



## Mumps

### ما هو مرض النكاف؟

النكاف أو المعروف باسم "التهاب الغدة النكافية" هو مرض مُعدٍ ناتج عن الإصابة بفيروس معدي.

### كيف ينتشر مرض النكاف؟

الفيروس الذي يسبب النكاف يعيش في أنف وفم وحلق الشخص المصاب. ويمكن أن ينتشر عبر الهواء إلى الأشخاص على مقربة (مسافة 3 إلى 6 أقدام) عندما يسعل أو يعطس الشخص المصاب. من الممكن أيضا أن ينتشر النكاف عن طريق الاتصال بإفرازات مصابة. الأشخاص أكثر عدوى قبل بداية الأعراض بيومين وحتى خمسة أيام من ظهور المرض.

### ما هي أعراض مرض النكاف؟

الأعراض الأكثر شيوعا هي حمى منخفضة الدرجة وصداع الرأس وآلام في العضلات وتورم في الغدة اللعابية (الموجودة في الخد، تحت الأذن وأسفل الفك). واحد من كل ثلاثة أشخاص يعانون من النكاف لن يكون لديهم تورم في الغدة اللعابية. يمكن أن تظهر الأعراض من 12 إلى 25 يوما بعد الاتصال مع شخص مصاب (عادة 16 إلى 18 يوما).

### هل مرض النكاف خطير؟

النكاف هو عادة مرض خفيف، ولكن يمكن أن تكون هناك بعض المضاعفات بما في ذلك التهاب السحايا (إصابة الأغشية التي تُغلف الدماغ والحبل الشوكي)، والتهاب الدماغ (تورم في الدماغ)، وتورم الخصيتين لدى الذكور البالغين. ونادرا ما يصاب الشخص بمضاعفات مثل فقدان السمع والتهاب المفاصل وتورم المبيض وتورم الثدي ومشاكل في القلب أو الكلى. قد يزيد الفيروس من خطر الإجهاض، وخاصة خلال الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل.

### من هم الأشخاص المعرضين لمرض النكاف؟

بإمكان مرض النكاف أن يؤثر على أي شخص في أي عمر لم يصب من قبل بالمرض أو تم تحصينه ضده.

### كيف يتم تشخيص مرض النكاف؟

كثيرا ما يشتبه في مرض النكاف من أعراضه. ويمكن تأكيد مرض النكاف بفحص الدم أو مسحة من داخل الخد.

### هل هناك لقاح للنكاف؟

نعم. ينصح بلقاح مرض النكاف للأطفال بعد 12 شهرا من العمر مع جرعة ثانية في سن الرابعة إلى السادسة. يتم إعطاء لقاح النكاف عادة مع لقاح الحصبة والحصبة الألمانية، ويسمى MMR (لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية). يجب على الأشخاص الذين ولدوا بعد عام 1956 والذين ليسوا متأكدين ما إذا كانوا قد حصلوا على اللقاح أو المرض، أن يستشيروا طبيبيهم المعالج حول تلقيحهم. الأشخاص الذين لا ينبغي أن يتلقوا لقاح MMR يشملون النساء الحوامل، والأشخاص الذين يعانون من ضعف الجهاز المناعي والذين يعانون من حساسية مهددة للحياة للنيوميسين والجيلاتين أو جرعة سابقة من MMR.

### ما الذي يمكن عمله لوقف انتشار مرض النكاف؟

أفضل طريقة لمنع مرض النكاف هي التلقيح ضده. إذا ظهرت لديك أو لدى طفلك أعراض مرض النكاف، اتصل بالطبيب المعالج الخاص بك. لا يجب على أحد مصاب بالنكاف أن يذهب إلى مركز رعاية الأطفال، المدرسة، العمل أو الأماكن العامة الأخرى إلا بعد 5 أيام من بداية تورم الغدة اللعابية. الأشخاص الذين كانوا على اتصال مع شخص مصاب بالنكاف يجب عليهم أن يتحدثوا مع طبيبيهم المعالج للتأكد من أنهم حصيون. أي شخص قد يكون تعرض لهذا المرض ينبغي تثقيفه على علامات وأعراض مرض النكاف، ويجب عليه أن يلتزم العناية الطبية إذا بدأت أي من هذه الأعراض في الظهور.