل يُطبّق برنامج للتعبئة الاجتماعية أو تعزيز الصحة؟
- ما الأدوار والمسؤوليات والاحتياجات والأولويات المحددة للنساء والفتيات والرجال والفتيان والأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة الإعاقة في نقل المياه وتخزينها ومعالجتها؟ التأكد من التفكير مراعاة في التقاليد والمفاهيم الثقافية والاجتماعية، واتخاذ القرارات في داخل الأسرة المعيشية، وسبل العيش مثل الزراعة وتربية الماشية، إلخ
- ما هي العوائق التي تواجه الناس في الوصول إلى نقاط المياه ومرافق الصرف الصحي والنظافة الصحية، من كافة الهويات الجنسية والأعمار والإعاقات وحالات الإعاقة والخلفيات؟ الجنسية؟
- ما المصادر التي يستخدمها الناس / يتقنون بها أكثر للحصول على المعلومات؟
- هل تُنشر هناك شائعات أو معلومات خاطئة عن الإسهال الحاد؟ ما هي الشائعات؟
- هل يمكن أن يتعرّف الأشخاص إلى علامات الجفاف وأعراضه؟
- هل يجيد الأشخاص تحضير محلول إعادة الإماهة عن طريق الفم
- هل تتوافر لديهم الموارد اللازمة لتحضيره؟