



تعليمات استخدام بطاقة إزالة القراد ومعلومات عامة عن الأمراض المنقولة بلسعات القراد

لماذا بطاقة إزالة القراد؟

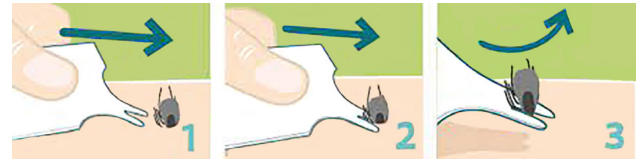
14. تجد على موقعنا الإلكتروني معلومات إضافية حول فحص القرادة للكشف عن مسببات الأمراض، وحول مزايا وعيوب الاستخدام الوقائي للمضادات الحيوية بعد لسعة القراد.

الوقاية من لسعة القراد

الوقاية من لسعة القراد هي أفضل طريقة لتجنب الإصابة بمرض منقول بلسعات القراد. اتبع النصائح التالية:

- ابقي، قدر الإمكان، على الممرات وتجنب النباتات الكثيفة.
- ارتدي قدر الإمكان ملابس تغطي الجلد: أحذية مغلقة، إدخال أطراف البنطال في الجوارب، قميص بأكمام طويلة، وغير ذلك. توجد ملابس خاصة معالجة بمواد واقية توفر حماية إضافية ضد القراد.
- يسهل غالبًا رؤية القراد على الملابس ذات الألوان الفاتحة.
- يمكنك استخدام بخاخ على الملابس والجلد يحتوي على DEET أو IR3535 أو picaridin أو زيت الليمون والأوكالبتوس (citriodiol). هذه المواد لا تقتل القراد، لكنها تُبعده.
- بالنسبة للأطفال، قد توفر القبعة حماية إضافية.
- افحص جلدك وملابسك بعناية فورًا بعد المشي في الطبيعة أو العمل في الحديقة للتأكد من عدم وجود قراد.
- يفضل القراد الأماكن الدافئة والرطبة مثل خلف الركبتين، وتحت الإبطين، ومنطقة الأربية، وخلف الأذنين، والرقبة/خط الشعر. لذلك افحص هذه الأماكن على وجه الخصوص.
- ضع الملابس لمدة نصف ساعة في المجفف على أعلى درجة. يمكن للقراد أن ينجو من الغسالة في درجات حرارة أقل من 60 درجة مئوية.
- افحص الحيوانات الأليفة أيضًا للتأكد من عدم وجود قراد قبل دخولها إلى المنزل.

- يُسجّل في هولندا سنويًا نحو 1.5 مليون لسعة قراد.
- في المتوسط، يحمل ما يقارب قرادًا واحدًا من كل ثلاثة قراد بكتيريا *Borrelia burgdorferi*، وهي البكتيريا المسببة لمرض لايم.
- يحمل نصف القراد عاملاً ممرضًا واحدًا أو أكثر.
- تؤدي تقريبًا لسعة واحدة من كل 20 لسعة قراد إلى الإصابة بمرض لايم خلال ثلاثة أشهر.
- لذلك من المهم إزالة القرادة في أسرع وقت ممكن وبالطريقة الصحيحة.
- لكن هناك استثناء واحد: إذا كانت القرادة مصابة بفيروس TBE/FSME فإن الفيروس ينتقل مباشرة عند اللسعة.



استخدام بطاقة إزالة القراد

هذه البطاقة سهلة الحمل في الحقيبة أو غلاف الهاتف أو المحفظة. احرص دائمًا على أن تكون في متناول يدك.

1. أدخل الشق الموجود في البطاقة تحت القرادة.
2. ادفع البطاقة بهدوء وبحركة انزلاقية.
3. ارفع البطاقة عن الجلد ومعها القرادة.
4. إذا كانت القرادة في مكان يصعب عليك الوصول إليه، فاطلب المساعدة في إزالتها!
5. من المهم عدم الضغط على جسم القرادة، لأن ذلك يزيد احتمال انتقال العدوى.
6. لا تستخدم قبل إزالة القرادة أو أثناء إزالتها أي مواد قد تهيجها وتزيد من خطر انتقال العدوى.
7. عقم موضع اللسعة، وكذلك البطاقة لاحقًا عند الحاجة، بالكحول بنسبة 70% أو أكثر أو باليود.
8. سجّل تاريخ اللسعة والمكان الذي لُسعت فيه؛ فهذه المعلومة مفيدة إذا ظهرت عدوى لاحقًا.
9. أخبر طبيب الأسرة بلسعة القراد لتُسجّل في ملفك الطبي، وسجلها أيضًا على موقع tekenradar.nl، أو في بلجيكا عبر tekennet.sciensano.be.
10. التقط صورة لموضع اللسعة لتتمكن لاحقًا من التحقق مما إذا ظهرت تغيرات واضحة.
11. ابقي منتبهًا لمدة 6 أشهر لأي أعراض مثل بقعة أو حلقة تتسع على الجلد (الحمامى المهاجرة - EM)، أو أعراض تشبه الإنفلونزا، أو أعراض أخرى.
12. قد يبدو موضع اللسعة بعد إزالة القرادة متهيجًا قليلًا. هذا ليس سببًا للقلق.
13. يمكن وضع القرادة التي أُزيلت في الكيس الصغير المرفق، أو لفها بشريط لاصق ورميها في سلة المهملات.





القراد

ويزداد هذا الخطر إذا بدأ العلاج بالمضادات الحيوية بعد فوات الأوان، أو كانت الجرعة غير كافية، أو كانت مدة العلاج قصيرة جدًا.

أمراض أخرى منقولة بلسعات القراد

قد تشير الأعراض الشبيهة بالإنفلونزا بعد لسعة القراد إلى مرض لايم، ولكنها قد تشير أيضًا إلى أمراض أخرى منقولة بلسعات القراد. ومن هذه الأمراض التهاب الدماغ المنقول بالقراد (TBE/FSME).

ينتقل فيروس TBE/FSME مباشرة بعد لسعة قرادة مصابة. ولا يزال هذا الفيروس نادرًا نسبيًا في هولندا، إلا أن عدد الحالات في ازدياد. وقد يسبب التهابًا خطيرًا في الدماغ (التهاب الدماغ)، وقد يؤدي في حالات نادرة إلى الوفاة (1-2%).

لا يوجد علاج لهذا الفيروس، ولكن تتوفر لقاح يمكن التفكير فيه إذا كنت تعيش أو تعمل في منطقة معرضة للخطر، أو إذا كنت ستسافر إلى بلد أو منطقة ينتشر فيها هذا الفيروس. ولمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة موقعنا الإلكتروني أو ggdreisvaccinaties.nl.

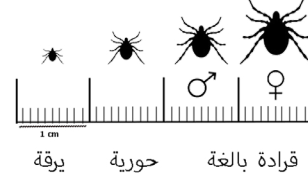
معلومات أكثر بكثير على موقعنا

على موقع www.tekenbeetziekten.nl، أو باستخدام رمز QR أدناه، ستجد معلومات عملية ومفصلة عن جميع جوانب القراد والأمراض المنقولة بلسعات القراد، بدءًا من الوقاية وحتى العلاج.

ستجد على الموقع أيضًا نموذج اتصال يمكنك من خلاله طرح جميع أسئلتك.

يتوفر هذا الدليل أيضًا بلغات أخرى. ويمكنك الاطلاع على أحدث قائمة باللغات المتاحة على موقعنا الإلكتروني.

والمناطق الريفية، بل أيضًا في المتنزهات والحدائق. وتشكل القراد في مرحلة الصورية — بحجم 1 إلى 2 مم — خطرًا عمليًا بشكل خاص، لأنها كثيرة العدد ويمكن عدم ملاحظتها بسهولة.



توجد القراد غالبًا بالقرب من سطح الأرض، بين النباتات المنخفضة أو على أطراف الأعشاب.

مرض لايم

إذا أصبت بمرض لايم، فكلما بدأ العلاج بالمضادات الحيوية في وقت أبكر، زادت فرصة الشفاء الكامل. أما تأخير العلاج فيزيد من خطر حدوث مضاعفات وأعراض طويلة الأمد.

للأسف، لا يوجد اختبار يمكنه أن يحدد مباشرة بعد لسعة القراد ما إذا كنت قد أصبت بعدوى. لذلك راقب أي أعراض محتملة لمدة ستة أشهر، واستشر طبيب الأسرة فور ظهورها.

الحمامى المهاجرة (EM - Erythema Migrans)

• إن ظهور بقعة أو حلقة على الجلد تكبر تدريجيًا خلال 3 إلى 4 أشهر بعد اللسعة (EM) تُعد علامة مميزة لمرض لايم. في هذه الحالة يلزم العلاج الفوري بالمضادات الحيوية؛ ولا حاجة إلى الاختبار، فهو مضيق للوقت. على البشرة الفاتحة تكون EM حمراء أو وردية، أما على البشرة الداكنة فقد تبدو مائلة إلى الأزرق أو الأرجواني، مثل الكدمة.



• قد تختفي EM من تلقاء نفسها حتى من دون علاج، لكن هذا لا يعني أن العدوى قد اختفت.

• لا تظهر EM لدى جميع المصابين بمرض لايم، كما لا يتم دائمًا التعرف عليها أو ملاحظتها، مثلًا إذا كان شكلها غير نمطي، أو كان لونها فاتحًا جدًا، أو كانت في مكان يصعب رؤيته. لذلك انتبه دائمًا أيضًا إلى أي أعراض أخرى.

أعراض أخرى لمرض لايم

• يمكن أن يسبب مرض لايم أيضًا العديد من الأعراض الأخرى، التي تظهر غالبًا تدريجيًا على مدى أسابيع أو أشهر أو حتى سنوات. وإذا انتشرت البكتيريا في الجسم، فقد تؤثر أيضًا في الجهاز العصبي (داء لايم العصبي / neuroborreliosis).

• تشمل الأعراض المحتملة: الحمى، والصداع، والغثيان، وتيبس الرقبة، وآلام العضلات والمفاصل، وآلام الأعصاب، والتعب، وغيرها. وتجد القائمة الكاملة للأعراض على موقعنا الإلكتروني.

يعاني ما بين 10% و20% من المصابين بمرض لايم من أعراض مستمرة أو متكررة.

