

## ما هو حمى التيفوئيد ؟

مرض حمى التيفوئيد هو مرض تسببه *Salmonella Typhi* وهي إحدى مجموعات بكتيريا السالمونيلا. تعيش هذه البكتيريا في جسم الانسان وتنتقل إلى الدم والأمعاء للأشخاص المصابين بحمى التيفوئيد بالإضافة إلى ذلك فإنه يوجد ما يسمى بالناقل وهو الذي يتعافى من حمى التيفوئيد لكنه لا يزال يحمل البكتيريا المسببة للمرض .

### ما هي أعراض حمى التيفوئيد ؟

- ارتفاع درجة الحرارة من 39° م °40 م .
- آلام في المعدة
- صداع
- فقدان الشهية
- ضعف عام
- الطريقة الوحيدة للتأكد من الإصابة بالمرض عن طريق تحليل البراز أو تحليل الدم .

### كيف يصاب الشخص بالحمى ؟

يصاب الشخص بالحمى في حال تناوله لغذاء أو شراب معدّ من قبل شخص مصاب بالحمى أو في حالة تلوث مياه الشرب أو الغسيل بمياه الصرف الصحي لذلك فإن حمى التيفوئيد تنتشر في المناطق التي لا تتوفر فيها الظروف الصحية الملائمة ويغلب فيها التلوث بمياه الصرف الصحي

### كيف يمكن الوقاية من حمى التيفوئيد ؟

- تجنّب الأطعمة والمشروبات ذات مستوى الخطورة العالي
- التلقيح ضد حمى التيفوئيد
- استخدام المياه المعبأة أو غلي الماء لمدة دقيقة قبل الاستخدام
- طلب المشروبات بدون ثلج إلا إذا كان مصدر الثلج من ماء معبأ أو مغلي
- أكل الأطعمة المطبوخة جيدا وتكون ساخنة جدا
- تجنّب الخضار والفواكه التي لا يمكن تقشيرها بسهولة مثل الخس يمكن أن يتلوّث بسهولة وعملية تنظيفه صعبة
- غسل اليد بالصابون قبل تقشير الخضار والفواكه وتجنب أكل القشور
- عدم شراء الأطعمة والمشروبات من الباعة المتجولون

### ماذا تعمل عند إصابتك بحمى التيفوئيد ؟

- التوجه للطبيب فورا ومن المحتمل أن تعطى مضاد حيوي لمعالجة المرض .عادة ستشعر بتحسن خلال يومين إلى 3 أيام ، وتعتبر الوفيات نادرة

### في أثناء فترة العلاج من المهم عمل التالي :

- الاستمرار بأخذ المضادات الحيوية لحين طلب الطبيب التوقف عنها
- غسل اليدين بالماء والصابون بعد استخدام دورة المياه
- تجنب خدمة الآخرين في تقديم الغذاء ، للتقليل من فرصة نقل المرض إليهم
- النظام الغذائي : تأكد من أكل غذاء متوازن . إشرّب ما يكفي من السوائل للحفاظ على الماء الكافي في الجسم
- يجب التنبيه إلى عدم التشخيص الخاطئ بين هذا المرض وبين التسمم الغذائي الذي تسببه المجموعات الأخرى من السالمونيلا

