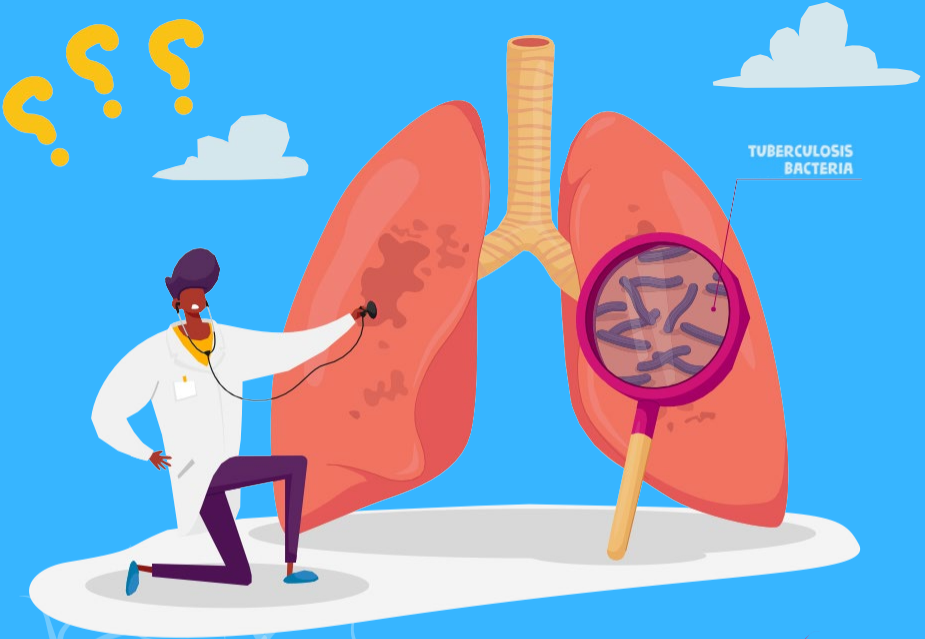


ما هي عدوى السُّلّ الكامن

الدليل التعليمي للمريض



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

Arabic

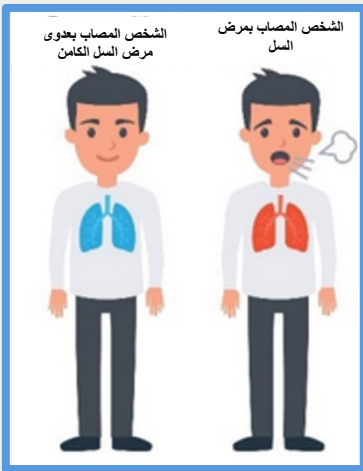
5	1. ما هي عدوى السلّ الكامن؟
5	2. ما الفرق بين عدوى السلّ الكامن ومرض السلّ؟
6	3. كيف تدخل جرثومة السلّ إلى الجسم؟
6	4. من هم الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بعدوى السلّ الكامن؟
7	5. كيف يتم تشخيص عدوى السلّ الكامن؟
8	6. علاج عدوى السلّ الكامن
11-9	7. كم من الوقت سوف أحتاج لتناول أدوية عدوى السلّ الكامن؟
12	8. أهمية علاج عدوى السلّ الكامن للوقاية من مرض السلّ النشط
12	9. لماذا من المهم إكمال جميع أدوية عدوى السلّ الكامن
13	10. الأطعمة التي يجب تناولها أثناء تناول أدوية علاج عدوى السلّ الكامن
14	11. العناية بنفسك: التمارين والتنفس والعناية الذاتية
15	12. شهادات المرضى
15	13. نحن مرضى السلّ: الناجون من مرض السلّ
16	الأسئلة المتداولة
17	معلومات عن عيادة الصحة العامة لعلاج مرض السلّ



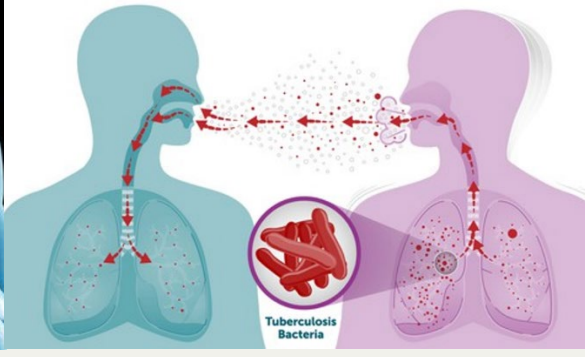
1. ما هي عدوى السلّ الكامن؟

- الأشخاص المصابون بعدوى السلّ لديهم جرثومة السلّ، ولكنهم لا يعانون من مرض السلّ. "كامن" هي كلمة أخرى لوصف عدوى السلّ "غير النشط".
- يمكن للجراثيم أن تختبئ داخل جسمك وتبقى "نائمة"، حتى لا تشعر بالمرض أو تنتشره للآخرين. ولكن إذا أصبح جسمك أضعف، فإن الجراثيم "تستيقظ" وتصبح نشطة وتجعلك مريضاً. هذا هو مرض السلّ، يمكن لأي شخص أن يصاب بجرثومة السلّ غير النشطة.
- يساعد علاج الأشخاص المصابين بالسلّ الكامن غير النشط على منع إصابتهم بمرض السلّ في وقت لاحق.

2. ما الفرق بين عدوى السلّ الكامن ومرض السلّ؟



كيف يختلف مرض السلّ الكامن عن مرض السلّ؟	
الشخص المصاب بمرض السلّ:	الشخص المصاب بعدوى مرض السلّ الكامن:
تظهر عليه الأعراض	لا تظهر عليه أية أعراض
يشعر بالمرض	لا يشعر بالمرض
يمكن أن ينشر الجراثيم إلى الآخرين	لا يمكن أن ينشر الجراثيم إلى الآخرين
يمكن أن يوقف العلاج إصابته بمرض السل	يمكن أن يوقف العلاج إصابته بمرض السل



3. كيف تدخل جرثومة السلّ إلى الجسم؟

يمكن أن تنتشر جراثيم السلّ في الهواء عندما يسعل الشخص المريض أو يعطس أو يتحدث أو يغني في غرفة لا يوجد بها هواء نقي.

إذا تنفست هذا الهواء، فمن الممكن أن تدخل الجراثيم إلى جسمك.

في البداية، قد تبقى جرثومة السلّ نائمة في جسمك. يُطلق على هذه الحالة اسم "عدوى السلّ الكامن"، وهي لا تجعلك تشعر بالمرض أو تنتشره إلى أشخاص آخرين. ولكن إذا أصبح جسمك ضعيفًا ولا يستطيع محاربة الجراثيم جيدًا، فقد تستيقظ جرثومة السلّ وتجعلك مريضًا. يُسمى هذا بمرض السلّ النشط.

4. من هم الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بعدوى السلّ الكامن؟

يمكن لأي شخص أن يصاب بجرثومة السلّ غير النشطة. من المرجح أن تصاب به إذا كانت لديك عوامل الخطر التالية:

الولادة أو السفر أو الإقامة (أكثر من شهر) في بلد ترتفع فيه معدلات الإصابة بمرض السلّ



إذا كنت تستعد لبدء تناول أدوية تقلل من حمايتك ضد العدوى، أو كنت تتناولها بالفعل، مثل علاج السرطان



الاتصال الوثيق مع شخص مصاب بمرض السلّ المعدي طوال حياته



أن تكون بدون مأوى حاليًا أو سابقًا أو في السجن



للمزيد من المعلومات:

https://www.cdc.gov/tb/media/Question_Answers_About_TB_English.pdf

6 <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/TB-Risk-Assessment.aspx>

5. كيف يتم تشخيص عدوى السلّ الكامن؟

يساعد اختبار عدوى السلّ الكامن الأشخاص على البقاء بصحة جيدة، خاصة إذا كانوا مصابين أو كانوا بالقرب من شخص مصاب بالسلّ النشط. يحتاج بعض الأشخاص إلى اختبار واحد فقط، ولكن قد يحتاج آخرون إلى إجراء اختبار كل عام إذا كانوا يعملون في أعمال عالية الخطورة، أو يعانون من حالات طبية أو أعراض أو تعرضوا لشخص مصاب بالسلّ النشط.

هناك نوعان من الاختبارات التي يمكن أن تحدد ما إذا كان الشخص مصاباً بجراثيم السلّ:



اختبار مرض السلّ في الدم



اختبار مرض السلّ في الجلد

للمزيد من المعلومات:

https://www.cdc.gov/tb/testing/blood-test.html#cdc_testing_how_to_get_tested-how-to-get-tested

6. علاج عدوى السلّ الكامن

لماذا يجب علي أن أتلقى العلاج؟

عندما تدخل بكتيريا السلّ جسمك لأول مرة، قد تظل البكتيريا (الجراثيم) غير نشطة، وهو ما يعرف بعدوى السلّ الكامن. في هذه المرحلة، أنت لا تشعر بالمرض ولا تظهر عليك أية أعراض ولا تنتشر المرض إلى الآخرين. ومع ذلك، إذا ضعف جهاز مناعتك، يمكن للبكتيريا أن تصبح نشطة مما يؤدي إلى إصابتك بمرض السلّ، الذي يجعلك مريضاً.

يساعد تناول أدوية علاج عدوى السلّ الكامن على قتل جراثيم السلّ، حتى لا "تستيقظ" وتجعلك مريضاً. يساعدك الدواء على الحفاظ على صحتك ويساعد في حماية عائلتك وأصدقائك أيضاً.



للمزيد من المعلومات:

https://www.cdc.gov/tb/media/Question_Answers_About_TB_English.pdf

7. كم من الوقت سوف أحتاج لتناول أدوية عدوى السل الكامن؟

إذا كان شخص ما مصابًا بعدوى السل الكامن، فإنه يتناول الأدوية للمساعدة في الحفاظ على صحة جسمه. يحتاج معظم الأشخاص إلى تناول الدواء لمدة تتراوح بين 3 إلى 4 أشهر. ولكن في بعض الأحيان، قد يحتاجون لتناول الدواء لمدة تتراوح بين 3 إلى 9 أشهر، اعتمادًا على نوع تعرضهم لمرض السل النشط وحالتهم الطبية وتوصيات طبيبيهم. بعض الأمثلة على علاجات عدوى السل الكامن:

أنظمة علاج عدوى السل الكامن

الدواء	المدة	التكرار	إجمالي الجرعات	الجرعة والمدة المعتمدة
إيزونيازيد ¹ و ريفامبين ¹¹ (3HR)	3 أشهر	مرة أسبوعيًا	12	البالغون والأطفال الذين تبلغ أعمارهم 12 سنة :INH 15 ملغ/كغ تقرب إلى أقرب 50 أو 100 ملغ. 900 ملغ كحد أقصى :RPT 10-14.0 كغ: 300 ملغ 14.1-25.0 كغ: 450 ملغ 25.1-32.0 كغ: 600 ملغ 32.1-49.9 كغ: 750 ملغ 250.0 كغ: 900 ملغ كحد أقصى
ريفامبين ⁸ (4R)	4 أشهر	يوميًا	120	البالغون: 10 ملغ/كغ، 600 ملغ كحد أقصى الأطفال: 10-15 ملغ/كغ، 600 ملغ كحد أقصى
إيزونيازيد ¹ و ريفامبين ⁸ (3HR)	3 أشهر	يوميًا	90	البالغون :INH 5 ملغ/كغ، 300 ملغ كحد أقصى :RIF 10 ملغ/كغ، 600 ملغ كحد أقصى
	6 أشهر	يوميًا	180	البالغون :INH 20-10 ملغ/كغ، 300 ملغ كحد أقصى :RIF 20-15 ملغ/كغ، 600 ملغ كحد أقصى
	9 أشهر	يوميًا	270	البالغون :INH 20-10 ملغ/كغ، 300 ملغ كحد أقصى :RIF 20-10 ملغ/كغ، 600 ملغ كحد أقصى
إيزونيازيد ¹ (6H/9H)	9 أشهر	مرتين أسبوعيًا*	76	البالغون :INH 20-10 ملغ/كغ، 300 ملغ كحد أقصى :RIF 20-10 ملغ/كغ، 600 ملغ كحد أقصى

يتم إعطاء فيتامين ب عادة، وفي حالات نادرة، أدوية أخرى أقوى.

للمزيد من المعلومات: <https://www.cdc.gov/tb/treatment/inactive-tuberculosis.html>



ما هي الآثار الجانبية الشائعة للأدوية المستخدمة لعلاج عدوى السل الكامن؟

يمكن لجميع الأدوية، حتى الفيتامينات، أن تسبب في بعض الأحيان آثارًا جانبية، على الرغم من أن معظم الأشخاص يتناولونها دون مشاكل. أحد الآثار الجانبية غير الضارة لدواء ريفامبين هو أنه يمكن أن يحول لون الدموع والعرق والبول إلى اللون البرتقالي-الأحمر. يعتبر هذا الأثر طبيعيًا وسيختفي بعد توقف العلاج. إذا كنت تضع عدسات لينة فقد تترك دموعك التي تغير لونها بقعًا دائمة عليها، لذلك قد ينصحك مقدم الرعاية الصحية بتجنب ارتدائها أثناء العلاج.

إذا كنت تعتقد أنك تعاني من أحد الآثار الجانبية، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية أو الممرض على الفور. قد يطلبون منك التوقف عن تناول دواء السل الكامن أو الحضور لإجراء اختبارات المتابعة.

قد تشمل الآثار الجانبية الشائعة ما يلي:

- الطفح الجلدي
- الغثيان
- القيء
- الإسهال
- الإرهاق
- أعراض تشبه أعراض الأنفلونزا
- الدوخة أو الدوار

قبل بدء العلاج:

- تأكد من إخبار الممرض أو مقدم الرعاية الصحية عن جميع الأدوية التي تتناولها. يمكن لبعض الأدوية أن تتداخل مع علاج السلّ الكامن وقد تسبب آثاراً جانبية، مثل الغثيان. تساعد مشاركة هذه المعلومات على منع المشاكل وضمان أن يكون علاجك آمناً وفعالاً.



إذا كنت تستخدمين
حبوب منع الحمل،
فتحدثي إلى الممرض أو
مقدم الرعاية الصحية
قبل البدء في تناول أي
دواء جديد.



أخبر ممرضك أو مقدم
الرعاية الصحية إذا كنتِ
امراً حاملاً أو تعتقدين أنكِ
حامل أو إذا كنتِ ترضعين
طفلك رضاعة طبيعية.
يساعد هذا في الحفاظ على
سلامتك وسلامة طفلكِ.



8. أهمية علاج عدوى السلّ الكامن للوقاية من مرض السلّ النشط

إن علاج عدوى السلّ الكامن يمنع الإصابة بمرض السلّ لأنه:

- إذا ترك المرض دون علاج، فإن واحداً من كل 10 أشخاص مصابين بالسلّ الكامن سوف يصابون بمرض السلّ النشط. يمكن أن ينتشر مرض السلّ النشط إلى الآخرين وقد يكون مميتاً.
- يمكن للأشخاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة، أو المصابين بمرض السكري، أو السرطان، أو فيروس نقص المناعة البشرية، أن يصابوا بمرض السلّ بسهولة أكبر. وتواجه أجسامهم صعوبة أكبر في محاربة الجراثيم المسببة لمرض السلّ.
- معظم الأشخاص الذين أصيبوا بمرض السلّ النشط لم يتناولوا أدوية السلّ الكامن. إن تناول الدواء مبكراً قد يساعدك في الحفاظ على صحتك لاحقاً.

9. لماذا من المهم إكمال تناول

جميع أدوية عدوى السلّ الكامن

- عدوى السلّ الكامن تعني أن لديك جراثيم السلّ في جسمك، ولكنك لا تشعر بالمرض. إذا أصبح جهاز مناعتك ضعيفاً، فقد تستيقظ الجراثيم وتجعلك مريضاً. إن تناول كافة أدويةك يساعد على عدم استيقاظ الجراثيم.
- للتخلص من جراثيم السلّ الموجودة في جسمك، تناول جميع أدوية مرض السلّ الكامن.
- يساعد علاج السلّ الكامن على منع تحوله السلّ النشط. وهذا يعني أنه لن ينتشر إلى أشخاص آخرين.
- إذا لم تكمل جميع أدوية السلّ، فقد تصبح جراثيم السلّ أقوى ويصعب القضاء عليها. يُطلق على هذا المرض اسم السلّ المقاوم للأدوية، وهو أصعب في العلاج.

لا تفوت أية جرعات. لا تتوقف عن تناول الدواء مبكراً!



Preventing Tuberculosis
Take steps to prevent tuberculosis (TB).
Tuberculosis (TB) / Apr 17

10. الأطعمة التي يجب تناولها أثناء تناول أدوية علاج عدوى السل الكامن:

تناول الأطعمة الصحية أثناء تناول دواء السل الكامن. يساعد النظام الغذائي الجيد جسمك على الشفاء بشكل أسرع ويجعل الدواء يعمل بشكل أفضل.

• الأطعمة الغنية بالبروتين:

- البيض
- الفاصوليا والعدس
- المكسرات والبذور
- اللحوم الخالية من الدهون (الدجاج والأسماك والديك الرومي)

• الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية:

- التوت
- الحمضيات
- الخضروات الورقية الخضراء الداكنة

• الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية:

- الأفوكادو
- الجبن
- الحليب الكامل والزبادي
- الفواكه الجافة
- الشوكولاتة الداكنة
- ألواح الغرانولا



➡ زيادة تناول السوائل مثل الماء وماء جوز الهند

تتصح مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) بتجنب المشروبات الكحولية مثل النبيذ والبيرة والمشروبات الكحولية أثناء تناول أدوية علاج عدوى السل الكامن. تحدث إلى مقدم الرعاية الصحية حول أي مواد أو أنشطة أخرى يجب عليك تجنبها أثناء العلاج.



Treating Inactive Tuberculosis

Treating inactive tuberculosis is the best way to prevent active TB disease.

Tuberculosis (TB) / Apr 17

للمزيد من المعلومات: <https://www.cdc.gov/tb/treatment/inactive-tuberculosis.html>

11. العناية بنفسك: التمارين والتنفس والعناية الذاتية

إليك بعض نصائح العناية الذاتية أثناء تناول أدوية السلّ الكامن:

برنامج تناول الدواء

اتبع تعليمات الممرض أو مقدم الرعاية الصحية بعناية. تناول دواءك كما هو موصوف بالضبط، بالجرعة الصحيحة وفي الوقت المناسب.

تناول الدواء مع الطعام:

إذا كنت تشعر باضطراب في معدتك، تحدث إلى مقدم الرعاية الصحية. قد ينصحك بتناول أدويةك مع الطعام.

استعن بمذكرات:

استخدم أجهزة التنبيه أو علب الأدوية أو أكتب ملاحظات تساعدك على تذكر تناول الدواء بانتظام.

احتفظ بقائمة الأدوية:

اعرف الأدوية التي تتناولها ولماذا تتناولها.

الآثار الجانبية:

يرجى إبلاغ ممرضك أو مقدم الرعاية الصحية إذا كنت تشعر بأي آثار جانبية أو لديك أسئلة حول علاجك.

اغسل يديك:

اغسل يديك بالماء والصابون، خاصة بعد السعال أو العطس أو استخدام الحمام.

احصل على الراحة الكافية:

الحصول على قسط كاف من النوم يساعد جسمك على الشفاء والبقاء قويا.

تغلب على التوتر:

مارس أنشطة الاسترخاء مثل التنفس العميق أو التأمل أو اليوغا.

احترم مواعيدك الطبية:

احرص على مراجعة طبيبك في كل مواعيدك حتى يتمكن من رؤية حالتك ومساعدتك على الشعور بأفضل حال.

لمزيد من المعلومات: <https://www.webmd.com/lung/tuberculosis-prevention>

12. قصص مرضى السلّ

لا يزال مرض السلّ يمثل مشكلة صحية كبيرة في الولايات المتحدة. ويمكن أن يصيب أي شخص، بغض النظر عن المكان الذي أتى منه. تحكي هذه القصص حال الشخص المصاب بعدوى السلّ الكامن أو السلّ النشط، وكيف يحاول العاملون في مجال الصحة علاجه.



Tuberculosis Personal Stories
Highlights the experiences of people diagnosed and treated for inactive TB and active TB disease.
Tuberculosis (TB) Feb 5

<https://www.cdc.gov/tb/stories/index.html>

امسح هنا للعثور على قصص شخصية عن مرض السلّ

13. نحن مرضى السلّ: الناجون من مرض السلّ

"نحن مرضى السلّ" هي شبكة دعم ومناصرة وطنية يقودها أشخاص أصيبوا شخصيًا من مرض السلّ. مهمتها هي تمكين الأفراد المتضررين من مرض السلّ وتثقيفهم وربطهم بالشراكة مع العيادات ومقدمي الرعاية الصحية لتحسين الرعاية والدعم والنتائج للجميع. كما تساعد المرضى والأطباء من خلال مشاركة قصص المرضى لمساعدة الآخرين على فهم مرض السلّ والشعور بأنهم ليسوا وحيدين.



<https://www.wearerb.com>

امسح هنا لمعرفة المزيد عن شبكة نحن مرضى السلّ



NTCA
National Tuberculosis
Coalition of America

ممة التحالف الوطني لمرضى السلّ في أمريكا (NTCA)
"حماية الصحة العامة من خلال تعزيز القضاء على مرض السلّ في الولايات المتحدة من خلال العمل المتضافر للبرامج الحكومية والمحلية والإقليمية".

امسح هنا لمعرفة المزيد عن NTCA

<https://www.tbcontrollers.org/community>

1. هل يوجد لقاح ضد مرض السل النشط؟

- **Bacille Calmette-Guérin (BCG)** هو لقاح ضد مرض السل النشط والذي يتم إعطاؤه غالبًا للعديد من الأشخاص خارج الولايات المتحدة.
- لا يُستخدم هذا اللقاح بشكل عام في الولايات المتحدة بسبب:
 - انخفاض خطر الإصابة ببكتيريا السل في الولايات المتحدة
 - يتمتع اللقاح بفعالية متفاوتة ضد مرض السل الرئوي لدى البالغين. لا يزال بإمكانك الإصابة بمرض السل غير النشط والنشط حتى مع تلقيك لقاح BCG سابقًا و
 - يمكن أن يجعل اللقاح اختبار مرض السل في الجلد يبدو إيجابيًا، حتى لو لم تكن مصابًا بمرض السل.
- أخبر ممرضك أو مقدم الرعاية الصحية إذا كنت قد تلقيت لقاح السل.

2. هل يوفر لي لقاح **Bacille Calmette-Guérin (BCG)** الحماية الكاملة من مرض السل النشط؟

- لا يحمي لقاح BCG TB الأشخاص من الإصابة بمرض السل النشط في الرئتين، وهو الشكل الأكثر شيوعًا للمرض في الولايات المتحدة.



Tuberculosis Vaccine

Bacille Calmette-Guérin (BCG) is a vaccine for TB disease. It is not generally used in the U.S.

Tuberculosis (TB) / Feb 5

لقاح BCG هو لقاح يساعد على حماية الأشخاص من مرض السل، ولكن هذه الحقنة لا تفيد الجميع دائمًا.

يفيد اللقاح في بعض الأحيان المرضى بشكل جيد، وفي أحيان أخرى لا يفيدهم على الإطلاق. وهذا يعني أنه حتى لو حصل شخص ما على لقاح BCG، فإنه لا يزال من الممكن أن يصاب بمرض السل في وقت لاحق.

<https://www.cdc.gov/tb/vaccines/index.html>

3. هل أحتاج إلى عزل نفسي إذا كنت مصابًا بعدوى السل الكامن؟

لا، ليس من الضروري للأشخاص المصابين بعدوى السل الكامن أن يبتعدوا عن الآخرين. لأنه ليس معديًا ولا يمكنه نشر جراثيم السل. بإمكانهم الذهاب إلى المدرسة والعمل والسفر كالمعتاد. يمكن فقط للأشخاص المصابين بمرض السل النشط أن ينشروا الجراثيم إلى الآخرين.

ممرض الصحة العامة الخاصة هو:

عيادة مرضى السلّ الخاصة بك هي:

رقم هاتف عيادة مرضى السُّل:

جدول عيادة تمریض السُّلّ.pdf



DPH Public Health Centers

Nurse Only Clinic Registration Schedule



All schedules are subject to change and clinics are closed during <https://www.mass.gov/info-details/covid-19-closure-schedules>. The following checklist reflects registration hours and clinics open for 15 minutes after registration hours. Please call ahead to confirm our hours and to schedule an appointment. Please arrive 15 minutes prior to your appointment.

United with an appointment is available on the same day - Walk-in appointments should arrive as early as possible to improve the likelihood of being seen.

Nurse Only Clinic provides:

- All initial immunizations and TB testing
- Adult immunizations for those unimmunized and underimmunized
- TB testing for those in congregate living, other situations as well as unimmunized and underimmunized
- COVID (diagnosis and testing for all age groups)
- Flu Vaccines
- Sexual Health

There is a 25% assistance fee per patient for each visit to our Nurse Only Clinic and \$25.00 for families of all ages. The fee is waived if assistance is provided at the time of registration.

Andover Health Center

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
APR	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic
MAY	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic

Address: 125 Middlebury Rd
ANDOVER, MA 01810

Business Office: (978) 474-4022
(Outside Boston: 800-243-9494)

Andover Valley DHA

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
APR	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic
MAY	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic

Address: 1333 North St
Andover, MA 01810

Business Office: (978) 696-0903

Andover Valley DHA

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
APR	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic
MAY	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic

Address: 1333 North St
Andover, MA 01810

Business Office: (978) 696-0903

Students only open on the first Friday of each month.

East Greenwich Health Center

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
APR	7:30-10:30 AM	7:30-10:30 AM	No Clinic	No Clinic	No Clinic
MAY	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic

Address: 1000 STATE AVE
EAST GREENWICH, MA 01935

Business Office: (508) 920-3620

قم بزيارة الرابط أدناه للوصول إلى أحدث جدول عيادة
تمريض السُّلّ بصيغة pdf أو امسح رمز الاستجابة
السرّبعة

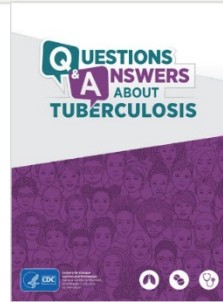
<http://ph.lacounty.gov/tb/docs/nurseclinic.pdf>



Questions and Answers About Tuberculosis Booklet

Questions and Answers About TB has information on inactive TB and TB disease.

[cdc.gov](https://www.cdc.gov)



Treating Tuberculosis

Both inactive tuberculosis (TB) and active TB disease can be treated.

 Tuberculosis (TB) / Apr 17

<https://www.cdc.gov/tb/communication-resources/tb-questions-and-answers-booklet.html>



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

