

# الفيروس التنفسي المخلوي (RSV)

ما علامات وأعراض الفيروس التنفسي المخلوي، وما التوصيات الخاصة باللقاح للوقاية منه؟



## البالغون

- سيلان الأنف
- احتقان الحلق
- السعال
- الصداع
- الشعور بالتعب
- الاحتقان
- الحمى

يُوصى بتلقي لقاح الفيروس المخلوي التنفسي للفئة الآتية:

- النساء الحوامل اللاتي يتراوح حملهن بين الأسبوعين 32 و36 خلال موسم انتشار الفيروس.
- كبار السن الذين يبلغون من العمر 60 عامًا فأكثر.



## الأطفال

- سيلان الأنف
- انخفاض الشهية
- السعال
- العطس
- الحمى
- صعوبة البلع
- تغيرات في التنفس

يُوصى بتلقي لقاح الفيروس التنفسي المخلوي لـ:

- الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 8 أشهر و19 شهرًا الذين لا يزالون عرضة للإصابة الشديدة بالفيروس التنفسي المخلوي خلال موسمهم الثاني لانتشار الفيروس.



## الرُّضّع

- سرعة الاحتياج
- ضعف الرضاعة
- النعاس
- انقطاع النفس (التوقف المؤقت أثناء التنفس)
- الحمى (لا تظهر دائمًا)

يُوصى بتلقي لقاح الفيروس التنفسي المخلوي للفئة الآتية:

- الرُّضّع دون سن 8 أشهر الذين وُلدوا خلال موسمهم الأول لانتشار الفيروس أو هم مقبلون عليه.



• عادةً ما يستمر موسم انتشار الفيروس التنفسي المخلوي في الولايات المتحدة من أواخر الخريف إلى أوائل الربيع.

• يُرجى التحدث إلى طبيبك أو طبيب طفلك بخصوص لقاح الفيروس التنفسي المخلوي المخصص لحالتك.

## التعريف

الفيروس التنفسي المخلوي (RSV) هو فيروس شائع يُصيب الرئتين. وعادةً ما يسبب أعراضًا تشبه البرد وتتراوح شدتها من خفيفة إلى شديدة. ويتعافى معظم الأشخاص في غضون فترة تتراوح بين أسبوع وأسبوعين. لكن يمكن أن يكون الفيروس التنفسي المخلوي خطيرًا، لا سيما بالنسبة للرُّضّع والبالغين الذين يعانون من ظروف صحية طويلة الأمد وكبار السن. ويعد الفيروس التنفسي المخلوي هو السبب الأكثر شيوعًا لالتهاب القصيبات (التهاب الشعب الهوائية الصغيرة في الرئتين) والالتهاب الرئوي (التهاب الرئتين). ويعد الفيروس التنفسي المخلوي أيضًا سببًا شائعًا لدخول الأطفال الذين تقل أعمارهم عن عام واحد إلى المستشفى في الولايات المتحدة.

## كيف ينتشر الفيروس التنفسي المخلوي؟

- عندما يسعل الشخص المُصاب أو يعطس
- تسرّب الفيروس من سعال أو عطاس إلى عينيك أو أنفك أو فمك
- عند الاتصال الجسدي بالفيروس، مثل تقبيل وجه طفل مُصاب بالفيروس التنفسي المخلوي
- لمس سطح ملوث بالفيروس ثم لمس وجهك قبل أن تغسل يديك

عادةً ما يكون الأشخاص المصابون بالفيروس التنفسي المخلوي قادرين على نقل العدوى لآخرين لمدة تتراوح بين ثلاثة وثمانية أيام. وقد يكونوا قادرين على نقل العدوى لآخرين قبل أن تظهر عليهم علامات المرض. ومع ذلك، يمكن لبعض الرُّضّع والأشخاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة أن يستمروا في نشر الفيروس لعدة أسابيع بعد شعورهم بالتحسن.

للحصول على مزيد من المعلومات،

تفضلوا بزيارة الموقع الإلكتروني:

[cdc.gov/rsv](https://www.cdc.gov/rsv)

توجّه إلى أقرب قسم طوارئ أو اتصل على 911 في حال ظهور الأعراض الآتية عليك أو على طفلك:

- صرير في التنفس
- تباعد فتحتي الأنف مع كل نفس
- تحول الشفتين والفم والأظافر إلى اللون الأزرق أو الرمادي
- التنفس البطني أو "تقعر" الصدر بحيث يأخذ شكل مقلوب بدءًا من أسفل الرقبة "V" حرف
- التنفس القصير أو الضحل أو البطيء أو السريع
- التوقف المؤقت في التنفس



## كيف أحمي نفسي والآخرين؟



تناول اللقاح

اغسل يديك كثيرًا

أبعد يديك عن وجهك

تجنب المخالطة القريبة  
مع المرضى

غظِّ فمك وأنفك عند السعال والعطس

نظِّف الأسطح وطهرها

ابق في المنزل  
عندما تكون مريضًا



## كيف يتم تشخيص الفيروس التنفسي المخلوي؟

يسألك الطبيب عن الأعراض التي تشعر بها، ويستمع إلى رثيتك. قد يتم فحص مستوى الأكسجين لديك أيضًا.

قد تُجري اختبار مسحة أو عينة دم لاكتشاف الفيروس أو العدوى. قد تحتاج إلى إجراء المزيد من الاختبارات في حالة الإصابة بحالة مرضية شديدة.

## ماذا أفعل إذا اعتقدت أنني مُصاب بالفيروس التنفسي المخلوي؟

تُشفى معظم حالات عدوى الفيروس التنفسي المخلوي من تلقاء نفسها في غضون فترة تتراوح بين أسبوع وأُسبوعين. لتخفيف الأعراض، قم بما يلي:

- حاول السيطرة على الحمى والألم. استخدم الأدوية التي لا يستلزم تناولها وصفة طبية، مثل أسيتامينوفين أو إيبوبروفين. لا تعطِ الأسبرين للأطفال أبدًا.
- تناول كمية كافية من السوائل؛ إذ يمنع ذلك الإصابة بالجفاف (فقدان سوائل الجسم).
- تحدث إلى طبيبك قبل إعطاء طفلك أدوية البرد التي لا تستلزم وصفة طبية. تحتوي بعض الأدوية على مكونات غير جيدة للأطفال.
- استخدم جهاز ترطيب بالرداذ البارد لتهدئة احتقان أنفك وحلقك. تحدث إلى الطبيب أولاً.
- استخدم قطرات الأنف الملحية لتخفيف المخاط في أنفك.
- نظِّف أنفك لإبقاء مسار الهواء مفتوحًا. يمكنك شفط المخاط بلطف من أنف رضيعك.
- إذا لم تكن تتابع حالتك مع طبيب، فاتصل على (1-877-THR-WELL (1-877-847-9355

الأعراض	البرد	الإنفلونزا	فيروس كورونا (كوفيد-19)	الفيروس التنفسي المخلوي
كيف تبدأ الأعراض	تظهر الأعراض تدريجيًا	تظهر الأعراض سريعًا مرة واحدة	قد تظهر الأعراض بعد فترة تتراوح من يومين إلى 14 يومًا من التعرض للفيروس	من 3 إلى 8 أيام من التعرض للفيروس
الصداع	نادرًا	شائع	أحيانًا	شائع عند البالغين
الحمى	نادرًا	شائع، يستمر لفترة تتراوح بين 3-4 أيام	شائع	شائع
آلام الجسم وأوجاعه	أحيانًا	شائع، وغالبًا ما تكون شديدة	شائع	نادرًا
القشعريرة	نادرًا	شائع	شائع	شائع
التعب / الضعف	أحيانًا	شائع، ويمكن أن يستمر من أسبوعين إلى 3 أسابيع	شائع	شائع
سيلان / انسداد الأنف	شائع	أحيانًا	أحيانًا	شائع
العطس	شائع	أحيانًا	نادرًا	شائع
ألم الحلق	شائع	أحيانًا	شائع	شائع
الشعور بعدم راحة في الصدر / السعال	شائع - تتراوح الشدة من خفيفة إلى متوسطة، سعال مُتقطع	شائع، ويمكن أن يكون شديدًا	شائع، ويمكن أن يكون شديدًا	شائع
ضيق التنفس / مشكلات التنفس	أحيانًا	أحيانًا	شائع	شائع
فقدان حديد لحاسة التذوق / الشم	نادرًا	نادرًا	شائع	نادرًا
الإسهال / القيء	نادرًا	أحيانًا (أكثر شيوعًا عند الأطفال من البالغين)	أحيانًا	نادرًا
المضاعفات	احتقان الجيوب الأنفية ألم في الأذن	التهاب القصيبات والالتهاب الرئوي يمكن أن يهدد الحياة	الالتهاب الرئوي والسكتة الدماغية والنوبة القلبية والفشل العضوي يمكن أن يهدد الحياة	شائع بالنسبة للرُّضع وكبار السن
عدوى من دون أعراض	نادرًا	نادرًا	أحيانًا	نادرًا
هل يتوفر لقاح	لا	نعم	نعم	نعم