

نصائح صحية عامة للمثليين ومزدوجي الميل الجنسي والرجال الذين يمارسون الجنس مع رجال، بشأن التفشي الأخير لجذري القردة

كيف تُستخدم هذه الوثيقة: تتضمن هذه الوثيقة معلومات عن طريقة انتشار جذري القردة وما الذي يتعين عليك فعله إذا ظهرت عليك أعراضه وكيف تحمي نفسك والآخرين منه. ويمكن استخدام هذه الوثيقة من جانب قادة الأوساط المعنية والمؤثرين والعاملين الصحيين والأشخاص الذين يحضرون فعاليات اجتماعية وحفلات للتواصل مع أوساط الرجال الذين يمارسون الجنس مع رجال وإرشادهم بهذا الشأن.

ومن الجدير بالذكر أن خطر الإصابة بجذري القردة لا يقتصر على الرجال الذين يمارسون الجنس مع رجال. فأى شخص يخالط مصاباً بالعدوى يواجه الخطر ذاته. غير أنه نظراً لاكتشاف تفشي الفيروس بين الأفراد من هذه الأوساط، فمن المفيد معرفة المزيد عن جذري القردة وطريقة انتشاره وكيف يمكنك حماية نفسك منه لتقليل عدد الإصابات به إلى أدنى حد ممكن ووقف تفشيه.

يتفشى حالياً مرض اسمه جذري القردة في العديد من البلدان التي لا تشهد عادة حالات إصابة بهذا المرض. وقد يكون ذلك مثاراً للقلق، خصوصاً بالنسبة للأشخاص الذين يُصاب أحياناً أو أفراد من أوساطهم. وقد اكتشفت بعض الحالات في عيادات الصحة الجنسية بين أفراد أوساط المثليين ومزدوجي الميل الجنسي والرجال الذين يمارسون الجنس مع رجال.

تتغير المعلومات المتعلقة بهذه الفاشية سريعاً كلما تعلمنا المزيد عنها. زر موقع المنظمة الإلكتروني who.int بانتظام للاطلاع على أحدث المعلومات.

ما تحتاج لمعرفته:



قد تُصاب بعدوى جذري القردة إذا خالطت عن قرب شخصاً تظهر عليه الأعراض. وتشمل المخالطة للمس والتقارب وجهاً لوجه.

يمكن ان ينتشر جذري القردة عن طريق الملامسة الجلدية للصيقة أثناء ممارسة الجنس، بما في ذلك التقبيل واللمس والجنس الفموي والإيلاجي مع شخص تظهر عليه أعراض المرض. تجنب المخالطة الوثيقة مع أي شخص لديه أعراض.



احم نفسك والآخرين من خلال ما يلي:

- اعزل نفسك واتصل بأخصائي الصحة إذا ظهرت عليك أعراض المرض
- تجنب ملامسة جلد أي شخص تظهر عليه الأعراض أو الاقتراب منه وجهاً لوجه
- نظف يديك والأشياء والأسطح التي يكثر لمسها
- البس كمامة إذا كنت قريباً من شخص لديه أعراض



يتفشى حالياً مرض اسمه جذري القردة في بعض البلدان التي لا يُكتشف فيها هذا الفيروس عادةً. وقد كُشف عن بعض هذه الحالات في صفوف أوساط المثليين ومزدوجي الميل الجنسي والرجال الذي يمارسون الجنس مع رجال. وقد يكون مغاير الهوية الجنسية ومتنوع الهوية الجنسية أشد عرضة للإصابة بالعدوى في سياق الفاشية الحالية.

تشمل الأعراض ما يلي:

- طفح ويثور على الوجه واليدين والقدمين والعينين والفم و/أو الأعضاء التناسلية
- حمى
- تضخم العقد اللمفاوية
- صداع
- آلام العضلات
- الإحساس بالوهن

وصم الأشخاص بسبب إصابتهم بمرض ما ليس مقبولاً أبداً. كل شخص معرض للإصابة بجذري القردة ونقله إلى الآخرين أيًا كانت ميوله الجنسية.

أجوبة الأسئلة المتكررة عن جدري القردة:

ما هو جدري القردة؟

جدري القردة مرض يسببه فيروس جدري القردة. ويوجد عموماً في وسط وغرب أفريقيا ويكتشف وجوده بين الحين والآخر في بلدان أخرى. ويتفشى المرض حالياً في عدد من البلدان التي لا تشهد عادةً حالات إصابة بهذا المرض. ويُسمّى جدري القردة بهذا الاسم لأنه اكتشف أول مرة لدى القردة.

ما هي أعراض جدري القردة؟

تشمل أعراض جدري القردة عادةً الحمى، والصداع الشديد، وآلام العضلات، وأوجاع الظهر، والوهن، وتضخم العقد اللمفاوية، وطفح أو قروح جلدية. ويمكن أن تكون القروح مسطحة أو ناتئة بعض الشيء، وملبئة بسائل شفاف أو مائل إلى الصفرة، ويمكن أن تتقشر بعد ذلك وتجف وتتقشر. وقد يتراوح عدد القروح التي يصاب بها المريض من عدد قليل إلى بضعة آلاف من القروح. ويتركز الطفح عادةً على الوجه وراحة اليدين وباطن القدمين. ويمكن أن يظهر أيضاً على الفم والأعضاء التناسلية والعينين. وقد يُشخص طفح جدري القردة بالخطأ أحياناً على أنه ناتج عن الزهري أو الهريس.

وتستغرق الأعراض عادةً ما بين أسبوعين إلى أربعة أسابيع ثم تتلاشى من تلقاء نفسها دون علاج. غير أنها قد تؤدي إلى مضاعفات طبية لدى بعض الأفراد وقد تقضي إلى الوفاة في حالات نادرة. وقد يكون الأشخاص المصابون بنقص المناعة أشد عرضة للإصابة بالأعراض الخطيرة.

كيف ينتشر جدري القردة؟

ينشر الأفراد المصابون بجدري القردة العدوى ما دامت لديهم أعراض المرض (لفترة تتراوح بين أسبوعين وأربعة أسابيع). ويمكن أن تصاب بجدري القردة عندما تخالط عن قرب شخصاً تظهر عليه الأعراض. ويعدّ الطفح الجلدي والإفرازات الجسدية (كالسائل والقيح والدم المنيعث من القروح الجلدية) والبثور معدية بشكل خاص. ويمكن أن يصاب الآخرون بالعدوى من ملابس الشخص المصاب بالعدوى أو فراشه أو مناشفه أو الأدوات الأخرى التي يستخدمها كالأطباق والأواني الملوثة بالفيروس. وقد تكون القروح والدمامل وتقرحات الفم معدية أيضاً، أي أن الفيروس يمكن أن ينتشر بواسطة اللعاب. لذلك فإن أشد الناس عرضة للإصابة

بالعدوى هم الأشخاص الذين يتفاعلون عن كثب مع الشخص المصاب، بمن في ذلك العاملون الصحيون وأفراد الأسرة والشركاء الجنسيون.

ماذا أفعل إذا اعتقدت أنني مصاب بجدري القردة؟

إذا كنت تعتقد أن لديك أعراض جدري القردة أو خالطت عن قرب شخصاً مصاباً به، فاتصل بطبيبك لطلب المشورة وإجراء الفحص اللازم وتلقي الرعاية الطبية. واعزل نفسك وتجنب المخالطة للصيقة للآخرين قدر الإمكان. واتبع الخطوات المذكورة أعلاه لحماية الأشخاص القريبين منك من الإصابة العدوى.

هل ينتشر جدري القردة بواسطة الجنس؟

يمكن أن ينتشر جدري القردة من خلال الملامسة الجلدية أثناء ممارسة الجنس، بما في ذلك التقبيل واللمس والجنس الفموي والإيلاجي مع شخص تظهر عليه أعراض المرض. ويظهر طفح جدري القردة أحياناً على الأعضاء التناسلية وفي الفم، مما يسهم على الأرجح في انتقاله أثناء الممارسة الجنسية. وقد تتسبب ملامسة الفم للجلد في انتقال العدوى إذا وُجدت قروح على الجلد أو الفم. تجنب المخالطة للصيقة مع أي شخص تظهر عليه أعراض المرض.

وليس معروفاً حالياً ما إذا كان جدري القردة ينتشر بواسطة المنى أو الإفرازات المهبلية. لذلك ينبغي أن يتجنب الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض المرض أي مخالطة جنسية مع الآخرين إلى أن تتعلم المزيد بهذا الشأن، وعليهم مواصلة استخدام العازل حتى بعد التعافي منه.

ويمكن أن ينتشر المرض أيضاً عن طريق أشكال أخرى من المخالطة للصيقة غير ممارسة الجنس.

كيف أحمي نفسي من جدري القردة؟

قلل من مخاطر إصابتك بالعدوى عن طريق تفادي المخالطة للصيقة، بما في ذلك المخالطة الجنسية، مع أي أشخاص مصابين بجدري القردة سواء أكانت الإصابة مؤكدة أو مشتبهاً بها. وإذا اضطرت لمخالطة شخص لديه أعراض المرض، شجعه على عزل نفسه أو تغطية فروجه الجلدية إن استطاع (بتغطية الطفح بضمادة خفيفة أو بقطعة قماش مثلاً). وعندما تكون على مسافة قريبة من المصاب، فينبغي أن يلبس كلاً من كمامة طبية. وتجنب أي ملامسة

جلدية مع المصاب قدر الإمكان واللبس قفازاً وحيد الاستعمال إذا كنت مضطراً لللمس القروح مباشرة.

واحرص على تنظيف يديك بالماء والصابون أو بمطهر كحولي لليدين، خصوصاً بعد لمس الشخص المصاب أو ملابسه أو شراشف سريريه أو مناشفه أو أي أشياء أو أسطح يلمسها أو ربما يكون قد لمسها، أو بعد لمس الطفح الجلدي أو الإفرازات التنفسية للمريض (من خلال الأطباق أو الأواني مثلاً).

واغسل الملابس والمناشف وشراشف السرير وأواني الأكل بماء دافئ ومسحوق الغسيل. واللبس كمامة عند تناول ملابس أو شراشف للمريض. واحرص على تنظيف وتطهير أي أسطح ملوثة والتخلص على النحو اللازم من أي نفايات ملوثة (الضمادات مثلاً).

تم الكشف عن بعض حالات تفشي المرض في أوساط الرجال الذين يمارسون الجنس مع رجال. لماذا؟

ينتشر جدري القردة من شخص إلى آخر من خلال المخالطة للصيقة. ولا يقتصر خطر الإصابة بجدري القردة على الرجال الذين يمارسون الجنس مع رجال. فكل شخص يخالط عن قرب شخصاً آخر مصاباً بالعدوى معرض هو أيضاً لخطر الإصابة بها.

ولعل أحد أسباب ما يتداول حالياً من تقارير من عيادات الصحة الجنسية عن حالات إصابة بجدري القردة في أوساط الرجال الذين يمارسون الجنس مع رجال هو السلوك الإيجابي تجاه الصحة في هذه الأوساط.

وقد يتشابه الطفح الناتج عن جدري القردة مع ذلك الناتج عن أمراض أخرى منقولة جنسياً، مثل الهريس والزهري، مما قد يفسر سبب اكتشاف هذه الحالات في عيادات الصحة الجنسية. ومن المرجح أن يزداد عدد الحالات المكتشفة في المجتمع الأوسع نطاقاً كلما تكشّف المزيد من المعلومات.

أين يمكنني معرفة المزيد عن جدري القردة؟

يمكنك العثور على أجوبة على بعض أكثر الأسئلة شيوعاً عن جدري القردة [هنا](#) أو قراءة [صحيفة وقائع](#) المنظمة عن هذا المرض. استعلم عن الوضع في منطقتك عبر المصادر المحلية الرسمية.

إذا كنت تمارس الجنس مع شركاء متعددين، فاحرص على الفحص المنتظم لتحمي الأمراض المنقولة جنسياً وخذ العلاج الوقائي أينما توفر. التماس المشورة الصحية على نحو منتظم وعاجل إذا ظهرت عليك أعراض سيساعدك على تلقي العلاج اللازم وتفادي نقل العدوى إلى أي شخص آخر.

تذكّر - العازل الذكري لا يقي من جدري القردة ولكن قد يقي من أنواع العدوى الأخرى المنقولة جنسياً.