

## التهاب القصبيات Bronchiolitis

### ما هو التهاب القصبيات ؟

التهاب القصبيات (و يسمى باللغة الإنجليزية 'برون-كيو-لاي-تس') هو التهاب يصيب القصبيات. و القصبيات (و تسمى باللغة الإنجليزية 'برون-كيو-لس') هي فروع صغيرة من أنابيب التنفس في الرئتين. و هو التهاب شائع عند الأطفال الصغار (الذين تكون أعمارهم أقل من سنتين). قد يمرض بعض الأطفال مرضاً شديداً لدرجة يتم معها قبولهم في المستشفى بسبب مشاكل في التنفس. وغالباً ما يكون الالتهاب بسبب فيروس يسمى الفيروس المخلوي التنفسي (RSV). و يكون الالتهاب أكثر شيوعاً في فصل الشتاء و أوائل فصل الربيع. هذا الالتهاب يجعل الأنابيب الهوائية الصغيرة تنتفخ و تنتج الكثير من المخاط. انتفاخ الأغشية والمخاط يضيق أنابيب الهواء. أنابيب الهواء الضيقة تجعل طفلك يواجه صعوبة في التنفس.

### ما يجب مراقبته

في البداية، قد تلاحظين أن طفلك لديه:

- حمى
- سيلان الأنف
- السعال (وهذا أمر شائع)

و هناك علامات أخرى تشمل:

- تنفس سريع و ضحل
- تنفس بنبرة عالية الصوت (صفير)
- تعكر المزاج، أو جده الطبع، أو التعب
- قلّة الأكل و الشرب
- عدم النوم جيداً

### متى تطلب المساعدة الطبيّة

اذهبي إلى أقرب قسم للطوارئ في الحالات التالية:

- اذا كان طفلك يتنفس بشكل أسرع من المعتاد.
- اذا كانت خياشيم طفلك تضطرب عند التنفس.
- اذا كان يمكنك سماع الصفير (أصوات عالية النبرة) كلما تنفس طفلك.
- اذا كان عمر طفلك 3 أشهر أو أصغر سنّاً و كان مصاباً بحمى تتجاوز درجتها 38.0 درجة مئوية (100.4 فارنهايت).
- اذا كان طفلك يستقرغ (يتقيؤ).
- اذا أصبح طفلك حادّ الطبع جداً أو سريع الهياج ولا يمكن ارضاءه و تسكينه.
- اذا كان طفلك جافاً (فقدان جسمه للسوائل)، مثلاً:
  - جفاف في شفثيه أو في لسانه أو في فمه
  - انعدام الدموع
  - انعدام البول (اذا لم يتبول) لمدة 8 ساعات

### اتصلي برقم 9-1-1 على الفور في حالة ما:

- اذا كان طفلك يعاني من صعوبة في التنفس .
- اذا كان جلد طفلك يبدو أزرقاً أو شاحباً جداً.
- اذا كان طفلك يبدو وكأنه أصبح متعباً بسبب التنفس بجهد كبير.
- اذا كان تنفس طفلك يصحبه شخير.

### كيف يتم علاجه؟

سوف يبقى طفلك مريضاً لمدة 7 إلى 10 أيام.  
لا يحتاج طفلك للمضادات الحيوية لأن هذا الالتهاب يسببه فيروس.  
يمكن العناية بمعظم الأطفال في البيت بسهولة. و هم لا يحتاجون إلى أي علاج طبي خاص.

### كيف تعتني بطفلك في البيت

- ضع طفلك في وضعية يكون فيها شبه جالس أو في وضع مستقيم. وهذا يجعل التنفس أسهل.
- شجعي طفلك على الشرب، وخاصة السوائل الصافية كالماء أو عصير التفاح الممزوج بالماء. إذا كان طفلك لا يريد أن يشرب، فقومي باعطائه رشقات عدّة مرّات أو حاولي اعطائه المصاصات.
- بالنسبة للأطفال الذين يرضعون الرضاعة الطبيعية من الثدي أو الرضاعة الصناعية بالقارورة، فعليك بالاستمرار في إطعام الطفل حليب الرضاعة الطبيعية أو الصناعية. قد تحتاجين إلى تغذية طفلك كميات صغيرة عدّة مرّات. تأكدي من أن طفلك لديه حفّاضات مبلّلة أو يتبول مرة واحدة أو أكثر كل 4 ساعات.
- إذا كان عمر طفلك أكثر من 3 أشهر و كان مصاباً بحمى تتجاوز درجتها 38.5 درجة مئوية (101.3 فارنهايت)، فقومي باعطائه الدواء لخفض الحمى مثل دواء اسيتامينوفين (تايلينول أو أدوية مماثلة موجودة في السوق) أو الإيبوبروفين (أدليل، موترين، أو أدوية مماثلة موجودة في السوق). إذا لم تكوني متأكدة من مقدار الدواء الذي يجب أن يتناوله، فتحدثي مع صيدليّك.
- لا تُدخني و لا تسمحني للآخرين بالتدخين حول طفلك. التدخين يهيج رئتيّ الطفل.
- أبقى طفلك في البيت إلى أن يصبح التنفس أسهل. وهذا يساعد على منع المرض من الانتقال للآخرين.

### كيفية الوقاية من انتشار التهاب القصيبات

- هذا النوع من الالتهاب شائع جداً و ينتقل بسهولة للآخرين. هناك طرق يمكن أن تساعد على تقليل فرص انتقال الالتهاب للأطفال الآخرين أو إصابة طفلك به مرة أخرى في المستقبل.
- تأكدي من غسل يديك عدّة مرات بشكل متكرّر، و كذلك يديّ طفلك، و أيدي عائلتك، و كل من يعالج طفلك أو يمسّه. أفضل طريقة للوقاية من انتشار العدوى هو غسل اليدين.
  - حاولي إبقاء طفلك بعيداً عن المصابين بالحمى أو الزكام، وخاصة إذا كان طفلك أقل من 7 أسابيع من العمر.
  - اجعلي كل واحد يستخدم كأس شرب خاص به وحده.
  - نظّفي اللّعب و الأسطح المختلفة بانتظام.
  - قومي بتغطية أنف طفلك وفمه عندما يسعل أو يعطس.
  - علمي طفلك أن يعطس أو يسعل في كُمّ ثوبه أو في مرّفقه عندما لا يجد منديلاً في متناول يده.
  - استخدمي المناديل مرة واحدة فقط. و ارمي المناديل المستخدمة على الفور ونظفي يديك (ويديّ طفلك).

### لمعرفة المزيد، يُستحسن أن تسأل:

- طبيب أسرتك
- HealthLinkBC - رابط كولومبيا البريطانية للصحة - اتصلي على رقم 1-1-8 (للصم وضعاف السمع 1-1-7) أو اذهبي على شبكة الانترنت [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)