

## كيف تعتني بطفلك المصاب بالتهاب الملتحمة

ستقدم لك هذه النشرة معلومات عن أسباب التهاب الملتحمة وأعراضه وتشخيصه وعلاجه ونصائح للرعاية المنزلية.



## ما هو التهاب الملتحمة؟

- الملتحمة هي الطبقة الرقيقة التي تبطن السطح الداخلي للجفون وبياض العينين (الذي يُسمى الصلبة).
- التهاب الملتحمة - يطلق عليها في بعض الأحيان "العين الوردية" - هو التهاب (تورم واحمرار) في الملتحمة.
- وهو عدوى تصيب العين شائعة في الأطفال الأقل من خمس سنوات.

## ما أسباب التهاب الملتحمة؟

قد تكون أسباب التهاب الملتحمة ما يلي:

- أسباب غير محددة، مثل دخول جسم غريب في العين أو الجفاف أو دخول رذاذ كيميائي في العين.
- الحساسية- لا تُعد معدية ولا يمكن انتقالها للأشخاص الآخرين.
- العدوى - إما عدوى بكتيرية أو فيروسية ووهي معدية بدرجة كبيرة. (يمكن أن تنتقل للآخرين). سيظل الطفل المصاب بالتهاب الملتحمة معديًا طالما أن هناك إفرازات تخرج من عينه.

## ما أعراض التهاب الملتحمة؟

قد تشمل أعراض التهاب الملتحمة ما يلي:

- ألم وشعور بعدم الراحة.
- حكة العين.
- الاحمرار أو العين الوردية.
- إفرازات صفراء أو خضراء من العين.
- زيادة إفراز الدموع.
- تورم جفن العين.
- الحساسية للضوء الساطع.

عادةً ما تبدأ الأعراض في الظهور خلال 24 إلى 72 ساعة من مخالطة العامل المعدي، ويمكن أن تستمر من يومين إلى ثلاثة أسابيع.

## كيف يُشخص التهاب الملتحمة؟

سيطرح الطبيب عليك بضعة أسئلة حول صحة طفلك، وسيفحصه. وسيقرر الطبيب ما إذا كانت هناك حاجة إلى إجراء المزيد من الفحوصات واختبارات الدم أم لا. وفي معظم الحالات، لا يلزم إجراء اختبارات معينة.

## كيف يُعالج التهاب الملتحمة؟

يعتمد علاج التهاب الملتحمة على سبب الإصابة.

### - التهاب الملتحمة الفيروسي:

- قد تساعد قطرة العين من مضادات الهيستامين/مزيلات الاحتقان الموضعية في تخفيف التهيج.
- قد يتفاقم التهيج والإفرازات لمدة من ثلاثة إلى خمسة أيام قبل تحسن الحالة.
- يمكن أن تستمر الأعراض من أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع.

### - التهاب الملتحمة البكتيري:

- باستعمال قطرات أو مراهم للعين من المضادات الحيوية.
- قد يحدث تغيم في الرؤية لمدة تصل إلى 20 دقيقة بعد استخدام المرهم.

### - التهاب الملتحمة غير محدد السبب:

○ عادةً ما يزول خلال بضعة أيام دون تلقي أي علاج.

### - التهاب الملتحمة التحسسي:

من المفيد اتباع بعض التدابير في علاج التهاب الملتحمة التحسسي مثل:

- تجنب فرك العينين. إذا كانت الحكة تزجج طفلك، فاستخدمي قطرات الدموع الصناعية أو كمادات باردة أو قطرات العين من مضادات الهيستامين.
- قللي من تعرض طفلك لحبوب اللقاح من خلال البقاء في المنزل إن أمكن.
- قد تساعد قطرة العين من مضادات الهيستامين/مزيلات الاحتقان الموضعية في العلاج.

## كيف تعتني بطفلك في المنزل؟

- نظّفي العينين برفق باستخدام مسحات قطنية منقوعة في الماء الدافئ. قد يساعد هذا طفلك على الشعور بالتحسن.
- نظّفي في اتجاه واحد فقط، لخارج العين من داخلها (من جانب الأنف). يقي هذا الإجراء إصابة العين الأخرى بالعدوى إذا كانت عين واحدة فقط هي المصابة.
- تخلصي من المسحة القطنية في كل مرة للوقاية من إعادة التلوث.
- لا تحاولي تنظيف جفني العينين من الداخل، إذ قد يتسبب ذلك في تضرر الملتحمة.
- لا تسمحي لطفلك بمشاركة قطرات العين أو المناديل الورقية أو المناشف أو أغطية الوسائد الخاصة به مع الآخرين.
- لا تستخدم حليب الثدي لعلاج التهاب الملتحمة. فاستخدامه على عيني طفلك لن يكون مفيدًا.
- ينبغي للأطفال الذي يرتدون عدسات لاصقة تجنب ارتداء العدسات حتى يزول احمرار العين. تخلصي من العدسات اللاصقة أو عليك تعقيمها طوال الليل أو استبدالها (إذا كانت مخصصة للاستعمال مرة واحدة).

## متى تصبح عودة طفلك إلى المدرسة أو الحضانة آمنة؟

أبقي طفلك في المنزل حتى تزول الإفرازات التي تخرج من عينيه. تتطلب أغلب مراكز الرعاية النهارية والمدارس أن يتلقى الطلاب قطرات أو مراهم العين من المضادات الحيوية لمدة 24 ساعة قبل العودة إلى المدرسة. ناقشي الأمر مع مدرسة أو حضانة طفلك.

## متى ينبغي أن أسعى للحصول على المشورة الطبية؟

اسعي للحصول على المشورة الطبية إذا كان طفلك:

- لا يستجيب للعلاج.
- يعاني من ألم في العين أو الألم يزداد بالرغم من تلقيه العلاج.
- يواجه صعوبة في رؤية الأشياء بوضوح.
- يواجه صعوبة في إبقاء عينه مفتوحة.
- مصابًا بصداع وغثيان شديدين.
- يستخدم العدسات اللاصقة وأصيب باحمرار وألم بالعين.