

ينتشر الهربس بسهولة من خلال التقبيل والجنس، ويمكنه أن يسبب تقرّحات مؤلمة على الأعضاء التناسلية والفم والشرح. ليس له علاج ولكن يمكن للأدوية أن تساعد. قد يساعد العازل المطاطي والأدوية في منع انتقال العدوى.

الهربس (الحلأ) (Herpes)

تم تحديثها في ٢٥ آذار/مارس ٢٠١١

ما هو الهربس؟ (What is herpes?)

الهربس هو التهاب ينتقل عبر الجنس وسببه فيروس الهربس البسيط (herpes simplex virus HSV). وهناك نوعان من فيروس الهربس البسيط: HSV1 و HSV2. ويمكن للنوعين أن يصيبا الشفاه أو الفم أو الأعضاء التناسلية أو منطقة الشرج، ويمكن أن يصاب الشخص بكل النوعين HSV1 و HSV2. ويعرف فيروس الهربس البسيط عندما يصيب الشفاه والفم بقرحة الزكام، وعندما يصيب الأعضاء التناسلية ومنطقة الشرج يسمى هربس التناسلي أو الشرجي.

ما يقارب الـ ٧٥ من كل ١٠٠ شخص أسترالي راشد مصابون بفيروس الهربس البسيط (HSV1)، وما يقارب الـ ١٢ من كل ١٠٠ مصابون بـ HSV2. النساء أكثر عرضة من الرجال بمرتين للإصابة بـ HSV2.

يدخل الهربس إلى الجسم من خلال جلد الفم والأعضاء التناسلية والشرح، أو من خلال جروح أو خدوش صغيرة جداً على الجلد، وهو يعيش في الأعصاب الموجودة تحت الجلد وقد يبقى هناك، غير ناشط أو ملحوظ، لسنوات عديدة.

ما هي الأعراض؟ (What are the symptoms?)

يمكن للأعراض أن تظهر بعد أيام أو أسابيع أو أشهر من الإصابة. يمكن أن تبدأ الأعراض من خلال إشارات تحذيرية بسيطة كالإحساس بالوخز أو الحكّة أو الألم في المنطقة المصابة. وقد يتبع ذلك قروح قد تنشقق وتصبح تقرّحات مؤلمة. وتشفى التقرّحات من تلقاء نفسها لكنها قد تسبب الحكّة. وقد تستمر هذه الفورة لمدة أسبوع من الوقت الذي تبدأ فيه أولى الأعراض لحين شفاء التقرّحات.

والمرة الأولى التي تظهر فيها الأعراض هي عادة الأطول والأكثر إيلاًماً. بعض الأشخاص يعانون من الأعراض مرة واحدة فقط، وآخرون يعانون من الأعراض أحياناً. وقليلون يعانون من مشاكل أكثر بسبب الأعراض، ولكن ذلك يتحسن مع الوقت. الأدوية تساعد في التخفيف من الأعراض.

كما أن هناك العديد من الأشخاص المصابين بالهربس ولا يعانون من أي أعراض ولا يدركون بأنهم مصابون به.

كيف تنتقل العدوى؟ (How is it transmitted?)

تنتقل عدوى الهربس من خلال الاتصال الجلدي أثناء ممارسة الجنس المهبطي أو الشرجي أو الفموي، وأثناء المداعبة أو الجنس بدون إيلاج أو من خلال التقبيل. يمكن أن تنتقل عدوى الهربس حتى عند عدم وجود أي إشارات أو أعراض.

إذا كانت المرأة الحامل مصابة بنوبة من الهربس التناسلي عند الوضع فقد تنتقل الفيروس إلى طفلها عندما يمر في قناة الولادة. انتقال عدوى الهربس أثناء الولادة قد يسبب مضاعفات خطيرة للأطفال، لذا على الحوامل إخبار أطباء الولادة أو القابلات إذا كان قد تم تشخيص الهربس لديهن من قبل.

إذا حصلت أول نوبة من الهربس أثناء الحمل فقد تسبب مضاعفات أيضاً، لذا على الحوامل اللواتي يشتبهن بأنهن قد أصبن بعدوى الهربس أثناء فترة الحمل الحصول على نصيحة طبية فوراً.

على الحوامل التي لا تعانين من أية أعراض والتي تم تشخيص الهربس لدى أزواجهن استشارة أطبائهن أو أطباء التوليد.

كيف يمكن الوقاية منه؟ (How is it prevented?)

استخدام العازل المطاطي ومادة مخففة للاحتكاك مائة المصدر قد يخفف بشكل كبير من خطر انتقال الهربس وغير ذلك من الأمراض الجنسية المعدية. كما يخفف تناول الأدوية المضادة للفيروسات من خطر انتقال عدوى الهربس.

اخضع/ي لفحوصات الأمراض التي تنتقل عبر الجنس بانتظام للكشف عن أية عدوى قبل حصول مضاعفات ولمنع انتقالها للآخرين. يجب استخدام العازل المطاطي دائماً.

تجنّب الاتصال الجلدي إذا ظهرت الأعراض على الفم أو الأعضاء التناسلية أو الشرج يوفر المزيد من الحماية.

كيف يتم تشخيصه؟ (How is it diagnosed?)

عند وجود أعراض، يمكن للطبيب أن يفحص للتحقق من الإصابة بالهربس من خلال أخذ مسحة (باستخدام عود طويل قطني الطرف) من القروح أو التقرّحات. قد يتمكن الطبيب أيضاً من تشخيص الهربس من خلال إجراء فحص جسدي. من الضروري استشارة طبيب بأسرع وقت ممكن عند وجود أعراض.

في غياب أية أعراض، يمكن أخذ عينة دم للتحقق من وجود أجسام مضادة للهربس. لا يمكن لهذا الفحص أن يظهر مكان وجود الإصابة (على الفم أو الأعضاء التناسلية أو منطقة الشرج)، وقد لا يظهر وجود إصابة فوراً لأن تكوّن الأجسام المضادة للهربس قد يستغرق بين ٣ و ٦ أشهر.

لا يمكن لفحوصات الهربس أن تبيّن متى حصلت العدوى، لأنه يمكن للهربس أن يبقى ساكناً و غير ملحوظ لأشهر أو سنوات قبل ظهور أية أعراض.

كيف يتم علاجه؟ (How is it treated?)

تساعد الأدوية المضادة للفيروسات على التقليل من الأعراض وانتقال العدوى، ولكن لا يوجد علاج شافٍ للهربس. يمكن أن يبدأ تناول الأدوية في أبكر وقت ممكن قبل أو بعد ظهور القروح، وهذا ما يجعلها أكثر فعالية في السيطرة على مدة الأعراض وحدتها. يمكن للأشخاص الذين تظهر لديهم أعراض الهربس بشكل متكرر تناول أدوية مضادة للفيروسات كل يوم للتقليل من تكرارها.

السيطرة على أعراض الهربس أمر ضروري. من المفيد الحفاظ على جفاف المنطقة وارتداء ملابس فضفاضة والراحة. الاستحمام بالماء المالح وتناول البراسيتمول قد يخففان من الألم. يمكن للطبيب أن يقدم الدعم من خلال الحدّ من التأثيرات النفسية والعاطفية للهربس أو قد يحيلك إلى تلقي الإرشاد.

إخبار الشريك (Telling partners)

إذا كنت مصاباً/ة بالهربس من الضروري إخبار شريكك/شريكتك الجنسي/ة لكي يدرك احتمال انتقال العدوى ومخاطرها وكيفية التفكير بالخضوع للفحص. يمكن للطبيب مساعدتك في تحديد الأشخاص الذين قد يكونون في خطر والاتصال بهم. وإذا أردت، يمكن أن يقوم الطبيب بإجراء الاتصال أو الاتصالات.

المعلومات المذكورة في هذه النشرة هي معلومات عامة و عليك مراجعة الطبيب إذا كنت قلقاً بشأن صحتك.

للاتصال (Contact)

الرقم المجاني لخط المعلومات التابع للصحة الجنسية في نيو ساوث ويلز 1800 451 624. اسأل/ي في عيادة الصحة الجنسية المحلية أو خط المعلومات التابع للصحة الجنسية في نيو ساوث ويلز عن مجموعات الدعم الخاصة بالهربس.