

النزلة المعوية.. ارتباك الجهاز الهضمي



تحقيق: راندا جرجس

تعد النزلة المعوية من المشكلات المرضية الشائعة التي تتسبب في حدوث اضطرابات وتهيج يؤثر في وظائف الجهاز الهضمي وحركة المعدة والأمعاء، وتنتشر على الأكثر بين الفئات العمرية الصغيرة من الرضع والأطفال، بسبب العديد من العوامل، وأهمها العدوى الفيروسية والبكتيرية والجراثيم، وعدم الالتزام والاهتمام بقواعد النظافة الخاصة بالأطعمة والمشروبات.

ورغم أن النزلة المعوية تُصنف من الحالات التي تُشفى ذاتياً، فإن الإهمال في اتباع النصائح الطبية يمكن أن يؤدي إلى مضاعفات ومخاطر شديدة على صحة المريض.

يقول د.عماد فياض، استشاري أمراض الجهاز الهضمي: إن التهاب المعدة والأمعاء من المشكلات قصيرة الأمد التي تنجم عن عدوى في الجهاز الهضمي، نتيجة الإصابة بفيروس أو السموم البكتيرية والطفيليات وبعض المواد الكيميائية والأدوية، وتظهر الأعراض على شكل تقلصات في البطن، كإسهال مائي وعادة يكون غير دموي، غثيان وقيء، آلام في

العضلات أو صداع عرضي، وحمى منخفضة، وتستمر علامات المرض في الحالات الفيروسية في غضون يوم إلى ثلاثة أيام بعد ظهورها، وتراوح من خفيفة إلى شديدة، ويمكن أن تمتد ليوم أو يومين فقط، وفي بعض الحالات تصل إلى 10 أيام، وينصح الخبراء بضرورة الحفاظ على كمية السوائل في الجسم ومنع تعرض المريض للجفاف

فئة مستهدفة

يوضح د. عماد فياض أن الأطفال الصغار هم أكثر الفئات العمرية عرضة للإصابة بالتهاب المعدة والأمعاء، وخاصة الذين يذهبون إلى مراكز رعاية الأطفال أو المدارس الابتدائية؛ حيث إن جهاز المناعة في هذا العمر يستغرق وقتاً حتى ينضج ويستطيع أن يقاوم العدوى، كما تستهدف النزلة المعوية أيضاً كبار السن ممن لديهم مناعة ضعيفة، والذين يعيشون في أماكن انتشار العدوى، ومرضى فيروس نقص المناعة البشرية، ومن يخضعون للعلاج بالأدوية الكيميائية.

انتشار العدوى

يلفت د. سيد نافيد، استشاري أمراض الجهاز الهضمي، إلى أن النزلة المعوية هي عدوى تصيب الجهاز الهضمي بالميكروبات، وتسبب اضطراباً خفيفاً في المعدة لمدة يوم أو يومين، ويمكن أن تستمر الأعراض أحياناً لفترة أطول ولكنها تميل إلى الشفاء من تلقاء نفسها في معظم الحالات، وتعتبر من المشكلات الشائعة التي تستهدف من 15% إلى 20% من الأشخاص حول العالم.

ويضيف: تنتشر الفيروسات بسهولة من شخص إلى آخر عن طريق الاتصال الوثيق، أو بسبب العدوى المحمولة على اليدين والتي تنتقل أثناء السلام والتحية، ومن ثم فإن غسل اليدين هو جزء مهم جداً من النظافة اليومية، كما يمكن أن ينتقل الفيروس إذا قام الشخص المصاب بتحضير الطعام، ما يؤدي إلى تفشي الإصابة في أماكن التجمعات والمدارس أو المستشفيات أو دور رعاية الأطفال في حال عدم تنفيذ تدابير النظافة بشكل صارم.

تسمم غذائي

يذكر د. سيد نافيد أن التسمم الغذائي الناجم عن تناول الطعام غير النظيف وكذلك المياه الملوثة بالبكتيريا أو الميكروبات الأخرى من الأسباب الشائعة التي تؤدي إلى الإصابة بالنزلة المعوية في بعض الحالات، وتجدر الإشارة إلى أن معظم حالات التهاب المعدة والأمعاء يمكن أن تُشفى من تلقاء نفسها، ولكن من الضروري استشارة الطبيب المختص، لمعالجة المخاطر التي يمكن أن يتعرض لها المصاب مثل: الجفاف أو القيء المفرط، وجود دم مرئي في البراز، والإسهال والالام الشديدة في البطن التي تستمر لعدة أيام.

إصابة الصغار

يشير د. سيد نافيد إلى أن التهاب المعدة والأمعاء ينتشر بشكل أكبر بين الأطفال عن البالغين، وعلى الأغلب تحدث هذه المشكلة بسبب العدوى الفيروسية، وتكون في معظم الحالات خفيفة، ويمكن الشفاء منها سريعاً ومن دون أي عواقب، ولكن يجب الحذر من فقدان السوائل الشديد الذي ينجم عن امتناع الطفل عن الطعام والشراب نتيجة المرض، ويؤدي إلى الإصابة بالجفاف الشديد؛ لذلك يُنصح بطلب المساعدة الطبية عندما يصاب الأطفال بالإسهال والقيء.

فحوص واختبارات

يبين د.سيد نافيد أن تشخيص التهاب المعدة والأمعاء يتم من خلال الاطلاع على الأعراض الأساسية التي يشكو منها المريض، كالإسهال مع آلام البطن والقيء، والحمى في بعض المرضى، وتكون معظم الحالات خفيفة؛ لذلك لا يتم إجراء اختبارات محددة، وفي الأغلب يتحسن المصابون في غضون يومين، وأحياناً تمتد لفترة أطول قليلاً، دون تناول أي علاج طبي، أما في حال استمرار المرض، واتخاذ علامات التهاب المعدة والأمعاء شكلاً أكثر حدة، فيجب استشارة الطبيب للبحث عن الأسباب الأخرى المحتملة، والخضوع لفحص البطن ونسبة الجفاف والحمى، وعمل صورة الدم الكاملة، واختبارات البراز للبحث عن سبب العدوى

مضاعفات ومخاطر

يشير د.شاريج شارينا، أخصائي الجهاز الهضمي، إلى أن النزلة المعوية من الحالات المرضية الشائعة التي تستهدف جميع الأعمار، ولكنها تنتشر على الأكثر بين الأطفال، ويحدث التهاب المعدة والأمعاء في الأغلب نتيجة العدوى الفيروسية مثل: نوروفيروس وروتا، أو بسبب السموم البكتيرية والطفيليات وبعض المواد الكيميائية والأدوية، وتشمل (الكامبيلوباكتري والإشريكية القولونية والسالمونيلا) كما تعد عدوى الجيارديا سبباً في الإصابة بالتهاب المعدة والأمعاء الطفيلي، وتشمل المضاعفات الإسهال المائي المفاجئ، والشعور بالغثيان والقيء، والصداع والحمى الخفيفة، وتظهر علامات المرض في الأغلب في غضون يوم واحد بعد الإصابة، وربما تستمر لأكثر من أسبوع، وتشمل المخاطر أيضاً الجفاف المزمن مع أعراض مثل الدوخة المستمرة وانخفاض إنتاج البول وجفاف الفم والعطش الشديد أو حتى فقدان الوعي، ويمكن أن تتسبب في اضطراب وتهيج في الجهاز الهضمي وتؤدي إلى خمول عند الصغار

طرق التداوي

يؤكد د.شاريج شارينا أن التهاب المعدة والأمعاء هي حالة ذاتية الشفاء ولا تحتاج إلى أي علاج في الحالات الخفيفة، ولكنها تحتاج إلى إدارة طبية صحيحة؛ حيث يجب على المريض البقاء في المنزل والاستراحة التامة حتى تختفي الأعراض، كما يعد الهدف الرئيسي من ذلك هو الحد من انتشار العدوى وإصابة الآخرين، إضافة إلى بعض التدابير الصحية مثل:

- تناول الكثير من السوائل وخاصة المحاليل المعالجة بالجفاف الفموي لتعويض فقدان كمية المياه من الجسم.
- عدم الذهاب إلى العمل أو إرسال الأطفال إلى المدرسة أو مركز الرعاية إلا بعد مرور 48 ساعة على الأقل ومتابعة الأعراض.
- غسل اليدين بالماء النظيف والصابون، وعدم الاعتماد على استخدام المعقم في التنظيف.
- تطهير الأسطح الملوثة باستمرار، وغسل الأواني التي يستخدمها المريض بشكل منفصل.
- عدم المشاركة في استعمال الأدوات الشخصية أو المناشف والملابس مع الآخرين.

فقدان السوائل

الجفاف الخفيف من المشكلات الشائعة التي تصاحب الإصابة بالنزلة المعوية، ويعتمد التداوي عادة على تناول الكثير من السوائل، وتشمل الأعراض عند البالغين: التعب المستمر، الضعف العام، الدوخة، الصداع، تشنجات العضلات،

قلة التبول والبول الداكن، جفاف الفم واللسان، العيون الغارقة، كما يحذر الخبراء في المجال الطبي من الجفاف الشديد الذي يُعرض المريض للخطر، ويسبب الارتباك وسرعة ضربات القلب والنعاس.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.