

## آبله مرغان سوغات بهار برای کودکان



بهار که از راه می‌رسد، بعضی از بیماری‌ها شیوع بیشتری پیدا می‌کند؛ آبله مرغان هم یکی از این بیماری‌هاست که اواخر زمستان و اوایل بهار بیشتر شاهد بروز آن هستیم.

جام جم آنلین: بهار که از راه می‌رسد، بعضی از بیماری‌ها شیوع بیشتری پیدا می‌کند؛ آبله مرغان هم یکی از این بیماری‌هاست که اواخر زمستان و اوایل بهار بیشتر شاهد بروز آن هستیم.

اگر کودک شما هم این روزها بی‌حال است و دانه‌های قرمز رنگی روی پوستش ظاهر شده، ممکن است آبله مرغان گرفته باشد؛ البته نگران نباشید، چون در اغلب موارد آبله مرغان بیماری خطرناکی نیست، اما در شرایطی خاص نیاز به رسیدگی‌های بیشتر و دقیق‌تری دارد که حتما باید با پزشک مشورت کنید.

دکتر شیرین سیاح‌فر، فوق تخصص عفونی اطفال در گفت‌وگو با [جام‌جم](#)؛ در این‌باره توضیح می‌دهد: آبله مرغان یکی از بیماری‌های بثور و ویروسی است که با علائمی شبیه سرماخوردگی و ایجاد ضایعات تاولی خارش‌دار نمایان می‌شود. آبله مرغان از بیماری‌های شایع دوران کودکی است و معمولا اواخر زمستان و اوایل بهار شیوع بیشتری پیدا می‌کند.

وی می‌افزاید: ویروس این بیماری از فردی به فرد دیگر و از طریق تنفس و تماس انتقال می‌یابد و معمولا 2 تا 3 هفته پس از تماس کودک با ویروس، علائم بیماری خود را نشان می‌دهد.

### نشانه‌های آبله مرغان چیست؟

دکتر سیاح‌فر درباره علائم این بیماری چنین توضیح می‌دهد: هنگامی که کودک به آبله مرغان مبتلا می‌شود، معمولا یک تا 2 روز قبل از شروع ضایعات پوستی، احساس کسالت می‌کند؛ البته در این هنگام ممکن است علائمی مانند تب مختصر، گلودرد، دل درد یا سردرد هم داشته باشد.

این فوق تخصص عفونی اطفال با اشاره به ظاهر شدن ضایعات پوستی در بدن بیمار می‌گوید: ضایعات پوستی نیز به مرور زمان نمایان می‌شود؛ این ضایعات ابتدا به صورت لکه‌های کوچک قرمز رنگ است و به تدریج برجسته‌تر شده و به دانه‌های آبداری شبیه تاول تبدیل می‌شود.

دکتر سیاح‌فر ضمن بیان این‌که آبله مرغان جزو بیماری‌های بسیار مسری است، می‌گوید: کودکان مبتلا باید از افراد مستعد ابتلا جدا شوند. همچنین باید بدانید ویروس این بیماری از حدود 2 روز قبل از بروز ضایعات پوستی تا زمانی که تمام ضایعات کاملا خشک شود، قابل انتقال به دیگران است.

به گفته این پزشک متخصص، زمان سرایت بیماری به طور متوسط حدود یک هفته است و به همین دلیل بیمار در این مدت باید از تماس با افراد مستعد دوری کند و مجاز به حضور در مدرسه نیست.

### کودکی؛ بهترین دوران ابتلا به آبله مرغان

قدیمی‌ترها می‌گفتند بهتر است بچه‌ها زودتر آبله مرغان بگیرند؛ آنها تصور می‌کردند اگر کودکان در سنین پایین‌تر به این بیماری مبتلا شوند، مشکلات کمتری برایشان پیش می‌آید.

دکتر سیاح‌فر در این زمینه توضیح می‌دهد: افراد بزرگسال هم در صورتی که واکسن این بیماری را نزنند و در صورتی که در کودکی به این بیماری مبتلا نشده باشند، شانس ابتلا را دارند؛ البته علائم بیماری در بزرگسالی شدیدتر است و می‌تواند خطرناک باشد.

این استادیار دانشگاه می‌افزاید: در اغلب مواقع آبله مرغان در کودکی بیماری خفیف و خود محدود شونده است که بدون ایجاد هیچ عارضه‌ای بهبود می‌یابد. البته این امر، یک قانون نیست و حتی در زمان کودکی نیز این بیماری می‌تواند با عوارض و خطراتی همراه شود.

با توجه به این که آبله مرغان بیماری شایع و به نسبت بی‌دردسری است، خانواده‌ها کمتر به فکر درمان آن هستند؛ اما آیا واقعا نباید هنگام مواجهه با این بیماری به پزشک مراجعه کرد؟ دکتر سیاح‌فر در این زمینه توضیح می‌دهد: چون در اغلب مواقع این بیماری در کودکان سالم، خود محدود شونده است و بدون هیچ عارضه خطرناکی بهبود می‌یابد، پزشک درمان اختصاصی ضد ویروس را برای چنین بیمارانی تجویز نمی‌کند، ولی در موارد خاصی مراجعه به پزشک ضروری است.

وی تأکید می‌کند: افراد بالای 12 سال، بیماران مبتلا به نقص ایمنی مادرزادی یا بیماری‌های نقص ایمنی اکتسابی مانند ایدز، بیمارانی که داروهای تضعیف‌کننده سیستم ایمنی مصرف می‌کنند، کسانی که سابقه بیماری‌های مزمن پوستی مثل اگزما دارند، مبتلایان به آسم که تحت درمان با داروهای استنشاقی یا خوراکی از نوع کورتیکواستروئید هستند یا بیمارانی که به صورت درازمدت از آسپیرین استفاده می‌کنند، همچنین بیماران مبتلا به انواع سرطان، در صورت ابتلا به آبله مرغان حتما باید در اولین فرصت به پزشک مراجعه کنند.

به گفته استادیار دانشگاه علوم پزشکی تهران، برای سایر افراد درمان حمایتی مانند استفاده از استامینوفن در صورت تب کافی است.

دکتر سیاح‌فر به والدین توصیه می‌کند: در این بیماری به دلیل عوارض احتمالی نباید از داروهای مانند آسپیرین و بروفن استفاده کنید. همچنین بهتر است مایعات بیشتری به کودک بدهید. کودک نیز باید از خاراندن ضایعات پرهیز کند، چون علاوه بر این که این کار باعث اضافه شدن عفونت‌های ثانویه باکتریال به ضایعات پوستی آبله مرغان می‌شود، با ایجاد اسکار یا جوشگاه نیز از نظر زیبایی در دروساز خواهد شد.

خارش آزاردهنده را با حمام روزانه کم کنید

این استادیار دانشگاه درباره روش بهبود خارش پوستی بیماران توضیح می‌دهد: حمام روزانه و کمپرس آب ولرم ضایعات پوستی چند مرتبه در روز می‌تواند در بهبود خارش موثر باشد. همچنین می‌توانید از پزشک نیز درخواست کنید تا با تجویز داروهای ضدخارش، وضعیت را بهبود بخشد. برای جلوگیری از خاراندن پوست نیز از دستکش‌های نخی کمک بگیرید و ناخن‌های کودک را کوتاه کنید تا از بروز عفونت‌های ثانویه پوستی جلوگیری شود.

وی با اشاره به این که گاهی ممکن است ضایعات پوستی داخل دهان نیز ایجاد شود و غذا خوردن را برای کودک دشوار سازد، توصیه می‌کند: بهتر است در این حالت غذاهای نرم، خنک و بدون ادویه تهیه کنید. فراموش نکنید غذا نباید ترش باشد.

دکتر سیاح‌فر با تأکید بر این که بیماری آبله مرغان در شرایط عادی به درمان اختصاصی نیاز ندارد، می‌گوید: در صورت وجود تپه که بیش از 3-4 روز پس از ظاهر شدن ضایعات پوستی ادامه می‌یابد یا بیش از 38/5 درجه سانتیگراد است و هنگامی که عوارضی مانند سردرد شدید و سرفه‌های شدید یا تنفس سخت کودک، خواب‌آلودگی یا کاهش سطح هوشیاری، دل‌دردهای شدید یا استفراغ‌های مکرر وجود دارد بیمار حتما باید به پزشک مراجعه کند.

به گفته وی، در صورت بروز تشنج و هنگامی که دانه‌های پوستی ترشحات چرکی پیدا می‌کند، پوست سالم اطراف دانه‌ها قرمز می‌شود یا مایع داخل آنها خونابه‌ای شده یا دچار خونریزی می‌شود نیز باید هر چه سریع‌تر با پزشک مشورت کرد.

این فوق‌تخصص عفونی اطفال تأکید می‌کند: علاوه بر این موارد، هنگامی که هرگونه درد، تورم، قرمزی و گرمی در پوست حس شود، بی‌تعادلی یا ناتوانی در راه رفتن وجود داشته باشد یا این که آبله‌مرغان در دوره نوزادی یا اوایل شیرخوارگی بروز کند، والدین باید کودک را برای بررسی‌های بیشتر به پزشک برسانند.

دکتر سیاح‌فر با تأکید بر این که افراد مبتلا به آبله‌مرغان نباید با خانم‌های باردار که سابقه ابتلا به این بیماری را ندارند، تماس داشته باشند، می‌گوید: ویروس مولد این بیماری می‌تواند صدمات غیرقابل برگشتی برای جنین ایجاد کند و همچنین ابتلا به این بیماری در زمان بارداری نیز می‌تواند با تظاهرات بسیار شدید و خطرناک برای مادر همراه باشد. بنابراین خانم‌های باردار در صورتی که با فرد مبتلا به آبله مرغان تماس پیدا کردند، بخصوص قبل از هفته 20 بارداری، حتما باید در اولین فرصت به پزشک مراجعه کنند.

نیلوفر اسعدی‌بیگی - گروه سلامت