

الحصبة: تعرف على الفرق بين الحقائق والخرافات

❌ **الخرافة:** لا تُعد الحصبة مرضًا خطيرًا، بل "مجرد نزلة برد".

✅ **الحقيقة:** يمكن أن تسبب الحصبة مضاعفات شديدة الخطورة، مثل الالتهاب الرئوي (عدوى تصيب الرئة) والتهاب الدماغ (الوذمة الدماغية)، بل وحتى الموت، فهي أكثر شيوعًا بين الأطفال الصغار الذين لم يتلقوا اللقاح. تشير التقديرات إلى وفاة من 1 إلى 3 أطفال من كل 1,000 طفل مصاب بالحصبة.

❌ **الخرافة:** تم القضاء على الحصبة في الولايات المتحدة.

✅ **الحقيقة:** قُضي على الحصبة فعليًا في الولايات المتحدة عام 2000، وذلك بسبب توفر لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) الفعال للغاية وارتفاع معدلات التلقيح. يجب تطعيم ما لا يقل عن 95% من المجتمع لمنع ارتفاع معدلات حالات الحصبة وتفشيها. لسوء الحظ، لا تزال حالات تفشي الحصبة تحدث بسبب انخفاض معدلات التلقيح وسفر الأشخاص الذين لم يتلقوا اللقاح.



❌ **الخرافة:** يستطيع الجهاز المناعي الطبيعي حمايتك من الإصابة بالحصبة.

✅ **الحقيقة:** الحصبة مرض شديد العدوى وينتشر بسهولة. يمكن أن يصيب الشخص المصاب بالحصبة 9 من أصل 10 من مخالطيه إذا لم يتلقوا اللقاح، بغض النظر عن السجل الطبي أو نظام التغذية. تنتشر الإصابة من خلال الرذاذ الذي يخرج في الهواء عندما يسعل الشخص المصاب أو يعطس. يظل فيروس الحصبة نشطًا ومعديًا في الهواء أو على الأسطح الملوثة بالعدوى لمدة تصل إلى ساعتين بعد خروج الشخص المصاب من الغرفة. من أكثر الطرق فعالية وأفضلها للوقاية من الإصابة بالحصبة هي الحصول على الحصبة الألمانية (MMR).

❌ **الخرافة:** يسهم الأشخاص الذين تلقوا اللقاح وزيارات إعطاء اللقاح في نشر الحصبة.

✅ **الحقيقة:** يحتوي لقاح الحصبة على سلالة حية ضعيفة من الفيروس لا تستطيع أن تصيب الأشخاص بالعدوى، ولم تُسجل أي حالة مؤكدة تُثبت انتقال العدوى من اللقاح إلى الآخرين. تحدث حالات الحصبة وتفشيها بسبب سلاسة فيروس الحصبة البرية، وليست السلالة المستخدمة في اللقاح. لا يسبب لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) الحصبة، لكنه يدرب جهازك المناعي على التعرف على فيروس الحصبة وتعزيز الحماية ضده.



❌ **الخرافة:** لقاح الحصبة غير فعال وخطير.

✅ **الحقيقة:** يمنع لقاح الحصبة والنكاف الإصابة بهذه الأمراض الفيروسية الثلاثة. ويعتبر لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) فعال للغاية في الوقاية من مرض الحصبة، حيث تبلغ فاعلية جرعتين من اللقاح 97% في الوقاية من الحصبة وتمنحك المناعة مدى الحياة. كما لم تسجل حالات وفاة ناتجة عن تلقي لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) في الأشخاص الأصحاء. يُعد لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية آمنًا للغاية، إلا أنه قد ينتج عنه بعض الآثار الجانبية المؤقتة، والتي تشمل ألمًا في الذراع (موضع الحقن) والحمى والطفح الجلدي الخفيف والألم المؤقت في المفاصل وتيبسها. كما يُعد الحصول على لقاح الحصبة أكثر أمانًا من الإصابة بعدوى الحصبة.



✗ الخرافة: يتسبب لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) في الإصابة باضطراب التوحد.
✓ الحقيقة: لا توجد أي علاقة بين لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) والإصابة باضطراب طيف التوحد. تم إجراء العديد من الدراسات واسعة النطاق والموتقة على مئات الآلاف من الأطفال، ولم تظهر أي دليل على أن لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) يسبب التوحد. لا يحتوي اللقاح على أي مكونات يمكن أن تؤثر على الدماغ أو الجهاز العصبي أو تحدث فيهما أي تغييرات.

تحدث معظم التغيرات الدماغية المرتبطة باضطراب طيف التوحد أثناء نمو الجنين في الرحم أو أثناء ولادته، أي قبل أن يتلقى الطفل أي لقاحات بوقت طويل. وتُعد الإصابة بمرض اضطراب طيف التوحد وراثية بنسبة 85%. كما أظهرت الأدلة أيضاً أن العوامل البيئية قد تسهم في خطر الإصابة بمرض اضطراب طيف التوحد، والتي تشمل العمر الأبوي المتقدم والولادة المبكرة وانخفاض وزن المولود عند الولادة والتعرض لتلوث الهواء أو بعض المبيدات الحشرية أثناء الحمل وحالة الأم الصحية، مثل إصابتها بداء السكري أو اضطرابات المناعة الذاتية.

✗ الخرافة: يمكن الوقاية من الإصابة بمرض الحصبة بالعلاجات البديلة مثل تناول فيتامين أ.

✓ الحقيقة: لا توجد أي إجراءات وقائية مثبتة تعتمد على أنظمة غذائية أو نمط حياة يحمي من الإصابة بمرض الحصبة. من أكثر الطرق فعالية وأفضلها للوقاية من الإصابة بالحصبة هي الحصول على لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR). يوصي مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) بإعطاء جميع الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 12 و15 شهراً جرعتين من لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR)، ثم تعطى الجرعة الثانية عندما يتراوح عمر الطفل بين 4 و6 سنوات. سيستغرق اللقاح حوالي أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع للحصول على الحماية الكاملة. إذا كانت أفراد أسرتك تسافر إلى الخارج، فتحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك حول الحصول على لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) في أقرب وقت ممكن.

يساعد تناول فيتامين أ في بعض الأحيان في تعزيز علاج الأطفال الصغار المصابين بالحصبة الشديدة. ويجب أن يتم هذا العلاج تحت إشراف مقدم الرعاية الصحية في المستشفى، لكن لن يحميك فيتامين أ من الإصابة بعدوى الحصبة. يتميز فيتامين أ بدوره في تقوية الجهاز المناعي. لكنه لا يُعد علاجاً لعدوى الحصبة، ولا يمكن استبداله بلقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR). قد يسبب الإفراط في تناول فيتامين أ جرعات كبيرة في الإصابة ببعض الأضرار الخطيرة والناجمة عن سمية الجرعة، مثل الإصابة بأمراض الجهاز العصبي والفشل الكبدي.



المزيد من المعلومات

إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في العثور على جهة تطعيم أخرى، فيرجى زيارة:

VFC.ILLINOIS.GOV/SEARCH/



CHICAGO.GOV/MEASLES

تقدم عيادات إعطاء اللقاح التابعة لإدارة الصحة العامة بشيكاغو (CDPH) خدماتها لجميع سكان شيكاغو. وقد يطلب منك تقديم سند الإقامة للاطلاع عليه.

CHICAGO.GOV/VACCINES

المراجع:

Casler, A. (2019 مايو 2). 10 Common Myths About Measles – and the Real Facts. Orland Health. <https://www.arnoldpalmerhospital.com/content-hub/10-common-myths-about-measlesand-the-real-facts>
Center of Diseases Control and Prevention. (2025 يناير 17). Measles Vaccination. <https://www.cdc.gov/measles/vaccines/index.html#:~:text=The%20vaccine%20is%20safe%20and%20away%20on%20their%20own>
Children's Hospital Colorado. (2025 مارس 11). Facts About Measles in Kids: What Parents Need to Know. <https://www.childrenscolorado.org/just-ask-childrens/articles/measles/#:~:text=Despite%20myths%20and%20misinformation%2C%20vaccines.number%20of%20cases%20in%202024>
The Infectious Diseases Society of America. (2025 أبريل 8). Measles Vaccination: Know the Facts. <https://www.idsociety.org/public-health/measles/know-the-facts/>
National Institute of Environmental Health Sciences. (2025 أبريل 1). Autism. <https://www.niehs.nih.gov/health/topics/conditions/autism>