

طب السفر الدولي – الوقاية من الملاريا

الملاريا هو مرض تسببه أنواع من المَتَصَوِّرة، وهي طفيليات تنتسرب في البشر عن طريق لدغة بعوضة الأنوفيليس والتي تأخذهم أثناء وجبة الدم من أشخاص آخرين مصابين؛ هو المرض الطفيلي الأكثر أهمية في العالم ويعتبر ثاني مرض طفيلي معدي في العالم لخطر الإصابة بالأمراض ولعدد الوفيات الذي يسببه بعد مرض السل، مع 500 مليون حالة سريرية جديدة سنويا (منها 90٪ في أفريقيا الاستوائية) و 1 مليون حالة وفاة في السنة. يمكن الوقاية من الملاريا من خلال السلوك الوقائي وإذا اقتضى الأمر ذلك بالوقاية الكيميائية.

السلوك الوقائي

بسبب النشاط في ساعات المساء والليل لبعوضة الأنوفيليس، لهذا فإن خطر انتقال الملاريا يحدث بشكل رئيسي في الساعات بين غروب الشمس وشرق الشمس . لذلك، للحماية من لدغات هذه البعوضة فإنه من المستحسن أن تتجنب، إذا كان ذلك ممكناً، الخروج في تلك الأوقات. وفيما يلي بعض الإرشادات الأخرى التي يجب إتباعها:

- **لبس ملابس ذات ألوان فاتحة** (الألوان الزاهية أو الداكنة تجذب الحشرات)، مع الأكمام وسراويل طويلة وجوارب سميكة. إستعمل على الجلد المعرض للهواء طارد الحشرات DEET أو KBR ، و ذلك بتقييم تركيزه المناسب ومدة عمله (3-4 ساعات في المتوسط)، و إذا لزم الأمر يمكنك تكرار التطبيق، على سبيل المثال في حالة التعرق الشديد. ويفضل السكن في منازل بنيت بشكل جيد، وفي حالة جيدة؛
- من الأفضل النوم في غرف مع مكيف الهواء تاكد من أن الأبواب والنوافذ مغلقة، بدلا من ذلك يمكنك النوم في غرف مع ناموسية سليمة على النوافذ.
- استخدام، إذا كان ممكنا، المراوح في البيئات المحصورة (تقلل من حركة البعوضيات على الجلد) .
- استخدام الناموسيات على السرير، الدس الحواف تحت الفراش، والتحقق من حالته وضمان عدم بقاء لبعوضيات في داخل الفراش. من المفيدة جدا نقع الناموسيات مع المبيدات الحشرية المحتوية على البيريثرين.
- رش المبيدات الحشرية المستمدة من عاقر قرحا في الصالون و في غرف النوم أو استخدام الناشر الكهربائي بالأقراص (تذكر باستبدال الاقراص المنتهية) أو بالسائل (الذي يعمل بالكهرباء أو بالبطاريات) والذي يحتوي على البيريثرويد. وينبغي أن يستخدم مع النافذة مفتوحة ويبدأ عمله فقط بعد 30-45 دقيقة من إشعاله. مفيدة أيضا اللوالب الملتصقة (لفائف)، ولكن فقط في الخارج.
- ويمكن أيضا رش مباشرة على الملابس كل المواد الطاردة للحشرات والمبيدات الحشرية المتكونة أساسا بالبيريثرويد ، هناك احتمال ردود الفعل السلبية عند إستعمال المنتجات الطاردة للحشرات خاصة عند الأطفال الصغار، و لهذا السبب يتطلب مراقبة بدقة التعليمات المتعلقة بالاستخدام والمرققة بهذه المنتجات. لا ينبغي إستنشاق المواد الطاردة أو بلعها أو تقريبها إلى العينين. لا ينبغي أن تطبق على الجلد المجروح أو المحروق ؛ يجب تجنب تطبيق المنتجات ذات تركيز عال على الأطفال؛ يجب غسل الجلد الذي عولج بهذه المواد بعد العودة إلى الاماكن المغلقة في الداخل أو عند حدوث و ظهور أعراض مشبوهة، والتي يجب عليك استشارة الطبيب في أقرب وقت ممكن.

العمر	DEET (N,N-diethyl-m-toluamide)	KBR (Icaridina)	CITRODIOL (PMD)	IR3535 (AMP)
أقل من ثلاث سنوات	لا تستخدم، مفضلا فقط الحواجز الميكانيكية (الناموسيات)			
من 3 إلى 12 سنة *	إستخدام سوى المنتجات ذات تركيز أقل من 20% من المنتج . لا تتجاوز إستعمالين 2 في غضون 24 ساعة	لا	إستخدام سوى المنتجات ذات تركيز أقل أو ما يساوي 20% . إستعمله على الأكثر مرتين 2 – ثلاثة مرات 3 في غضون 24 ساعة	
أكثر من 12 سنة *	يمكن إستخدام المنتجات التي يمكنها ان تحتوي على 30% من المبدأ النشط مرة واحدة فقط خلال 24 ساعة	يمكن إستخدام المنتجات التي يمكنها ان تحتوي على 35% من المبدأ النشط مرة واحدة فقط خلال 24 ساعة	يمكن إستخدام المنتجات التي يمكنها ان تحتوي على 40% من المبدأ النشط على الأكثر مرتين 2 في غضون 24 ساعة	
حامل و مرضعة	لا تستخدم خلال فترة الحمل والرضاعة (المبدأ الوقائي).			
	إستخدام فقط المنتجات التي تحتوي على تركيزات أقل أو تساوي 20% تجنب أكثر من تطبيق واحد خلال 24 ساعة			

* نذكر أنه يجب أن يتم وضع الطارد من قبل شخص بالغ للأطفال دون سن 12 عاما لمنع ذلك من ملامسة عيونهم ، إما مباشرة أو من خلال أيدي الأطفال أنفسهم.

يجب اعتماد السلوك الوقائي في جميع المناطق التي تتوطن فيها الملاريا، مع الوعي للتعرض للخطر، وبالتالي الحاجة إلى إجراء خلال 24 ساعة اختبار للكشف عن ظهور حمى تتجاوز الـ 37.5° الطفيليات في حالة .

في بعض الحالات، قد تكون الوقاية والوعي السلوكي التدابير الوقائية الوحيدة في حالة الإقامة القصيرة (أقل من أسبوع).

الوقاية الكيميائية للملاريا

لا يوجد حاليا أي دواء يعطي الضمان الكامل للحماية مع انعدام تام للأثار الجانبية للدواء. يمكن أن يحدث أخذ الأدوية المضادة للملاريا، في الواقع، يقينا زانفا للحماية والتي يمكن أن يؤدي إلى إهمال الوقاية السلوكية والتقليل من أخطار أي أعراض الملاريا، مما يؤدي إلى التشخيص المتأخر للمرض. ولذلك ينبغي و يمكن تنفيذ الوقاية الكيميائية إلا عند الحاجة . لو تفحصنا حتى في البلدان التي تكون فيها الملاريا حاضرة، ففي المدن الكبرى والمنتجعات السياحية الدولية في كثير من الأحيان لا نجد أثر للملاريا فيها، وكذلك في المناطق المتواجدة على إرتفاع يجاوز الـ 2000 متر وكذلك في المناطق ذات درجة حرارة تحت 16° C. قد يختلف خطر الإصابة أيضا وفقا للموسم.

حذاري ! يجب دائما إجراء التقديرات بعناية فيما يخص الحاجة إلى إستعمال الوقاية الكيميائية للملاريا خلال المشاورات التي تجرى قبل الرحلة .

طب السفر الدولي – الوقاية من الملاريا

مرة واحدة في اليوم
دائما في نفس الساعة

ATOVAQUONE E PROGUANIL (للكبائر MYLAN GENERICS - MALARONE)

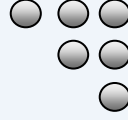
قرص واحد

- في الشخص الذي يزيد وزنه عن 40 كغ

يؤخذ L'ATOVAQUONE + PROGUANILE يوميا 2-1 أيام قبل الوصول إلى المنطقة التي يتواجد فيها الملاريا، وتستمر تناول الدواء خلال كل أيام الإقامة في منطقة الملاريا وتنتهي سبعة أيام بعد مغادرة المنطقة التي يتواجد فيها الملاريا نفسها.

ATOVAQUONE E PROGUANIL PEDIATRICO (للأطفال MALARONE BB)

مرة واحدة في اليوم
دائما في نفس الساعة



- في الشخص الذي يزن 40-31 كغ ثلاثة أقراص
- في الشخص الذي يزن 30-21 كغ قرصين
- في الشخص الذي يزن 20-11 كغ قرص واحد

يؤخذ L'ATOVAQUONE + PROGUANILE يوميا 2-1 أيام قبل الوصول إلى المنطقة التي يتواجد فيها الملاريا، وتستمر تناول الدواء خلال كل أيام الإقامة في منطقة الملاريا وتنتهي سبعة أيام بعد مغادرة المنطقة التي يتواجد فيها الملاريا نفسها.

MEFLOCHINA (LARIAM)

مرة واحدة في الأسبوع، دائما في نفس اليوم، يجب أخذها بكثير من الماء وبعده ممتلئة



- في الشخص الذي يفوقه وزنه 44 كغ قرص واحد
- في الشخص الذي يزن 43-31 كغ ثلاثة أرباع
- في الشخص الذي يزن 30-20 كغ نصف قرص
- في الشخص الذي يزن 19-5 كغ ربع قرص

يؤخذ MEFLOCHINA مرة واحدة في الأسبوع، تبدأ أسبوع / أسبوعين قبل الوصول إلى المنطقة التي يتواجد فيها الملاريا، وتستمر تناول الدواء خلال كل أيام الإقامة في منطقة الملاريا وتنتهي أربعة أسابيع بعد مغادرة المنطقة التي يتواجد فيها الملاريا نفسها.

DOXICICLINA (مثال BASSADO, VIBRAMICINA)

مرة واحدة في اليوم

قرص



- في الشخص الذي يفوقه سنه 14 سنة قرص واحد
- في الأطفال الذي لهم سن بين 13-11 سنة ثلاثة أرباع
- بين 10-8 سنوات نصف قرص
- قاصر أقل من 8 سنوات يمنع الإستعمال

يؤخذ DOXICICLINA يوميا 2-1 أيام قبل، تبدأ أسبوع / أسبوعين قبل الوصول إلى المنطقة التي يتواجد فيها الملاريا، وتستمر تناول الدواء خلال كل أيام الإقامة في منطقة الملاريا وتنتهي أربعة أسابيع بعد مغادرة المنطقة التي يتواجد فيها الملاريا نفسها.

CLOROCHINA (مثال CLOROCHINA BAYER 30CPR RIV2500)

مرة واحدة في الأسبوع
دائما في نفس اليوم بعد

قرص

- في الشخص البالغ 2 أقراص (من 250 ملغ ما يساوي 155 ملغ من الكلوروكين القاعدي)
- في الأطفال 5 ملغ من الكلوروكين القاعدي /كغ (يوافق ثلث قرص من 250 ملغ كل 10 كغ من الوزن)

يؤخذ CLOROCHINA مرة واحدة في الأسبوع، تبدأ أسبوع قبل الوصول إلى المنطقة التي يتواجد فيها الملاريا، وتستمر تناول الدواء خلال كل أسابيع الإقامة في منطقة الملاريا وتنتهي أربعة أسابيع بعد مغادرة المنطقة التي يتواجد فيها الملاريا نفسها.

المعالجة الافتراضية للملاريا

في حالة ما لم تكن الوقاية الكيميائية ضد الملاريا مشارة إليها أو مقررة أو لم تفعل، أو في حالة كون الشخص مقيم في منطقة يكون فيه الخطر منخفض، فمن المستحسن جلب علبه من الأدوية المضادة للملاريا (المذكورة في الأسفل) والتي يجب تناولها في حالة الحمى (لم يتم التحقق منه من قبل الرعاية الصحية) بتناول واحد لمدة 3 أيام متتالية، وذلك إلا في حالة عدم الممكن البحث عن طفيليات الملاريا من خلال فحص الدم خلال 24 ساعة من ظهور الحمى.

الجرعة للأطفال	الجرعة للكبار	الدواء
5-6 كغ : ¼ قرص 7-12 كغ : ½ قرص 13-24 كغ : 1 قرص 25-36 كغ : 2 قرص	3-74 كغ : 3 أقراص كل يوم، ما يساوي 9 أقراص في المجموع 75-100 كغ : 4 أقراص كل يوم، ما يساوي 12 أقراص في المجموع	DIIDROARTEMISININA-PIPERACHINA (EURARTESIM) 40 ملغ/320 ملغ
5-8 كغ : 2 قرص للأطفال 9-10 كغ : 3 قرص للأطفال 11-20 كغ : 1 قرص للكبار 21-30 كغ : 2 قرص للكبار 31-40 كغ : 3 قرص للكبار 41 كغ : 4 قرص للكبار	4 أقراص كل يوم، ما يساوي 12 أقراص في المجموع	ATOVAQUONE-PROGUANIL كبائر 250 ملغ/100 ملغ (MYLAN GENERICS - MALARONE) الأطفال 62,5 ملغ/25 ملغ (MALARONE BB)

في تناول واحد لمدة 3 أيام متتالية

وأخيرا تذكر !!! إذا خرجت الحمى، عند عودتك من الرحلة، حتى بعد عدة أشهر، فمن المستحسن أن تقدم تقريرا إلى الطبيب بأنك قمت برحلة مع تحديد الوجهة والتاريخ