



إرشادات المريض للذين أصيبوا بالجرب وللذين تعرضوا للإصابة بالجرب

الجرب أي scabies عبارة عن طفح جلدي يُسبب حكة، حيث تُسببه عثة الجرب (القارمة الجربية *Sarcoptes scabiei*). تبدأ الحكة بسبب الجرب في العادة بعد 3 - 6 أسابيع من الإصابة بالعدوى. تكفي للإصابة بالعدوى عثة جرب أنثى واحدة أيضاً، ولكن المصافحة أو للمس لفترة قصيرة لا تكفي في العادة لانتقال عثة الجرب من شخص لآخر. من الممكن الإصابة بالجرب أيضاً من خلال ملاءات فراش الشخص المصاب بالجرب أو من ملابسه، لأن أنثى عثة الجرب تعيش 1 - 1,5 يوم خارج الجلد، ولكن طريقة الإصابة بالعدوى هذه أقل شيوعاً.

إذا كنت تشك أنك مصاب بالجرب أو لديك أعراض تُناسب الإصابة بالجرب، فيتوجب أن تذهب للطبيب، كي يكون ممكناً تحديد التشخيص المُحتمل. من الممكن أن يكون من الصعب تحديد تشخيص الجرب، لأن الأعراض من الممكن أن تكون مُبهمة.

إذا تم إثبات أن طفلكم مصاب بالجرب، فأبلغوا ذلك إلى عامل مجموعة الأطفال الخاصة به أو إلى معلم/ة الصف.

أعراض الجرب

- تكون الحكة على وجه الخصوص مساءً وفي الليل. تزداد الأعراض فيما بين الأصابع وفي منطقة الردفين والمعصمين.
- تظهر بثور مُبهمة على الجلد وبثور مائية وأثار هرش.
- توجد ممرات أنثى عثة الجرب في ثنايا جلد الرسغين وما بين الأصابع، وللأطفال أيضاً في راحتي اليد وأخمص القدمين.

علاج الجرب

من الممكن الحصول من الصيدلية بدون وصفة طبيب على كريم يحتوي على بيرميترين (*permetriini*) أي (Nix®). أنبوب كريم واحد يكفي لتداول الشخص البالغ لمرة واحدة، وقدر جرعة الأطفال أقل حسب السن. يتم نشر الكريم مساءً بعد الاغتسال، على كل مكان من الفك إلى الاسفل دون نسيان الأعضاء التناسلية أو ما بين أصابع الأيدي والأرجل. كما يتم أيضاً علاج جلد فروة الرأس والوجه، إذا كانت تظهر عليها أعراض. لا يُنشر الكريم على الأغشية المخاطية. يُغسل الجلد بعناية صباحاً. يتم تكرار العلاج بعد 7 - 10 أيام

بإمكان الطبيب أيضاً أن يصف حبوب دواء لعلاج الجرب أو كريم الكبريت الذي يتم تحضيره في الصيدلية بشكل منفصل. كما يتم تكرار العلاج بحبوب الدواء أيضاً بعد شهر.

بإمكان الشخص الذي أصيب بالجرب أن يعود إلى حضنة الأطفال/المدرسة/العمل في اليوم التالي لمرة العلاج الأولى.

من الممكن أن تستمر الحكة حتى بعد نجاح العلاج لبضعة أسابيع، لذلك اعتنِ بالدهن بالكريم بشكل جيد خلال هذه الفترة على سبيل المثال في البداية بكريم يحتوي على كحول المنثول وفيما بعد بكريم أساسي مُرطب. من الممكن تسهيل الحكة أيضاً بكريم الكورتيزون المُخفف الذي من الممكن الحصول عليه من الصيدلية بدون وصفة طبيب. إذا استمرت الحكة لمدة تزيد عن 3 أسابيع، فيتوجب الاتصال بالطبيب.

علاج الشخص الذي تعرض للإصابة بالجرب

يُعتبر كأشخاص قد تعرضوا للإصابة هم أولئك الذين يسكنون ضمن نفس الأسرة والذين ناموا على نفس السرير (على سبيل المثال الزيارات الليلية للأطفال والشباب) والأشخاص الذين تم قضاء معهم وقت أطول من خلال تواصل عن قرب (على سبيل المثال الأصدقاء وزملاء اللعب للأطفال) وكذلك من خلال التواصل الجنسي. يتم علاج الأشخاص الذين يسكنون ضمن نفس الأسرة والذين ناموا في نفس السرير ومن خلال الاتصالات الجنسية مرتين كل 7 - 10 أيام. الأشخاص الآخرين الذي تعرضوا للإصابة بالعدوى تكفي مرة علاج واحدة. يتوجب أن يتم العلاج في نفس الوقت قدر الإمكان.

في حالات الأوبئة على سبيل المثال أوبئة مجموعة حضانة الأطفال أو صف المدرسة، فإن الطبيب المسؤول عن الأمراض المعدية هو الذي يُحدد الأشخاص الذين تعرضوا للإصابة بالعدوى. يتوجب أن يتم علاج الذي تعرضوا للإصابة بالعدوى في حضانات الأطفال وصفوف المدرسة في نفس الوقت أيضًا.

التنظيف الذي يتم اليوم التالي بعد العلاج بالدواء

- استخدم أثناء التنظيف قفازات تُستخدم لمرة واحدة.
 - غيّر أغطية الفراش بأخرى نظيفة.
 - نظف الفرشة والأريكة والسجاد وأغطية الكراسي بالمكنسة الكهربائية.
 - قم بتهوية أو نظف بالمكنسة الكهربائية الغطاء والوسادات.
 - غيّر جميع الملابس.
 - قم بتهوية وإزالة الملابس الخارجية من الاستخدام لمدة 2 - 3 أيام
 - خذ بعين الاعتبار أيضًا تلك التي استخدمها الأطفال خلال 3 أيام والقفازات
 - غير الفوط
 - اغسل الملابس ودمى اللعب اللينة وأغطية الفراش في برنامج تنظيف 60 درجة مئوية وجففها حسب الامكانيات في آلة التجفيف أو خذها إلى الخارج لتهويتها أو أغلق عليها في كيس بلاستيك لمدة ثلاثة أيام أو جمدها في المجمدة/في الخارج (-20 درجة مئوية أو أشد برودة) لمدة يوم واحد.
- يتم تكرار التنظيف أثناء مرة العلاج الثانية.