

بیماری دست، پا و دهان

بیماری دست، پا و دهان (HFMD) چیست؟

بیماری دست، پا و دهان (در انگلیسی به آن HFMD می‌گویند) یک بیماری ویروسی است که در اغلب موارد نوزادان و کودکان دچار آن می‌شوند. نشانه‌های این بیماری شامل تب، کهیر، و لکه‌های قرمز یا آفت در دهان است.

HFMD با بیماری جنون گاوی (یا بیماری پا و دهان یا سم و دهان) ارتباطی ندارد. گرچه نام این دو بیماری به هم شبیه است، ویروس آنها متفاوت است. HFMD فقط در انسان‌ها و بیماری جنون گاوی فقط در حیواناتی مانند گاو، خوک و گوسفند دیده می‌شود.

عامل HFMD چیست؟

چندین ویروس مختلف از جمله کوکساکسی ویروس و انترو ویروس 71 باعث بروز HFMD می‌شوند که به گروه انترو ویروس‌ها (ویروس‌های روده‌ای) تعلق دارند. کوکساکسی ویروس A16 یکی از عوامل رایج HFMD است. انترو ویروس 71 چندین بار باعث شیوع گسترده HFMD در آسیا شده است. در حین شیوع بیماری HFMD از طریق انترو ویروس 71، برخی از بیماران بیماری شدید داشته‌اند.

چه کسی در معرض ابتلا به HFMD قرار دارد؟

HFMD در نوزادان و کودکان زیر 10 سال شایع است، اما می‌تواند به کودکان سنین بالاتر، نوجوانان و افراد بالغ نیز سرایت کند. اگر فردی در معرض نوعی انترو ویروس قرار بگیرد که پیش از این هرگز در معرض آن قرار نداشته، ممکن است ویروس به او سرایت کند. با این وجود ویروس به برخی از افراد سرایت می‌کند، اما آنها به بیماری مبتلا نمی‌شوند.

نشانه‌های HFMD کدامند؟

اولین نشانه‌های ابتلا به HFMD معمولاً تب، گلو درد، بی‌اشتهایی و احساس تهوع (بی‌حالی) است. یک تا دو روز پس از شروع تب، لکه‌های قرمز کوچکی در دهان در قسمت داخلی گونه، لثه‌ها و زبان ظاهر می‌شود. این لکه‌ها ممکن است به تاول یا زخم تبدیل شوند. همچنین ممکن است کهیرهای پوستی در دستان، پاها، نشیمنگاه و گاهی در بازوان و ساق پا ایجاد شود. کهیر شامل لکه‌های قرمز و تاول‌های صاف یا برآمده است. همه مبتلایان به HFMD دچار تمامی این علائم نمی‌شوند.

نشانه‌های HFMD معمولاً خفیف هستند و ظرف مدت 7 تا 10 روز خود بخود خوب می‌شوند. اما در موارد نادری HFMD می‌تواند باعث بروز عوارضی شود. یکی از این عوارض مننژیت ویروسی (غیر عفونی) است. سردرد، گرفتگی گردن و تب از نشانه‌های مننژیت ویروسی هستند. ممکن است لازم باشد افراد مبتلا به مننژیت ویروسی بستری شوند. در موارد بسیار نادر HFMD می‌تواند منجر به آنسفالیت (ورم مغزی) شود. آنسفالیت یک بیماری حاد است که می‌تواند کشنده باشد.

HFMD چگونه منتقل می‌شود؟

HFMD معمولاً از طریق تماس با مدفوع، خلط بینی و سینه، ترشحات تاول یا بزاق فرد مبتلا به افراد دیگر سرایت می‌کند. اغلب هنگامی که دست‌های نشسته فرد مبتلا با افراد دیگر تماس دارد یا سطوح را آلوده می‌کند، ویروس بیماری پخش می‌شود. ویروس‌های عامل HFMD می‌توانند مدت زمان زیادی روی سطوح محیط به حیات خود ادامه دهند.

احتمال سرایت بیماری از شخص مبتلا به HFMD به دیگران در هفته اول بیماری بیشتر است، اما تا چند هفته پس از برطرف شدن نشانه‌های بیماری نیز ممکن است بیماری به دیگران سرایت کند.

نشانه‌های بیماری چه زمانی ظاهر می‌شوند؟

نشانه‌های HFMD معمولاً 3 تا 7 روز پس از اولین تماس با ویروس و آلودگی ظاهر می‌شوند.

نحوه تشخیص HFMD چگونه است؟

پزشکان معمولاً بر اساس سن بیمار، علائم بیماری و نوع و محل کهیرها یا آفت‌ها HFMD را تشخیص می‌دهند. معمولاً پزشک برای تشخیص HFMD به آزمایش نیاز ندارد. گاهی ممکن است وی از گلو یا ترشحات تاول یا مدفوع نمونه‌برداری کند تا نوع انترو ویروس عامل بیماری را از طریق آزمایش مشخص نماید.

HFMD چگونه درمان می‌شود؟

این بیماری درمان خاصی ندارد. تقریباً همه کودکان مبتلا به بیماری خود بخود خوب می‌شوند. افراد مبتلا به HFMD باید استراحت کنند و برای جلوگیری از کاهش آب بدن مایعات مصرف کنند. همچنین ممکن است داروهایی برای کنترل تب و درد تجویز شود.

آفت‌های درون دهان می‌توانند باعث دشوار و دردناک شدن بلعیدن شوند و به همین دلیل ممکن است برخی از کودکان از نوشیدن مایعات خودداری کنند. اگر خودداری کودکان از نوشیدن مایعات باعث کاهش جدی آب بدن آنها شود، درمان از طریق تزریق مایعات داخل وریدی لازم است.

چگونه می‌توان از HFMD پیشگیری کرد؟

همه افراد خانواده شخص مبتلا به HFMD باید پس از رفتن به مستراح، تعویض کهنه نوزاد یا هر گونه تماس با ترشحات بینی و گلو، مدفوع یا ترشحات تاول کودک، دست خود را به دقت با آب و صابون بشویند. اسباب بازی‌ها و سطوح باید ابتدا با آب و صابون شسته شوند و سپس با محلول رقیق سفید عفونی کننده (یک چهارم فنجان مایع سفید عفونی کننده در یک گالن آب) تمیز شوند. کودکان مبتلا به HFMD تا زمانی که تب آنها قطع نشده و آفت‌های دهان آنها التیام نیافته باید در خانه بمانند و از رفتن به مهد کودک یا مدرسه خودداری کنند. بزرگسالان مبتلا به بیماری باید تا برطرف شدن نشانه‌های بیماری در خانه بمانند و به محل کار نروند.

چگونه می‌توانم درباره HFMD اطلاعات بیشتری بدست بیاورم؟

اگر درباره HFMD سوالی دارید، لطفاً با پزشک خود یا درمانگاه محلیتان تماس بگیرید.

[NOTE TO LOCAL EDUCATIONAL AGENCIES (LEAS): The California Department of Education (CDE) expresses appreciation to Claudia J. Erickson and the California Department of Public Health (CDPH) for their permission to translate the CDPH's "HFMD Prevention." As a form of assistance to LEAs, the CDE offers this translation free of charge. Because there can be variations in translation, the CDE recommends that LEAs confer with local translators to determine any need for additions or modifications, including the addition of local contact information or local data, or modifications in language to suit the needs of specific language groups in the local community. If you have comments or questions regarding the translation, please e-mail the Clearinghouse for Multilingual Documents (CMD) at cmd@cde.ca.gov.]