Direttorat għall-Promozzjoni tas-Saħħa u Prevenzjoni tal-Mard
Sovrintendenza tas-Saħħa Pubblika
Ministeru tas-Saħħa, l-Anzjani u Kura fil-Komunità

Il-Marda ta' l-Idejn, is-Saqajn u l-Ħalq

Introduzzjoni

Il-marda ta' l-idejn, is-saqajn u l-ħalq (hand, foot and mouth disease) hi infezzjoni minn virus li taffetwa l-iktar lit-trabi u lit-tfal żgħar. Din il-marda ġeneralment ma tħallix konsegwenzi serji pero taf tkun ta' skumdita' għall-marid.

Is-sintomi jinkludu fost oħrajn:

- għejja, nuqqas ta'aptit, uġigħ fil-griżmejn, sogħla u deni
- raxx jew ponot fuq il- pala ta' l-idejn jew tas-saqajn
- ulċeri fil-ħalq li jiskomodaw lill-marid

Meta għandek tirrikorri għand it-tabib?

Din l-infezzjoni hija marda li tgħaddi waħedha. Is-sintomi ġeneralment idumu xi sebgħat ijiem.

Dak li jkun għandu jikkuntatja lit-tabib, jekk il-marid ma jkunx jista' jixrob minħabba l-ulċeri tal-ħalq u jekk is-sintomi jdumu iktar minn ġimgħa.

Kura

Preżentament ma hemm l-ebda kura għal din il-marda. L-importanti huwa li nżommu lit-tfal tagħna komdi u nħeġġuhom biex jixorbu ħalli dawn ma jixxotawx. Bħala kura wieħed għamdu juża l-mediċini biex jikkontrolla d-deni u l-uġigħ tal-ħalq.

X'inhu l-kaġun ta' din il-marda?

Il-marda hi infezzjoni kkaġunata minn grupp ta' viruses li jissejħu *enteroviruses*. L-iktar tnejn komuni li jikkawżaw din il-marda huma il-*Coxsackievirus A16* u l-*Enterovirus 71.*

X'inhu l-*incubation period*?

Il-perjodu minn mindu wieħed jiltaqa' mal-mikrobu sakemm joħorġu s-sintomi, ġeneralment huwa ta' ħamest ijiem.

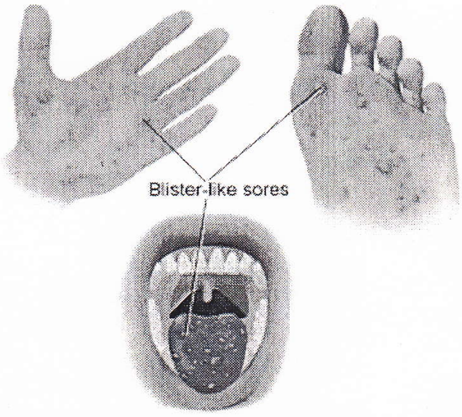
Kif tinxtered din il-marda?

Il-virus faċilment jinxtered. Il-marid għandu l- potenzjal li jibqa' jxerred dan il-virus, saħansitra għall- ġranet wara li tkun bdiet l-infezzjoni.

It-tfal għandna nibgħatuhom lura lejn l-iskola jew in-nursery, biss wara li jkun għaddilhom u wara li l-ponot ikunu kollha nixfu; dan ġeneralment ifisser wara xi sebat ijem.

L-infezzjoni tista' tinxtered permezz ta':

1. bl-għatis u s-sogħla
2. oġġetti li t-tfal jistgħu jagħmlu f'ħalqhom eżempju ġugarelli, lapsijiet eċċ u jużahom ħaddieħor
3. Nuqqas ta' iġene ta' l-idejn (wara li wieħed juża *t-toilet* jew ibiddel xi *nappy*)
4. kuntatt mal-likwidu tal-ponot u s-saliva ta' xi ħadd infettat



Hand, Foot, and Mouth Disease

Ġeneralment it-tfal jiżvillupaw immunita' għal dan il-virus wara li jkunu mardu bih.

Kumplikazzjonijiet

Importanti li nevitaw li t-tfal tagħna jixxuttaw minħabba li ma jkunux qegħdin jixorbu biżżejjed. Jekk il-marid ma jkunx qiegħed jixrob, it-tabib jista' jirreferih l-isptar.

Min jista' jimrad bil- marda ta' l-Idejn, is-Saqajn u l- Ħalq?

- Din hija marda komuni
- Din taffetwa l-iktar lit-tfal ta' għaxar snin jew inqas pero tista' taffetwa ukoll lill-adulti
- Is-sintomi ġeneralment ikunu iktar ħfief fl-adulti
- Taffetwa b'mod ugwali kemm lill-irgiel kif ukoll lin-nisa

Din il- marda ma għandha xejn x'taqsam mal-marda ta' l-ilsien u d-dwiefer fl-annimali. Din l-infezzjoni ma tittiħedx mill-annimali.

Sorsi:

http://www.nhs.uk/Conditions/Hand-foot-and-mouth-diseases/Pages/Introduction.aspx

http://www.cdc.gov/hand-foot-mouth/index.html