

الفيروس المخلوي التنفسي (RSV)

ما تحتاج إلى معرفته

ما هو الفيروس المخلوي التنفسي؟

الفيروس المخلوي التنفسي، أو RSV هو فيروس شائع تكون أعراضه عادة خفيفة وتشبه أعراض الزكام. عادة ما تكون الفترة التي ينتشر فيها الفيروس من فصل الخريف حتى نهاية الربيع، من شهر كانون الثاني/نوفمبر حتى نيسان/أبريل.

من يمكن أن يُصاب بالفيروس المخلوي التنفسي؟

يمكن أن يُصاب الأشخاص في أي عمر بعدوى الفيروس المخلوي التنفسي. لكن يمكن أن يتسبب هذا الفيروس بعدوى شديدة لدى بعض الأشخاص وقد يحتاجون إلى الدخول إلى المستشفى:

- الأطفال بعمر 12 شهراً وما دون (خاصة إذا ولدوا قبل أو أنهم)
- البالغين الأكبر سناً
- الأشخاص المصابين بمرض القلب و/أو الرئة
- الأشخاص المصابين بضعف جهاز المناعة (منقوص المناعة)

الفيروس المخلوي التنفسي هو السبب الأكثر شيوعاً لالتهاب القصيبات (التهاب الشعب الهوائية الصغيرة في الرئة) والالتهاب الرئوي (عدوى الرئتين) في الأطفال الذين تقل أعمارهم عن عمر السنة الواحدة في الولايات المتحدة.

ما هي عوارض الفيروس المخلوي التنفسي RSV؟

تظهر علامات عدوى الفيروس وأعراضه غالباً بعد أربعة إلى ستة أيام من التعرض للفيروس. بالنسبة إلى البالغين والأطفال الأكبر سناً، يسبب الفيروس المخلوي التنفسي عادة علامات وأعراضاً خفيفة تشبه أعراض الزكام. وقد تشمل في الحالات الشديدة الحمى، السعال الشديد، الأزيز، التنفس السريع أو صعوبة في التنفس، ازرقاق الجلد بسبب نقص الأكسجين (الزُرَق).

الرُضْع هم أشد الفئات تأثراً بالفيروس المخلوي التنفسي. تشمل علامات الإصابة الشديدة بالفيروس المخلوي التنفسي لدى الرُضْع وأعراضها ما يلي:

- تنفس سريع وقصير الوتيرة وغير عميق
- المجهود أثناء التنفس، حيث ينسحب الجلد والعضلات للداخل مع كل نفس (انكماش)
- السعال
- التغذية السيئة
- تعب غير معتاد (خمول)
- الانفعال

يجب طلب الرعاية الطبية العاجلة إذا شعر الطفل - أو أي شخص معرض لخطر الإصابة بعدوى حادة بالفيروس المخلوي التنفسي - بصعوبة في التنفس أو الحمى الشديدة أو ازرقاق الجلد، بخاصة الشفتين وقواعد الأظافر.

كيف ينتشر الفيروس المخلوي التنفسي؟

ينتشر الفيروس المخلوي التنفسي من شخص إلى آخر من خلال الرذاذ التنفسي من الأنف والحلق والدمع عندما يعطس الشخص المصاب أو يسعل أو يتحدث. يمكن أن ينتقل الفيروس أيضاً عبر الاتصال المباشر بإفرازات الأنف أو الفم من خلال تقبيل وجه طفل مصاب بالفيروس المخلوي التنفسي. أحياناً يُصاب الأشخاص بالفيروس عند لمس الفم أو الأنف بعد لمس مجسم ملوث بالفيروس.

كيف يمكن معالجة العدوى بالفيروس المخلوي التنفسي؟

تختفي معظم حالات العدوى بالفيروس المخلوي التنفسي من تلقاء نفسها في غضون أسبوع أو أسبوعين وتتم معالجتها في المنزل باستخدام مخفضات الحمى ومسكنات الألم التي بدون وصفة طبية، مثل الأسيتامينوفين (acetaminophen) والإيبوبروفين (ibuprofen) (تحدث إلى مقدم رعاية صحية قبل إعطاء الطفل

أدوية الزكام بدون وصفة طبية، إذ يحتوي بعضها على مكونات مضرّة للأطفال). من الضروري أن يشرب الأشخاص المصابون بالفيروس المخلوي التنفسي كمية كافية من السوائل لمنع الجفاف (فقدان سوائل الجسم).
قد يحتاج الأشخاص المصابون بعدوى الفيروس المخلوي التنفسي الحادة إلى دخول المستشفى إذا كانوا يعانون من صعوبة في التنفس أو الجفاف. في معظم هذه الحالات، يستمر العلاج في المستشفى لبضعة أيام فقط.

كيف يمكن الوقاية من الفيروس المخلوي التنفسي؟

- قم بالسعال والعطس في منديل ورقي أو في الجزء العلوي من كم قميصك وليس في يديك.
- اغسل يديك بشكل متكرر بالماء والصابون لمدة لا تقل عن 20 ثانية.
- تجنب التواصل المباشر مع الآخرين، وتجنب التقبيل والمصافحة ومشاركة أكواب الشرب وأواني الأكل مع الآخرين
- قم بتنظيف الأسطح التي يتم لمسها بشكل متكرر مثل مقابض الأبواب والأجهزة المحمولة
- ابقَ في المنزل عند إصابتك بالمرض وتجنب رؤية الغير
- يمكن لأولياء أمور الأطفال المعرضين لخطر كبير للإصابة بالفيروس المخلوي التنفسي الأخذ في الاعتبار ما يلي للطفل عندما يكون ذلك ممكناً:
 - تجنب التواصل المباشر مع الأشخاص المصابين بالمرض
 - اغسل أيديهم بشكل متكرر بالماء والصابون لمدة لا تقل عن 20 ثانية.
 - تجنب لمس وجوههم بأيدي غير مغسولة
 - الحد من الوقت الذي يقضونه في مراكز رعاية الأطفال أو غيرها من الأماكن التي يُحتمل أن تكون معدية، خاصة خلال فصول الخريف والشتاء والربيع. قد يساعد ذلك في منع انتقال العدوى وانتشار الفيروس خلال موسم الفيروس المخلوي التنفسي
- لا يتوفر حالياً لقاح لمنع الفيروس المخلوي التنفسي. لكن يتوفر دواء اسمه "باليفيزوماب" (palivizumab) للوقاية من مرض الفيروس المخلوي التنفسي الحاد لدى بعض الرضع والأطفال المعرضين لخطر كبير للإصابة بأمراض خطيرة (الرضع الذين وُلدوا قبل الأوان أو المصابون بأمراض القلب الخلقية أو أمراض الرئة المزمنة).

تعليمات غسل اليدين:

- استخدم الصابون والماء الجاري
- افرك يديك جيّداً لمدة 20 ثانية
- اغسل كل الأسطح، بما فيها:
 - ظهور اليدين
 - المعصمين
 - بين الأصابع
 - تحت الأظافر
- شطف جيّداً
- جفف يديك جيّداً بمنديل ورقي
- أغلق الماء باستخدام منديل ورقي بدلاً من يديك.
- اغسل يديك كثيراً وساعد الأطفال في القيام بالأمر نفسه

تم التحديث في 11/1/22