



مرض الهربس (العقبول)

سؤال وجواب

س: ما هو الهربس؟

ج: الهربس هو أحد الأمراض المعدية المنتشرة التي قد تصاحب المريض طوال حياته، وتنتقل عدواه بصفة عامة عن طريق التلامس الجلدي.

س: ما هي مناطق الإصابة بالهربس؟

ج: قد تحدث الإصابة بالهربس في الشفتين (هربس الفم) أو الأعضاء التناسلية (الهربس التناسلي) أو مناطق الجسد الأخرى (الهربس غير التناسلي).

س: كم عدد فيروسات الهربس البسيطة؟

ج: ثمة نوعان من فيروسات الهربس البسيطة هما: الهربس من النوع الأول والهربس من النوع الثاني.

س: ما هو الهربس من النوع الأول؟

ج: يعد فيروس الهربس من النوع الأول واحداً من أكثر الفيروسات المسببة للإصابة بقرح البرد في الشفتين والوجه. وعلى الرغم من أن هذا المرض غالباً ما تنتقل عدواه في فترة الطفولة عن طريق التقبيل، إلا أن الإصابة به يمكن أن تحدث في أي مرحلة من مراحل العمر. ويمكن أيضاً أن تنتقل عدوى المرض إلى الأعضاء التناسلية من خلال التلامس الجلدي المباشر أثناء الممارسة الجنسية عن طريق الفم.

س: كم يبلغ عدد الأستراليين المصابين بالهربس من النوع الأول؟

ج: تبلغ نسبة الأستراليين المصابين بالهربس من النوع الأول نحو 8 من بين كل 10 أفراد ممن دون سن الخامسة والعشرين، وتظهر أعراضه بوضوح على عدد قليل من المصابين، على شكل قرح البرد.

س: ما هو الهربس من النوع الثاني؟

ج: يعتبر فيروس مرض الهربس من النوع الثاني هو الفيروس المسؤول عن معظم أشكال الهربس الذي يصيب الأعضاء التناسلية. وينتقل هذا النوع عن طريق الاتصال الجنسي.

س: كم يبلغ عدد الأستراليين المصابين بالهربس من النوع الثاني؟

ج: تبلغ نسبة الأستراليين المصابين بالهربس من النوع الثاني نحو 1 من بين كل 8 أفراد - وتظهر أعراض الإصابة على 1 من بين كل 5 أفراد من المصابين بالمرض. ويلاحظ أن الأشخاص الذين لا تظهر عليهم أعراض المرض قد لا يدركون أنهم مصابون بالفيروس.



س: ما هي الأعراض التي تظهر على معظم الأفراد خلال الفترة الأولى من إصابتهم بالهربس من النوع الثاني (الهربس التناسلي)؟

ج: لا تظهر على معظم الأفراد أعراض ملحوظة بعد تعرضهم للعدوى، بل أنهم لن يدركوا إصابتهم بفيروس المرض. وقد يلاحظون أعراض المرض في وقت لاحق.

وبالنسبة لغيرهم من المرضى، يبدأ ظهور أعراض مرض هربس الأعضاء التناسلية خلال فترة تتراوح بين يومين وواحد وعشرين يوماً من وقت الإصابة بالفيروس. وعادة ما تكون المرحلة الأولى لتقشي المرض في الجسم هي أكثر مراحل المرض خطورة. فعند الإصابة بالفيروس للمرة الأولى، لا يتوفر لجهاز المناعة الوقت الكافي لبناء أجسام مضادة وقائية، مما يسمح للفيروس بالتكاثر بسرعة كبيرة، الأمر الذي يؤدي إلى ظهور الأعراض الدالة على الإصابة بالمرض. وإذا كان المرء يعاني من الإصابة بالهربس التناسلي الحاد، فقد يلاحظ الآتي:

- حدوث تضخم في العقد الليمفاوية (غدد أو انتفاخات في منطقة التقاء الفخذين بالجذع).
- قد يعاني المريض من أعراض أشبه بأعراض الإصابة بالإنفلونزا مثل ألم العضلات والإجهاد والصداع وارتفاع درجة الحرارة وقشعريرة.
- من الممكن أن يحدث أيضاً انتفاخ أو ألم أو حرقان في المنطقة المحيطة بالأعضاء التناسلية، قد يتبعه ظهور بقع حمراء مؤلمة يمكن أن تتحول إلى بثور.
- وقد تنفجر تلك البثور وتتحول إلى قرح مفتوحة تتخثر بعد ذلك وتتحول إلى قشور ثم تتدمل.
- كذلك قد يعاني المريض من شعور بالألم عند التبول وذلك بسبب رقة الجلد في منطقة الأعضاء التناسلية.
- ومن الممكن حدوث الإفرازات المهبلية (بالنسبة للنساء).

وعادة ما تزول هذه الأعراض في غضون أسبوعين إلى أربعة أسابيع من بداية ظهورها، ولا تتخلف عنها أية أضرار على المدى البعيد. على أنه إذا صاحب انتشار المرض ألم شديد، ينصح بمراجعة الطبيب للحصول على العلاج المضاد للفيروس والذي قد يساعد في الحد من مدة وضراوة الإصابة به.

س: هل تتكرر الإصابة بمرض هربس الأعضاء التناسلية؟

ج: قد تتكرر المعاناة من أعراض مرض هربس الأعضاء التناسلية، إلا أنها تكون أقل حدة ويتم الشفاء منها بشكل أسرع. وقد يعاني بعض الأفراد من تكرار ظهور أعراض المرض عليهم، في حين أن البعض الآخر نادراً ما يعاوده المرض مرة أخرى. والواقع أن أعراض المرض تقل عند معظم الأفراد مع مرور الوقت، بينما لا يعاني آخرون من أي أعراض البتة بعد الشفاء من المرض.

س: متى تُصاب بمرض الهربس؟

ج: قد تتعذر الإجابة على هذا السؤال. فربما تكون قد تعرضت للإصابة بالفيروس في الأونة الأخيرة، أو ببساطة بدأت تظهر عليك أعراض المرض نتيجة للإصابة به من فترة طويلة. وقد لا يكون الشخص الذي نقل إليك المرض مدركاً بأنه حامل للفيروس. كذلك لا يعرف العلماء لماذا يكون بعض الأفراد عرضة للإصابة بالمرض أكثر من غيرهم.



س: ما هي دورة حياة الفيروس؟

ج: يمر فيروس الهربس بمرحلتين في دورة حياته:

1. مرحلة الخمول - عندما يكون الفيروس كامناً داخل عصب حسي بالجسد.
2. مرحلة النشاط - وهي المرحلة التي يظهر فيها الفيروس على سطح الجلد، وقد يصاحب ذلك ظهور تقرحات أو عدم ظهورها.

س: ما الذي يتسبب في إعادة تنشيط الفيروس؟

ج: لا يعرف العلماء بشكل محدد السبب وراء إعادة تنشيط الفيروس. غير أنه من المثبت بأن الحيض والجماع كلاهما يثيران المرض. والواقع أن هذه المثبتات تختلف باختلاف الأفراد، بل أنها تختلف أيضاً بالنسبة للفرد الواحد بمرور الوقت. ولذا ينصح بالاحتفاظ بسجل لمرات إصابتك بالمرض مع محاولة تحديد المثبتات المحتملة. فهذا من شأنه أن يتيح لك إمكانية تعديل أسلوب حياتك بما يكفل لك السيطرة على مرض الهربس التناسلي.

س: متى وكيف ينتقل مرض الهربس؟

ج: يتمثل الطريق الأكثر شيوعاً لانتقال مرض الهربس من النوع الأول أو الثاني في التلامس الجلدي أثناء التقبيل أو ممارسة الجنس في المهبل أو الفم أو فتحة الشرج. والمصطلح الطبي الذي يطلق على عملية خروج الفيروس إلى سطح الجلد هو الذرف الفيروسي. ويمكن أن يصاحب عملية الذرف الفيروسي هذه ظهور بعض الأعراض (وهو ما يطلق عليه الهربس الأعراضى) أو قد لا تقترن بها أية أعراض (الهربس اللاأعراضى)، مثلاً عندما يصاب الشخص بالمرض مع ظهور أعراضه وكذلك في حالات الإصابة بالمرض دون ظهور الأعراض.

س: ما هو الهربس الأعراضى؟

ج: تتمثل أول الأعراض الملحوظة التي تصاحب هذا المرض في الإحساس بوخز خفيف أو الشعور بحرقان في الجلد قد يستمر لمدة تتراوح من بضع ساعات إلى بضعة أيام تسبق ظهور قرحة هربس الجلدية. وأحياناً قد يصاحب ذلك شعور بألم شديد في العصب الوركى الممتد من الأرداف إلى إحدى الساقين. ويطلق على هذه الأعراض اسم "بادرة المرض" (وهي تظهر في الأيام السابقة لانتشار الإصابة مباشرة). وقد ينشط فيروس الهربس أثناء فترة ظهور الأعراض الأولى وكذلك في فترة حدوث التقرحات.

س: ما هو الهربس اللاأعراضى؟

ج: في كثير من الأحوال يتسم مرض الهربس بأعراض طفيفة لدرجة يتعذر ملاحظتها على الإطلاق. وفي أحوال أخرى قد لا يكون للمرض أية أعراض على الإطلاق. وهذا هو ما يطلق عليه الذرف اللاأعراضى، وقد يحدث ذلك في الفترات ما بين الإصابة بالأعراضية بالمرض أو حتى إن لم يكن الشخص قد مر بالأعراض على الإطلاق.



س: كيف قد أكون أصبت بالهربس في غير الأعضاء التناسلية؟

ج: يميل فيروس الهربس إلى الاستقرار في مناطق الجلد الرخوة على الشفتين والأعضاء التناسلية والمنطقة المحيطة بفتحة الشرج. وعندما يلامس فيروس الهربس مناطق أخرى من الجسم، فمن غير المحتمل أن يقدر على اختراق طبقات الجلد الأكثر سمكا. ومن أهم الأسباب المحتملة للإصابة بفيروس الهربس في غير مناطق الأعضاء التناسلية انتقال الفيروس عن طريق فرع لأحد الأعصاب المتأثرة إلى منطقة الجلد المجاورة.

س: كيف يتسنى الحد من احتمال نقل فيروس المرض إلى الغير؟

ج: يمكن الحد من احتمال نقل فيروس الهربس إلى الغير بالحرص على اتباع الخطوات التالية:

1. مناقشة موضوع مرض هربس التناسلي مع شريكك أو شريكك والمبادرة معاً باتخاذ الاحتياطات الوقائية التي تكفل لكما السلامة.
2. الاستفسار من شريكك أو شريكك عما إذا كان مصاباً بالهربس. فإذا كان مصاباً بنفس نوع المرض الذي أصبت به، فقد تكون لديك على الأرجح أجسام مضادة واقية من المرض. ولهذه المعلومات جدواها على وجه الخصوص في حالة وجود علاقة طويلة المدى مع شريكك أو شريكك. وبإمكان طبيبك المعالج أن يحدد حالة المناعة لديك ضد الإصابة بمرض الهربس بإجراء فحص بسيط للدم.
3. وفي حالة ظهور الأعراض عليك، احرص على تجنب الممارسات الجنسية التي تتضمن حدوث اتصال جسدي بالمنطقة المصابة.
4. استخدام الواقي الذكري (الرفال) المطاطي فهو يوفر لك ولشريكك قدرا كبيرا من الحماية من مجموعة واسعة من الأمراض التي تنتقل عن طريق الممارسة الجنسية. وبالرغم من أن الواقي الذكري لا يغطي كل المناطق المعرضة للإصابة نتيجة للذرف الفيروسي، إلا أنه يوفر قدرا من الحماية ضد انتقال مرض الهربس التناسلي، ذلك لأنه يغطي تلك الأجزاء التي تعتبر أكثر مناطق الجسم تعرضاً للإصابة نتيجة لعملية الذرف الفيروسي للأعراض. ومن الضروري وضع الواقي بمجرد اكتمال انتصاب العضو الذكري، وليس عند بداية إيلاجته.
5. استخدام واقيات الفم وهي عبارة عن غشاء مطاطي رقيق يمكن الحصول عليه من الصيدليات لاستخدامه عند ممارسة الجنس مع المرأة عن طريق الفم. وهذه الواقيات تحد من التعرض للإصابة بمرض الهربس الذي يصيب الفم، فضلا عن أنها تقلل من احتمال تعرض الأعضاء التناسلية لهذا المرض.
6. وينصح بمراجعة الطبيب المعالج لمناقشة هذه الوسائل الوقائية وغيرها من الخيارات الأخرى التي تتناسب مع طبيعة ظروفك.

س: كيف تقوم باختبار الكشف عن الإصابة بمرض الهربس التناسلي؟

ج: توجد عدة اختبارات تشخيصية متفاوتة في درجة دقتها للكشف عن الإصابة بمرض الهربس. لذلك يرجى مراجعة الطبيب المعالج لإجراء الاختبار المناسب.



س: هل تتوفر أدوية تساعد في علاج مرض الهربس التناسلي؟

ج: تتوفر حالياً في أستراليا ثلاثة أنواع من الأقراص الدوائية المضادة للفيروسات لعلاج مرض الهربس التناسلي. هذه الأقراص هي famciclovir و aciclovir و valaciclovir وتعمل هذه الأقراص على منع تكاثر فيروس الهربس.

س: ما هو العلاج الأعراضى (EPISODIC TREATMENT)؟

ج: يتمثل العلاج الأعراضى لمرض الهربس التناسلي في معالجة العدوى عند تكرار حدوثها، أي التعامل مع الإصابات بمرض الهربس التناسلي عند الضرورة. فتعاطي الدواء عند ظهور أول علامات الإصابة بالمرض يساعد في الحد من فترة ظهور أعراض المرض بالإضافة إلى التخفيف من حدتها. وهذا النوع من العلاج قد يكون مفضلاً لدى بعض المرضى.

س: ما هو العلاج الوقائي (SUPPRESSIVE TREATMENT)؟

ج: يتمثل العلاج الوقائي في تعاطي الدواء يومياً للحد من تكرار الإصابة بالمرض. وللحصول على العلاج الوقائي المستمر جدواه خاصة بالنسبة للمرضى الذين يصابون بالمرض بشكل متكرر أو الذين يشكل المرض مصدر إزعاج لهم. كما أنه يساعد كثيراً في الحد من الإصابة بالفيروس، سواء كانت الإصابة أعراضية أو لأعراضية. ويلجأ كثير من الأطباء إلى العلاج الوقائي لمرض الهربس مع المرضى المصابين بفيروس نقص المناعة (HIV) حيث تكون الإصابة بالهربس أمراً شائعاً، ومن ثم يؤدي العلاج الوقائي إلى الحد من الذرف الفيروسي. فإذا كنت تعاني من قلق نفسي شديد بسبب مرض الهربس نظراً لشدة الإصابة، فقد يقلل العلاج الوقائي من تفكيرك بالمرض. الأمر الذي يتيح لك فترة كافية لالتقاط الأنفاس والتكيف على العيش مع هذا المرض المعدي. كما يمكنك السعي للحصول على ما تحتاجه من مساعدة من المتخصصين في هذا المرض.

س: ما الذي يمكن عمله إذا شككت في إصابتك بمرض الهربس التناسلي؟

ج: عندما تشك في أنك قد أصبت بمرض الهربس التناسلي، يتعين عليك استشارة الطبيب المعالج. وللحصول على مزيد من المعلومات حول مرض الهربس التناسلي، يرجى زيارة الموقع www.herpes.com.au & www.lessoutbreaks.com.au أو الاتصال على 1800 102 200.

موارد أخرى

الاستشارة

قد تتناوب حالة من الاضطراب النفسي وإختلاط المشاعر بعد اكتشاف إصابتك بمرض الهربس التناسلي. عندئذ قد تفيدك زيارة أحد المستشارين المختصين المتواجدين بعيادات الصحة الجنسية فليدهم تفهم كامل للمسائل الطبية والنفسية المرتبطة بهذا المرض.

جماعات الدعم

يمكنك مناقشة المسائل والمعلومات المتعلقة بهذا المرض بجماعات الدعم المكونة من الأفراد الآخرين ممن يتعرضون لظروف مشابهة في بيئة تتميز بالخصوصية والسرية. في بعض هذه الجماعات مستشارون لتقديم المشورة اللازمة، في حين يتركز اهتمام جماعات أخرى على الجانب الاجتماعي بشكل كبير. للحصول على معلومات حول جماعات الدعم الموجودة في المنطقة التي تقيم فيها يرجى الاتصال بأقرب عيادة للصحة الجنسية



الإنترنت

هناك موقع على شبكة الإنترنت توفر معلومات ونشرات إعلامية ومجموعات للردشة بالإضافة إلى إتاحة الفرصة لالتقاء الأفراد الذين يعانون من مرض الهربس التناسلي. وبما أنه بمقدور أي شخص أن ينشئ موقعا له على الإنترنت، فبالتالي قد تتفاوت دقة المعلومات المعروضة. ومن ثم ينصح بالرجوع إلى الطبيب المعالج للتحقق من صحة المعلومات التي تقوم بتنزيلها من على شبكة الإنترنت. وتجدر الإشارة إلى وجود موقعين أستراليين على الشبكة توفران معلومات عن مرض الهربس التناسلي بالإضافة إلى أسماء وعناوين مراكز الصحة الجنسية، وعناوينها هي www.herpes.com.au (خدمة من نوفارتيس Novartis) و www.ahmf.com.au (خدمة من المنتدى الأسترالي لمكافحة مرض الهربس).

لمزيد من المعلومات حول مرض الهربس التناسلي

يرجى زيارة هذا الموقع

WWW.HERPES.COM.AU & WWW.LESSOUTBREAKS.COM.AU

أو الاتصال على 1800 102 200

شركة نوفارتيس للدوائيات المحدودة Novartis Pharmaceuticals Australia Pty Ltd

54 Waterloo Road, North Ryde NSW 2113 ABN 18 004 224 160

www.herpes.com.au