



حضرت إلى قسم الطوارئ بسبب طفح جلدي مؤلم. يرى الطبيب أنه الحزام الناري، ومن الآن علاج في المنزل. توضّح لك هذه الورقة ما هو، وكيف تخفف الألم، وكيف تحمي الآخرين.

ما هو؟

يحدث الحزام الناري عندما ينشط فيروس جدري الماء من جديد، غالباً بعد سنوات. يسبب ألماً أو وخزاً أو حرقاً، ثم طفحاً من الفقاعات على شكل شريط في جانب واحد من الجسم أو الوجه. تجفّ الفقاعات وتتقشر خلال 7 إلى 10 أيام، وقد يستمر الألم مدة أطول. لا يُعدي الحزام الناري بحد ذاته، لكن سائل الفقاعات قد ينقل جدري الماء للآخرين.

كيف تعتني بنفسك في المنزل

- حافظ على الطفح نظيفاً وجافاً ومغطى بغطاء غير ضاغط.
- ارتدِ ملابس قطنية واسعة فوق الطفح.
- قد تخفف قطعة قماش باردة ورطبة الألم، ولا تضع الثلج مباشرة على الجلد.
- لا تحكّ الفقاعات ولا تفقأها.
- حتى تتقشر الفقاعات، ابتعد عن الحوامل والمواليذ الجدد وضعاف المناعة ومن لم يُصّب بجدري الماء.
- اغسل يديك بعد لمس الطفح.

المتابعة

- راجع الطبيب العام أو المركز الصحي خلال أسبوع، أو قبل ذلك إذا لم يُضبط الألم.
- راجع طبيبك إذا استمر الألم بعد شفاء الطفح.
- اسأل طبيبك إن كان لقاح الحزام الناري مناسباً لك.

الأدوية

- إذا أُعطيت حبوباً مضادة للفيروسات، أكمل العلاج كاملاً، فهي تعمل بشكل أفضل عند البدء بها مبكراً.
- يمكن أن يساعد الباراسيتامول أو الإيبوبروفين في تخفيف الألم، إلا إذا طلب منك الطبيب عدم تناولهما. اتبع التعليمات على العلبة أو تعليمات طبيبك.
- تجنّب الإيبوبروفين إذا كانت لديك قرحة في المعدة أو مرض في الكلى أو بعض أنواع الربو، أو في حال الحمل، ما لم يسمح به الطبيب.
- إذا كان الألم شديداً أو يمنعك من النوم، اسأل طبيبك عن مسكّنات أخرى.

عُد إلى قسم الطوارئ أو اتصل بالإسعاف فوراً إذا:

- طفح على العين أو قربها أو على طرف الأنف، أو أي تغيير في النظر
- ضعف في جانب من الوجه، أو طفح في الأذن مع دوخة أو ضعف في السمع
- صداع شديد أو تيبس في الرقبة أو تشوّش ذهني أو نعاس غير معتاد
- انتشار الطفح على مساحة واسعة من الجسم
- احمرار الجلد حول الطفح أو سخونته أو تورّمه أو خروج صديد منه، مع حُمى

