

# الأسئلة الشائعة بشأن مرض حمى الفيالقة للمقيمين في فيلادلفيا

## ما هي حمى الفيالقة؟

حمى الفيالقة هي نوع من أنواع الالتهاب الرئوي - التهاب في الرئتين. يمكنه أن يؤدي إلى مضاعفات، شأنه في ذلك أنوع الالتهابات الرئوية الأخرى، خاصة إذا لم تتم معالجته بسرعة.

## كيف يصاب الأشخاص بمرض حمى الفيالقة؟

قد يمرض الأشخاص بمرض حمى الفيالقة عن طريق إستنشاق في قطرات صغيرة من الماء ( رذاذ) والتي تحتوي على البكتيريا **الْفَيْلَقِيَّة**

. معظم الأشخاص الذين يتعرضون للبكتيريا **الْفَيْلَقِيَّة** لا يمرضون.

تنشط البكتيريا **الْفَيْلَقِيَّة** في المياه العذبة بشكل طبيعي، مثل البحيرات والجداول المائية. يمكن أن تنمو البكتيريا **الْفَيْلَقِيَّة** في شبكات المياه الكبيرة مثل تلك الموجودة في المستشفيات والفنادق والمباني الكبيرة الأخرى، إذا لم تتم صيانة هذه الأنظمة على نحو مناسب. المصادر الأكثر شيوعاً للإصابة من هذه الأنواع من المباني هي:

- أنظمة تكييف الهواء ذات أبراج التبريد (الأبراج الطويلة، الأبراج ذات الأسقف المفتوحة على أسطح المباني المستخدمة لتبريد المياه)
- أحواض المياه الساخنة والمنتجات
- نافورات الزينة
- المياه الصالحة للشرب

بشكل عام، لا تنتشر البكتيريا **الْفَيْلَقِيَّة** من شخص لآخر. لا يمرض الأشخاص بمرض الفيالقة عن طريق مياه الشرب. ومع ذلك، فقد يتعرض الأشخاص للبكتيريا **الْفَيْلَقِيَّة** من المياه التي تجري في الأنابيب بطريقة خاطئة (الشفط).

## من هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بمرض حمى الفيالقة؟

- كونك مدخنًا، أو كنت مدخنًا فيما مضى
  - كونك في سن الـ 50 أو أكبر
  - أصابتك بمرض مزمن في الرئة أو الجهاز التنفسي، مثل انتفاخ الرئة أو مرض الانسداد الرئوي المزمن (COPD)
  - أصابتك بحالات مرضية أخرى مثل السرطان أو سرطان الدم، أو مرض السكري، أو الفشل الكلوي أو فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز
  - تعاطيك لعقاقير تقلل من قدرتك على مكافحة العدوى (مثل المنشطات وغيرها من العقاقير. إذا لم تكن متأكدًا مما إذا كانت العقاقير التي تستخدمها في الوقت الحالي تقلل من قدرتك على مكافحة العدوى، فتحدث إلى طبيبك).
- مرض حمى الفيالقة غير شائع بين الأطفال. من الجيد التحدث مع طبيبك لمعرفة ما إذا كنت في خطر متزايد للإصابة بمرض حمى الفيالقة.

## متى تزيد احتمالية إصابتي بمرض حمى الفيالقة؟

تنمو البكتيريا القَلَيْقِيَّة بسهولة في المياه الدافئة والراكدة. على الرغم من أن إصابة الأشخاص بمرض حمى الفيالقة قد يحدث في أي وقت من السنة، إلا أن الإصابة تكون أكثر شيوعًا في موسمي الصيف والخريف عندما تكون درجات الحرارة أكثر دفئًا.

## ما أعراض مرض حمى الفيالقة؟

يبدأ مرض حمى الفيالقة بأعراض تشبه أعراض الأنفلونزا كالحُمى، والصداع، وآلام في العضلات، والقشعريرة. عند بعض الأشخاص، يمكن أن تكون الأعراض أكثر خطورة ويمكن أن تتطور في وقت قصير جدًا خلال يوم أو يومين، متضمنة:

- ارتفاع في درجات الحرارة
- سعال وعادة ما يكون جافًا وقد يصحبه في بعض الأحيان مخاط
- صعوبة في التنفس
- آلام في الصدر
- قشعريرة
- إسهال

## كيف يتم علاج حمى الفيالقة؟

يمكن علاج حمى الفيالقة بشكل فعال باستخدام المضادات الحيوية (العقاقير التي تقتل البكتيريا في الجسم). تعمل المضادات الحيوية بشكل أفضل إذا أُعطيت للمريض في وقت مبكر من المرض. في معظم الحالات، يحتاج من يصاب بالمرض إلى المعالجة في المستشفى.

## هل يمثل مرض حمى الفيالقة خطرًا متناميًا في مقاطعة جينيسي؟

كل عام، يصاب أشخاص من مقاطعة جينيسي وغيرها من مقاطعات ميشيغان، وكذلك في جميع أنحاء الولايات المتحدة بمرض حمى الفيالقة. في معظم السنوات، أصيب حوالي 9 إلى 11 شخصًا بمرض الفيالقة في مقاطعة جينيسي. وجدت حوالي 91 حالة إصابة في مقاطعة جينيسي بمرض حمى الفيالقة خلال صيف 2014-2015. يتزايد أيضًا عدد الأشخاص المصابين بمرض حمى الفيالقة في جميع أنحاء الولايات المتحدة.

ولأن مرض حمى الفيالقة يمكنه أن يكون خطيرًا جدًا، فإن التماس العناية الطبية بسرعة مهم جدًا. إن العثور على حالات مصابة بمرض حمى الفيالقة والإبلاغ عنها يساعد أيضًا في الحد من مخاطر إصابة الآخرين بالمرض من خلال إيجاد المصادر المحتملة للإصابة بالبكتيريا القَلَيْقِيَّة في وقت مبكر.

## ماذا عساي أن أفعل إذا شعرت بأنني مريض بحمى الفيالقة؟

التمس عناية طبية على الفور إذا ظهرت عليك أعراض مرض حمى الفيالقة. من الصعب معرفة ما إذا كنت مريضًا بحمى الفيالقة أو أي نوع آخر من أنواع الالتهابات الرئوية، لذلك تأكد من إخبار الطبيب بأنك ربما تعرضت للبكتيريا القَلَيْقِيَّة. يستطيع طبيبك تشخيص حمى الفيالقة وذلك بإجراء فحص بأشعة X واختبارات الدم. أخبر طبيبك إذا كنت قد أخذت حمامًا في حوض استحمام ساخن في الآونة الأخيرة، أو أقمت في فندق أو سافرت.

## هل ينبغي عليّ القلق بشأن وجود القَيْلَقِيَّة في بيتي؟

تم رصد حالات قليلة جدًا من مرض حمى الفيالقة في المنازل. نحن لا نعرف الكثير بشأن البكتيريا القَيْلَقِيَّة في أنظمة المياه المنزلية كمعرفتنا بها في أنظمة المباني الكبيرة. من غير المحتمل أن تحتوي أنظمة المياه المنزلية، بما في ذلك سخانات المياه، الأنابيب، والدوش، والصنابير التي تستخدم فيها المياه التي يتم معالجتها بشكل صحيح، على البكتيريا القَيْلَقِيَّة. أمعنت دراسات قليلة النظر في مرضى حمى الفيالقة من منازلهم. ومن تلك الدراسات، اتضح أن انتشار البكتيريا القَيْلَقِيَّة يمكن أن توجد في المنزل ولكن لم يتضح كيف انتقلت إلى هناك. وتلويث البكتيريا القَيْلَقِيَّة لمياه المنازل أقل احتمالاً بكثير مقارنة بالمباني الكبيرة ذات شبكات المياه المعقدة. ينبغي على أفراد الأسر اتباع إرشادات الولاية، المقاطعة، الإقليم والمدينة بشأن المياه.

على الرغم من أن خبراء الصحة العامة يعتقد بأن خطر الإصابة بمرض حمى الفيالقة من نظام المياه المنزلي أقل بكثير من أنظمة المياه الكبيرة، إلا أن بإمكان أصحاب المنازل الحد من الخطر بشكل أكبر من خلال صيانة شبكات المياه خاصتهم.

**سخانات المياه:** في بعض الحالات، تم العثور على البكتيريا القَيْلَقِيَّة في سخانات المياه في المساكن. عندما وجدت، كانت توجد في السخانات الكهربائية في معظم الأحيان على نحو أكبر بكثير من سخانات الغاز. يوصى بعمل صيانة منتظمة لسخان المياه وفقًا لتعليمات الشركة المصنعة للمساعدة في تقليل خطر نمو البكتيريا القَيْلَقِيَّة. توصي معظم الشركات المصنعة بغسل سخانات المياه مرة في السنة. إذا لم تتمكن من تحديد موقع تعليمات الشركة المصنعة، فاطلب المشورة من سباك مرخص.

يناقش حاليًا علماء المياه ومسؤولي الصحة العامة وخبراء الرعاية الصحية مخاطر وفوائد زيادة درجة حرارة المياه الموصى بها لسخانات المياه من 120 درجة فهرنهايت إلى 130 درجة فهرنهايت الأمر الذي قد يقلل من خطر نمو البكتيريا القَيْلَقِيَّة. ومع ذلك، ونظرًا لخطر التعرض للسفع أو الحرق بالماء الساخن، فلا يوصى بهذا في الوقت الراهن. وسيتم توفير إرشادات محدثة بشأن إدارة سخانات المياه للوقاية من المخاطر، حال تغيير التوصيات.

**الاستحمام بالدوش:** بما أن رؤوس الدوش يمكن أن تبقى رطبة، فقد تظل محتفظة بالبكتيريا القَيْلَقِيَّة. ستؤدي فك رأس الدش، وتنظيفه يدويًا لإزالة القشور والرواسب، وغمره في خليط من مواد التبييض المنزلية بحجم ملعقة طعام مع جالون من الماء لمدة ساعتين إلى تطهير رأس الدش.

**المرطبات:** بعض المنازل بها مرطبات منزلية شاملة. يجب تنظيف وتطهير المرطبات بانتظام وفقًا لتوجيهات الشركة المصنعة. في البداية، قم بفصل المرطب دائمًا. قم بتنظيف المرطب من الداخل وفقًا لتعليمات الشركة المصنعة، وذلك باستخدام خليط من مواد التبييض المنزلية بمقدار ملعقة كبيرة مضافةً إلى جالون من الماء، ثم جففه. قم بتنظيف المرطب تنظيفًا شاملاً من الخارج قبل التخزين وبعده.

ينبغي أن تستخدم أجهزة الضغط الهوائي الإيجابي المستمر وبخاخات الماء المقطر وأن يتم تنظيفها حسب توصيات الشركة المصنعة. إذا لم تتمكن من تحديد موقع إرشادات الشركة المصنعة، فيمكن لمورد المعدات الصحية توفيرها لك.

## كيف يمكن الوقاية من مرض الفيالقة؟

التأكد من وضع المطهر المناسب (مثل، الكلور) في أحواض المياه الساخنة وحمامات السباحة الدافئة وبمستويات ملائمة لقتل البكتيريا/القيليّة. وقد يكون من الصعب الحفاظ على مستويات المطهر هذه عندما تكون درجة حرارة المياه عالية. لا تحتاج إلى فلتر خاص لإزالة البكتيريا القيليّة في مياه الشرب لديك.

تجنب التدخين، هو أهم شيء يمكنك القيام به لتقليل خطر العدوى، فالتدخين يزيد من فرص تطور مرض حمى الفيالقة إذا كنت معرضًا للبكتيريا القيليّة.

لا توجد لقاحات يمكنها مساعدتك في الحماية من مرض حمى الفيالقة. ومع ذلك، هناك لقاحات متوفرة يمكنها منع أنواع أخرى من الالتهابات الرئوية. هناك نوعان من اللقاحات ذات أهمية خاصة للوقاية من الالتهاب الرئوي وهي لقاحات المكورات الرئوية ولقاحات الأنفلونزا.

ينبغي على جميع البالغين من عمر 65 عامًا أو أكثر الحصول على كلا النوعين من لقاحات الالتهاب الرئوي، وكذلك يُنصح البالغون الذين تقل أعمارهم عن 65 عامًا ويعانون من ظروف صحية معينة أو الذين يدخلون بالتطعيم ضد الالتهاب الرئوي. ينبغي أن يحصل كل طفل عمره 6 أشهر أو أكثر على لقاح الأنفلونزا بشكل سنوي.

يمكن إيجاد معلومات بشأن صيانة أنظمة المياه المنزلية من هنا:

<http://www.hvac.com/resource-center/humidifiers/articles/how-to-clean-a-whole-house-humidifier>

يتوفر مزيد من المعلومات بشأن مرض حمى الفيالقة على الروابط:

[http://www.gchd.us/legionnaires\\_disease\\_resources.php](http://www.gchd.us/legionnaires_disease_resources.php)

<http://www.cdc.gov/legionella/index.html>

<http://www.osha.gov/dts/osta/otm/legionnaires/faq.html>

<http://www.nyc.gov/html/doh/html/diseases/cdlegi.shtml>

[http://www.phila.gov/health/pdfs/diseases/Legionnaires\\_FAQ\\_2011.pdf](http://www.phila.gov/health/pdfs/diseases/Legionnaires_FAQ_2011.pdf)

