الأمراض المعدية الأكثر شيوعاً خلال السفر: التحدّيات والتدابير الوقائية

هاجر سماحة
اخصائية في الصحة العامة
- قسم الطب الوقائي - وزارة الصحة العامة
محاضرة في الجامعة اللبنانية
- كلية الصحة العامة
محاضرة في الجامعة الإسلامية في لبنان
- كلية العلوم الصحية
محاضرة في جامعة المعارف
- كلية العلوم الصحية

تشهد حركة السفرالدولية نمواً مطرداً، وذلك من خلال ازدياد عدد المسافرين بين الدول. فبعض المسافرين ينتقل من بلد إلى آخر لأسباب مهنية، والبعض الآخر لأسباب اجتماعية، ترفيهية، وحتى انسانية، حيث يتعرّضون خلال سفرهم الى العديد من المتغيّرات، لا سيما الإختلاف في الضغط الجوي وتفاوت في نسبة الرطوبة والحرارة بالإضافة الى بعض المخاطر الصحية الناجمة عن الإصابة بأمراض معدية (١،٢).

استناداً الى توصيات منظمة الصحة العالمية، يجب على المسافرين التحقّق من متطلبات الدخول الى البلدان قبل السفر، حيث تطلب بعض الدول من المسافرين أخذ لقاحات ضد أمراض معّينة أو تناول علاجٍ وقائي من مرض محدد (٢).

بناءً عليه، أصدرت مصلحة الطب الوقائي في وزارة الصحة العامة في لبنان العديد من التعاميم والقرارات التي تساعد في توعية المسافرين والحد من انتشار الأمراض المعدية، بما في ذلك شلل الأطفال، الحصبة، مرض المكورات السحائية (مرض السحايا)، الحمى الصفراء، الملاريا، داء الكلب وغيرها.

في هذا المقال، تتم مناقشة بعض الأمراض المعدية الأكثر شيوعاً والتي يمكن أن يصاب بها المسافرون، والتدابير الوقائية المرتبطة بها:

١- الملاريا:

الملاريا هو مرض طفيلي ينتقل عادة بواسطة لدغة بعوضة مصابة، وهو مرض قد يهدد الحياة ويتسبب بوفاة حوالي نصف مليون شخص كل عام (٤). يتميّز هذا المرض بعوارض تشمل الحمى، القشعريرة والصداع وقد تتطور الى عوارض أشد مثل التعب الشديد، الإرهاق، التشنّجات العصبية، صعوبة في التنفس، بول داكن أو دموي، يرقان ونزيف غير طبيعي ممكن أن يؤدي الى الوفاة (٤).

للوقاية من هذا المرض يجب تناول الأدوية الوقائية، واستخدام المواد الطاردة للحشرات والناموسيات أثناء النوم، وارتداء الأكمام الطويلة والسراويل الطويلة ذات اللون الفاتح (٥).

واستناداً الى بيانات وزارة الصحة العامة في لبنان، لم يتمّ تسجيل أي حالة محلية المنشأ منذ عدة سنوات وجميع الحالات المبلغ عنها هي مستوردة.

تجدر الإشارة إلى أن المسافرين إلى المناطق الموبوءة هم أكثرعرضة لخطر الإصابة بالعدوى ما لم يتخذوا الاحتياطات اللازمة، حيث يجب الحرص على البدء بتناول الأدوية الوقائية قبل السفر (عدة أيام إلى أسبوع على الأقل)، وخلال فترة الإقامة في تلك المناطق، ولعدة أسابيع بعد العودة حسب نوع الدواء (مالارون أو مفلوكين). والدواء متوفر مجاناً في مكتب مكافحة الملاريا التابع لوزارة الصحة العامة في مستشفى الكرنتينا الحكومي.

٢- داء المكورات السحائية (مرض السحايا):

يحدث مرض المكورات السحائية بسبب بكتيريا التهاب السحايا النيسرية حيث تثير بعض المجموعات المصلية للمكورات السحائية قلقًا متزايدًا لأنه بإمكانها إحداث فاشيات محلية خاصة في المملكة العربية السعودية والعديد من بلدان أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى. تنتقل العدوى عن طريق التماس المباشر مع إفرازات الأنف أو الحلق من شخص مصاب بالمرض أو من خلال أشخاص حاملين للبكتيريا دون عوارض (١).

معظم حالات العدوى لا تسبّب أي عوارض سريرية لكن العديد من الأشخاص حاملي البكتيريا يساهمون في نقل العدوى إلى أطفالهم عند عودتهم إلى بلدانهم.

يتميّز التهاب السحايا بالمكورات السحائية بصداع شديد ومفاجىء، يترافق مع ارتفاع في درجة الحرارة، غثيان، قيء، رهاب من الضوء وتصلّب في الرقبة، مما يؤدي إلى حدوث تسمّم في الدم والى مضاعفات في الجهاز العصبي وقد يؤدي الى وفاة ٥-١٠٪ من الحالات (١).

لذلك يجب طلب المشورة الطبية وأخذ العلاج الوقائي فوراً بعد الاختلاط أو الإتصال المباشر مع شخص يعاني من المرض (١).

بناءً عليه، يطلب من جميع المسافرين لأداء فريضتي العمرة والحج تلقي لقاح المكورات السحائية الرباعي (A, C, Y, W-١٣٥) عشرة أيام على الأقل قبل تاريخ السفر(١).

٣- الحمى صفراء:

الحمى الصفراء هي فيروس مكتسب من لدغة بعوضة مصابة (Aedes aegypti). ومعظم الإصابات لا تظهر عليهم أي عوارض. لكن في بعض الأحيان، يمكن أن يتسبّب بعوارض تتميّز بمرحلتين: الاولى منها تتميّز بإرتفاع في درجة الحرارة، ألم عضلي، صداع، قشعريرة، فقدان شهية، غثيان و/أو قيء، وضعف في نبضات القلب ثم تتطور بعد بضعة أيام إلى مرحلة ثانية من المرض لدى ١٥٪ من الحالات، إذ تعاود الحرارة فيها ارتفاعها ومن ثم يصاب الأشخاص بآلام في البطن مصحوبة بقيء وبرقان. ومن الممكن أن تتطور العوارض أكثر لتؤدي الى نزيف قد يتسبّب بوفاة نصف المرضى بعد ١٠-١٤ يومًا من بداية المرض (١).

لذلك، يجب على المسافرين الى البلدان الموبوءة تلقي اللقاح من أجل الوقاية من المرض ومنع انتقال الفيروس إلى البلدان التي تتواجد فيها الحشرات الناقلة للمرض (٣).

في هذا الاطار، يجب على جميع المسافرين إلى بلدان محددة في أفريقيا وأمريكا اللاتينية حيث يتواجد المرض (وفقًا لقائمة محدثة بانتظام من قبل منظمة الصحة العالمية) أن يتلقوا جرعة اللقاح قبل عشرة أيام على الأقل من المغادرة، علما انه بحسب احدث التوصيات العلمية من قبل منظمة الصحة العالمية، جرعة واحدة من اللقاح تبقى فعّالة مدى الحياة.

آلية الحصول على بطاقة التلقيح الدولية

ان لقاحي الحمى الصفراء والمكورات السحائية غير متوفرين حاليا في وزارة الصحة العامة، بالتالي، على المسافرين الاستحصال على هذه اللقاحات من القطاع الخاص وإحضار تقرير طبي رسمي من مراكز التلقيح، بالإضافة الى علبة اللقاح الفارغة ونسخة عن جواز سفرهم الى مركز الحجر الصحي التابع لوزارة الصحة العامة في مطار رفيق الحريري الدولي، أو الى مراكز وزارة الصحة العامة في المحافظات (بالنسبة للقاح السحايا) من أجل الحصول مجانا على بطاقة التلقيح الدولية.

أخيرا، لا بدّ من الانتباه الى التدابير والإجراءات الوقائية عند السفر من خلال تعزيز الوعي (غسل اليدين بشكل متكرر، تجنّب الاكتظاظ، تجنّب الإحتكاك بالحيوانات عند السفر...)، التي تعتبر خطوات فعالّة للحفاظ على صحة المسافرين.

:References

١. World Health Organization. International travel and health: situation as on ١ January ٢٠١٢ [Internet]. Geneva: World Health Organization; ٢٠١٢ [cited ٣٠ Apr ٢٠٢٤]. Available from: https://iris.who.int/handle/١٠٦٦٥/٧٥٣٢٩

٢. International travel and health ٢٠٢٤ [Internet]. [cited ١ May ٢٠٢٤]. Available from: https://www.who.int/publications-detail-redirect/٩٧٨٩٢٤١٥٨٠٤٧٢

٣. Vaccination for international travellers | The Australian Immunisation Handbook [Internet]. ٢٠٢٣ [cited ١ May ٢٠٢٤]. Available from: https://immunisationhandbook.health.gov.au/contents/vaccination-for-special-risk-groups/vaccination-for-international-travellers

٤. Fact sheet about malaria [Internet]. [cited ١ May ٢٠٢٤]. Available from: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malaria

٥. TRAVEL HEALTH | HR Portal [Internet]. [cited ١ May ٢٠٢٤]. Available from: https://hr.un.org/page/travel-health