

### מהי חצבת?

חצבת היא מחלה נשימתית המלווה בפריחה. המחלה נגרמת על ידי נגיף הנקרא 'רובאולה'.

### מי עלול לחלות בחצבת?

כל מי שלא קיבל את מלוא החיסון נגד חצבת (כלומר 2 מנות מרכובת MMR - חצבת, חזרת ואדמת) או מי שאין תיעוד לכך שהוא חלה בחצבת - עלול לפתח את המחלה. כ-90% מהאנשים שלא חוסנו נגד חצבת או שלא חלו בה בעבר יפתחו את המחלה אם ייחשפו לנגיף.

### מהם תסמיני החצבת?

- חום גבוה (עלול להגיע בשיאו ל-40 מעלות צלזיוס)
- שיעול
- נזלת
- עיניים אדומות דומעות (דלקת הלחמית)
- נקודות לבנות קטנות בצדן הפנימי של הלחיים (רירית הלחי), בחניכיים ובתקרת הפה (נקודות קופליק). הן מופיעות יומיים-שלושה לאחר שהתסמינים מתחילים.
- פריחה אדומה, בולטת מעל פני שטח העור, בצורת כתמים. בדרך כלל היא מופיעה לראשונה בפנים ומתפשטת אל הגו, הזרועות והרגליים 3 עד 5 ימים לאחר שהתסמינים מתחילים.

### כמה זמן לאחר החשיפה מתחילים התסמינים?

התסמינים בדרך כלל מתחילים 7 עד 14 ימים לאחר החשיפה, אך הם עשויים להופיע עד 21 ימים לאחר החשיפה. אם מופיעים תסמינים, אל תלך אל הרופא, אל מרכז השירותים הרפואיים או אל חדר המיון מבלי להתקשר מראש. כך תאפשר לצוות לנקוט אמצעי זהירות ולמנוע חשיפת אנשים נוספים למחלה.

### כיצד חצבת מתפשטת?

חצבת מתפשטת בקלות דרך מגע ישיר בין בני אדם או באמצעות טיפות זעירות הנישאות באוויר מהאף, הגרון והפה בעקבות עיטוש, שיעול ודיבור. המחלה מתפשטת באוויר אפילו דרך חשיפה מינימלית.

### כמה זמן החולה ממשיך להיות מידבק?

חצבת יכולה להתפשט החל מ-4 ימים לפני שמופיעה הפריחה ועד 4 ימים לאחר שמופיעה הפריחה. חצבת מידבקת מאוד. אדם עלול להידבק בחצבת אפילו רק בעקבות שהייה באותו חדר עם אדם נגוע, אפילו שעתים לאחר שהאדם הנגוע עזב.

## נחשפתי לאדם הנגוע בחצבת, מה עליי לעשות?

- **אנשים שלא חוסנו חייבים לקבל חיסון תוך 72 שעות מהחשיפה.** אם לא קיבלת שני חיסונים מתועדים נגד חצבת (MMR), אם אתה לא בטוח שחוסנת או אם אתה לא בטוח שחלית בעבר בחצבת, פנה אל הרופא שלך או אל מרכז שירותי הבריאות.
- **במקרה של אנשים הנמצאים בסיכון גבוה, טיפול באימונוגלובולין (Ig) נחשב ליעיל** אם הוא ניתן תוך 6 ימים מהחשיפה. הקבוצה הנמצאת בסיכון גבוה כוללת את מי שלא חוסן או שלא בטוח שחוסן, נשים הרות ואנשים בעלי מערכת חיסונית חלשה בגין מחלות כמו HIV, תת תזונה ו/או תרופות.
- **אם מופיעים תסמינים, אל תלך אל הרופא או אל חדר המיון מבלי להתקשר מראש.** כך תאפשר לצוות לנקוט אמצעי זהירות ולמנוע חשיפת אנשים נוספים למחלה.
- **הישאר בבית אם אתה חולה ואל תאפשר לאנשים לבקר אותך מכיוון שחצבת מידבקת מאוּד.**
- **שים לב אם מופיעים תסמינים במשך 21 ימים לאחר החשיפה הפוטנציאלית.** התקשר אל הרופא שלך אם יופיעו תסמינים ותהיה סבור שנחשפת למחלה.

## האם חצבת גורמת לסיבוכים?

חצבת עלולה לגרום לאנשים להיות חולים מאוד. אנצפליטיס (דלקת במוח) היא סיבוך רציני של חצבת. סיבוך שכיח יותר של חצבת הוא זיהום באוזן או דלקת ריאות. במהלך ההיריון, חצבת עלולה לגרום ללידה מוקדמת או ללידת תינוק במשקל נמוך. מוות בגין חצבת הוא אירוע נדיר בארה"ב.

## האם יש טיפול לחצבת?

במקרה של חשיפה לחולה חצבת, אדם שלא חוסן נגד חצבת או אדם ללא תיעוד ודאי של חיסון נגד המחלה יכולים לקבל חיסון תוך 72 שעות מהחשיפה כדי לעזור למנוע את המחלה. טיפול באימונוגלובולין (Ig) נחשב ליעיל אם הוא ניתן לאנשים הנתונים בסיכון גבוה תוך 6 ימים מהחשיפה.

יש לנוח במיטה למשך 4 ימים לפחות לאחר הופעת הפריחה כדי לא להדביק אחרים. ניתן לתת טיפול תומך כדי להקל את התסמינים ולטפל בסיבוכים.

## כיצד ניתן למנוע חצבת?

- ניתן למנוע חצבת באמצעות חיסון.
- **אם לא ניתן לקבל מהרופא או ממסד הנתונים של Michigan Care Improvement Registry (MCIR) תיעוד על כך שקיבלת שני חיסונים נגד חצבת (MMR), אם אתה לא בטוח שחוסנת או אם אתה לא בטוח שחלית בעבר בחצבת, פנה אל הרופא שלך או אל מרכז השירותים הרפואיים כדי לקבל פריטים על קבלת החיסון.**
- החיסון נגד חצבת ניתן בשתי מנות. אם יש תיעוד כי קיבלת שתי מנות מחיסון MMR, אין צורך שתקבל מנה נוספת.
- תינוקות בריאים צריכים לקבל חיסון בגיל 12 עד 15 חודשים. החיסון ניתן באמצעות תרכובת MMR - חצבת, חזרת ואדמת.
- המנה השנייה של חיסון MMR ניתנת בדרך כלל בגיל 4 עד 6 אולם ניתן לקבלה לפני כן בתנאי שחלפו לפחות 4 שבועות מהמנה הראשונה. ילדים שמקבלים שתי מנות מחיסון MMR בהפרש 4 שבועות לפחות בכל גיל לאחר שמלאו להם 12 חודשים נחשבים לילדים שקיבלו את מלוא חיסון MMR.
- במקרים מסוימים תינוקות בני פחות מ-12 חודשים צריכים לקבל מנת MMR אם הם חיים באזור שבו המחלה מתפשטת או אם הם נוסעים לחו"ל. מנה זו לא מקוזזת מהחיסון הרגיל בן שתי המנות ולכן עדיין יהיה עליהם לקבל

שתי מנות מחיסון MMR לאחר שיימלאו להם 12 חודשים. פנה אל הרופא שלך כדי לברר אם תינוקך צריך לקבל מנת MMR.

- מבוגרים שנולדו ב-1957 או לאחר מכן צריכים לקבל לפחות מנת MMR אחת, למעט אם יש תיעוד בר-תוקף כלשהו כי הם מחוסנים. מנה שנייה מחיסון MMR דרושה למבוגרים אם יש סיכוי שהם נחשפו למחלה או אם מדובר בסטודנטים במכללה/אוניברסיטה, אנשים העובדים בשירותי הבריאות או מי שמתכנן לנסוע לחו"ל. פנה אל הרופא שלך כדי לברר אם עליך להתחסן.
- במקרה של התפרצות המחלה: כל מי שאולי נחשף למחלה ואין תיעוד על כך שקיבל שתי מנות MMR חייב לקבל מנת MMR.
- אסור לנשים הרות לקבל את החיסון מכיוון שהוא מכיל נגיף חי.
- כל אישה המסוגלת ללדת צריכה להימנע ממגע עם חולי חצבת.
- הקפד לשמור אצלך תיעוד של כל החיסונים שניתנו עד כה. רשום מתי ניתנו הזריקות.

### מה לעשות אם מישהו בבית הספר או במעון היום/בגן חולה בחצבת?

יש לדווח על כל המקרים לרשויות הבריאות תוך 24 שעות. אנשים שנולדו ב-1957 או לאחר מכן ולא יכולים להציג תוצאות של בדיקות מעבדה המוכיחות חסינות בפני חצבת או תיעוד לכך שקיבלו חיסון נגד חצבת לאחר שמלאו להם 12 חודשים ומנת חיסון שנייה לפחות 4 שבועות לאחר מכן - חייבים לקבל חיסון נגד חצבת. בכל מקרה אחר, יש למנוע את הגעת אותו אדם לבית הספר או למעון היום/לגן למשך 21 ימים לפחות לאחר שמקרה החצבת האחרון התגלה.



מחלקת הבריאות במחוז אוקלנד לא תמנע השתתפות בתכנית משיקולים הקשורים לגזע, מין, דת, ארץ מוצא, גיל או מוגבלות כלשהי. בחלק מהתכניות חלות דרישות התאמה ארציות ופדרליות.